

Annexe 3 : Prise en charge Enqarde

Enqarde Palpatoire avant PEC	Insertion proxi		Insertion distale		Tension moyenne zone	Massage + Stretching le 19/10
	Droite	Gauche	Droite	Gauche		
Grand droit d. de la tête	5	5	4	4	Nuque	3,705882353
Obl. crânial de la tête	5	5	4	4	4,5	
Obl. caudal de la tête	5	5	4	4		
Subclavier	4	4	3	4	Epaule	
Supra-épineux	4	4	3	4		
Infra-épineux	4	4	4	4		
Deltoïde	3	4	3	3		
Biceps brachial	3	4	4	4		
Tric. brachial ch. long	4	3	3	4		
Tric. brachial ch. latéral	3	3	4	4		
Trapèze thoracique	4	4	4	4		Décordage PR fric.palm
Dentelé ventral du thorax	X	X	4	4		
Fessier moyen	3	3	3	3	Fessiers	
Fessier superficiel	3	3	3	3	3	
Glutéo-fémoral	4	4	3	3	Fém. caudaux	PB
Biceps fémoral	4	4	4	4		
Semi tendineux	3	3	4	5	3,625	
Semi membraneux	3	2	4	4		
Gracile	3	2	5	3	Add. cuisse	
Sartorius	3	2	5	3	3,25	
Tenseur du fascia lata	4	4	4	4	Fém. crâniens	
Quad. fémoral v. médial	3	3	3	3		
Quad. fémoral v. latéral	3	3	3	3	3,25	
Droit de la cuisse	3	3	3	3		
Obl Interne de l'abdomen	4	4	4	3	Abdominaux	
Obl externe de l'abdomen	4	3	2	2	3,25	
Brachiocéphalique	3	3	3	4	3,25	
Splenius	4	4	4	4	Ext. cervicaux	FRICITION ET POINT FIXE PROXI, PR
Dentelé cervical	4	4	4	3		
Rombhoïde	5	5	5	5	4,3125	PB, FRICT°, DECORDAGE, PR
Trapèze cervical	4	5	4	5		
Ext radial du carpe	3	3	3	3	Ext antérieur	
Ext dorsal du doigt	3	3	3	3		
Ext latéral du doigt	2	2	2	2	2,666666667	
Ulnaire latéral	2	2	2	2	fléch.	
Fléch ulnaire du carpe	3	3	3	3		
Fléch superficiel du doigt	3	3	3	3	2,666666667	
Pectoral ascendant	3	4	3	3	Pectoraux	
Pectoral descendant	3	4	4	4		
Pectoral transverse	3	4	3	3	3,416666667	
Grand dorsal	4	4	4	3	Ext. TL	Friction palmaire proxi
Epineux	4	4	3	3		
Longissimus	4	4	3	3	3,5625	DECORDAGE, PERCUSSION, VENTOUSE
Ilio costal	4	4	3	3		
Gastrocnémien	4	4	4	4	4	
Long ext du doigt	4	4	4	4	4	
STRETCHING : FLEXION GARROT, THP STERNUM, PROTRACTION HAUTE COURTE ET HAUTE INTERMEDIAIRE ANTERIEUR						

Annexe 3 : Prise en charge Enqarde

Enqarde Palpatoire 26/10	Insertion proxi		Insertion distale		Tension moyenne zone	Massage + Stretching du 26/10	
	Droite	Gauche	Droite	Gauche			
Grand droit d. de la tête	4	5	3	4	Nuque	PG, FRICT° DIGITALE, PR	
Obl. crânial de la tête	4	5	3	4			
Obl. caudal de la tête	4	5	3	4	4		
Subclavier	3	4	3	5	Epaule	3,5	
Supra-épineux	4	4	3	4			
Infra-épineux	4	4	3	3			
Deltoïde	3	3	3	3			
Biceps brachial	3	4	4	4			
Tric. brachial ch. long	3	4	3	3			
Tric. brachial ch. latéral	3	3	4	3			
Trapèze thoracique	4	4	4	4			DECORDAGE, PR, EI
Dentelé ventral du thorax	X	X	3	3			
Fessier moyen	3	3	3	3	Fessiers		
Fessier superficiel	3	3	3	3	3		
Glutéo-fémoral	3	3	3	3	Fém. caudaux		
Biceps fémoral	3	3	4	3			
Semi tendineux	4	4	5	4			
Semi membraneux	3	4	4	4	3,5625		
Gracile	3	3	3	4	Add. cuisse		
Sartorius	3	3	3	3	3,125		
Tenseur du fascia lata	3	3	2	2	Fém. crâniiaux		
Quad. fémoral v. médial	3	3	3	3			
Quad. fémoral v. latéral	3	2	3	2			
Droit de la cuisse	3	3	3	3	2,75		
Obl Interne de l'abdomen	3	3	3	3	Abdominaux		
Obl externe de l'abdomen	2	3	2	2	2,625		
Brachiocéphalique	3	3	3	3	3		
Splenius	3	3	4	4	Ext. cervicaux		
Dentelé cervical	5	5	4	4	4,375	PR, POINT FIXE, FRICT°	
Rombhoïde	5	5	4	4		PERCU, PF, PB, PR, DECORDAGE	
Trapèze cervical	5	5	5	5			
Ext radial du carpe	3	3	3	2	Ext antérieur		
Ext dorsal du doigt	3	3	3	2			
Ext latéral du doigt	2	2	2	2	2,5		
Ulnaire latéral	2	2	2	2	Fléch. antérieur		
Fléch ulnaire du carpe	3	2	3	2			
Fléch superficiel du doigt	3	2	3	2	2,333333333		
Pectoral ascendant	2	3	3	3	Pectoraux		
Pectoral descendant	3	4	3	3			
Pectoral transverse	3	3	3	3	3		
Grand dorsal	4	4	3	4	Ext. TL		Friction.palmaire, PR,EI
Epineux	4	4	3	3			
Longissimus	4	4	3	3			
Ilio costal	4	4	3	3	3,5625		
Gastrocnémien	4	4	4	4	4		
Long ext du doigt	3	3	3	3	3		

STRETCHING : ENCOLURE JUSQU'À C4 Droite et Gauche,  
PROTRACTION HAUTE COURTE ET HAUTE INTERMEDIAIRE  
ANTERIEUR, RETRACTION HAUTE COURTE ANTERIEUR (-- A  
GAUCHE ++ A DROITE)

Annexe 3 : Prise en charge Enqarde

Enqarde Palpatoire du 01/11	Insertion proxi		Insertion distale		Tension moyenne zone	Massage + stretching du 01/11	
	Droite	Gauche	Droite	Gauche			
Grand droit d. de la tête	5	5	4	4	Nuque		
Obl. crânial de la tête	5	5	4	4	4,5		
Obl. caudal de la tête	5	5	4	4			
Subclavier	4	5	3	4	Epaule		
Supra-épineux	4	4	3	4	3,558823529		
Infra-épineux	3	4	4	4			
Deltoïde	3	3	3	3			
Biceps brachial	3	3	3	4			
Tric. brachial ch. long	4	4	4	4			
Tric. brachial ch. latéral	3	3	3	3	PR, FIRCT° DIGITALE, DECORDAGE, EI		
Trapèze thoracique	4	4	4	4			
Dentelé ventral du thorax	X	X	3	3			
Fessier moyen	3	3	3	3			Fessiers
Fessier superficiel	3	3	3	3			3
Glutéo-fémoral	3	3	4	3			Fém. caudaux
Biceps fémoral	3	3	4	3			3,4375
Semi tendineux	3	4	4	4			
Semi membraneux	3	3	4	4			
Gracile	3	3	4	4			Add. cuisse
Sartorius	3	3	3	3	3,25		
Tenseur du fascia lata	4	4	3	3	Fém. crâniiaux		
Quad. fémoral v. médial	3	3	3	3			
Quad. fémoral v. latéral	3	3	3	3			
Droit de la cuisse	3	3	3	3		3,125	
Obl Interne de l'abdomen	4	3	4	3	Abdominaux		
Obl externe de l'abdomen	3	2	3	2	3		
Brachiocéphalique	3	3	3	3	3	POINT FIXE, FRICTION DIGITALE, EI, PG	
Splenius	3	4	3	4	Ext. cervicaux		
Dentelé cervical	4	5	3	4	4,25		
Rombhoïde	5	5	4	4			
Trapèze cervical	5	5	5	5			
Ext radial du carpe	3	3	3	2	Ext antérieur		
Ext dorsal du doigt	3	3	3	2	2,5		
Ext latéral du doigt	2	2	2	2			
Ulnaire latéral	2	2	2	2	fléch. antérieur	PB, PR, GC	
Fléch ulnaire du carpe	2	3	2	2			
Fléch superficiel du doigt	2	3	2	2	2,166666667		
Pectoral ascendant	3	3	3	3	Pectoraux	PB	
Pectoral descendant	3	3	3	3	2,833333333	FRICT° DIGITALE ET PALMAIRE, EI, PR	
Pectoral transverse	3	3	2	2			
Grand dorsal	5	5	4	4	Ext. TL	PERCUSSIONS, DECORDAGE, VENTOUSE, PG	
Epineux	3	3	3	3			
Longissimus	3	3	3	3			
Ilio costal	3	3	3	3	3,375		
Gastrocnémien	4	4	4	4	4		
Long ext du doigt	3	3	3	3	3		
STRETCHING : ANTERIEUR : PROTRACTION HAUTE COURTE ET LONGUE BASSE (--- A GAUCHE), FLEXION,EXTENSION ET LATEROFLEXION THORACO- LOMBAIRE					DOULEUR GRAND DORSAL, DENTELE VENTRAL DU THORAX, OBLIQUE INTERNE DROIT		

Annexe 3 : Prise en charge Enqarde

Enqarde	Insertion proxi		Insertion distale		Tension moyenne zone	Drain'sport+ massage+stretching du 06/11	
	Droite	Gauche	Droite	Gauche			
<b>Palpatoire du 06/11</b>							
Grand droit d. de la tête	4	4	3	4	Nuque	PR,PG, FRICTION DIGITALE	
Obl. crânial de la tête	4	4	3	4			
Obl. caudal de la tête	4	4	3	4	3,75		
Subclavier	4	5	4	4	Epaule		
Supra-épineux	4	3	4	4			
Infra-épineux	4	4	4	4			
Deltoïde	4	4	4	4			
Biceps brachial	3	4	4	4			
Tric. brachial ch. long	3	3	4	3			
Tric. brachial ch. latéral	3	3	4	4			
Trapèze thoracique	4	5	4	5			
Dentelé ventral du thorax	X	X	3	3	3,777777778		
Fessier moyen	3	3	3	3	Fessiers		
Fessier superficiel	3	3	3	3	3		
Glutéo-fémoral	3	3	4	3	Fém. caudaux		
Biceps fémoral	3	3	4	3			
Semi tendineux	3	4	4	4			
Semi membraneux	3	3	4	4	3,4375		
Gracile	3	3	3	3	Add. cuisse		
Sartorius	3	3	4	3	3,125		
Tenseur du fascia lata	4	4	3	3	Fém. crâniiaux		
Quad. fémoral v. médial	3	3	3	3			
Quad. fémoral v. latéral	3	3	3	3			
Droit de la cuisse	3	3	3	3	3,125		
Obl Interne de l'abdomen	4	4	3	3	Abdominaux		
Obl externe de l'abdomen	3	3	3	3	3,25		
Brachiocéphalique	3	4	3	4	3,5		
Splenius	3	3	3	4	Ext. cervicaux		
Dentelé cervical	5	5	4	4	4,125		POINT FIXE PROXI
Rombhoïde	4	5	4	4			
Trapèze cervical	4	5	4	5			
Ext radial du carpe	3	3	2	3	Ext antérieur		
Ext dorsal du doigt	3	3	2	3			
Ext latéral du doigt	2	2	2	2	2,5		
Ulnaire latéral	2	2	2	2	fléch. antérieur		
Fléch ulnaire du carpe	3	3	3	3			
Fléch superficiel du doigt	3	3	3	3	2,666666667		
Pectoral ascendant	3	3	3	3	Pectoraux		
Pectoral descendant	3	3	4	4			
Pectoral transverse	3	3	3	3	3,166666667		
Grand dorsal	4	4	4	5	Ext. TL		
Epineux	4	4	4	4			
Longissimus	4	4	4	4			
Ilio costal	4	4	4	4	4,0625	DECORDAGE, PG LEGERES	
Gastrocnémien	4	4	4	4	4		
Long ext du doigt	3	3	3	3	3		
Couru le 04/11	STRETCHING : RETRACTION HAUTE COURTE, PROTRACTION HAUTE COURTE ET HAUTE INTERMEDIAIRE					DOULEUR ENCOLURE ET ARRIERE MAIN	

Annexe 3 : Prise en charge Enqarde

Enqarde Palpatoire du 21/11	Insertion proxi		Insertion distale		Tension moyenne zone
	Droite	Gauche	Droite	Gauche	
Grand droit d. de la tête	5	5	3	3	Nuque
Obl. crânial de la tête	5	5	3	3	
Obl. caudal de la tête	5	5	3	3	4
Subclavier	4	4	3	4	Epaule
Supra-épineux	4	4	3	4	
Infra-épineux	3	4	3	4	
Deltoïde	3	4	4	3	
Biceps brachial	4	3	4	4	
Tric. brachial ch. long	3	4	4	4	
Tric. brachial ch. latéral	3	4	3	3	
Trapèze thoracique	4	5	4	5	
Dentelé ventral du thorax	X	X	4	4	3,735294118
Fessier moyen	4	4	4	4	Fessiers
Fessier superficiel	3	3	3	3	3,5
Glutéo-fémoral	3	4	4	4	Fém. caudaux
Biceps fémoral	3	4	4	4	
Semi tendineux	3	3	4	4	
Semi membraneux	3	3	4	4	3,625
Gracile	3	3	4	4	Add. cuisse
Sartorius	3	3	3	3	3,25
Tenseur du fascia lata	4	4	3	3	Fém. crâniens
Quad. fémoral v. médial	3	3	4	4	
Quad. fémoral v. latéral	3	3	4	4	
Droit de la cuisse	3	3	4	4	3,5
Obl Interne de l'abdomen	3	3	3	3	Abdominaux
Obl externe de l'abdomen	3	2	3	2	2,75
Brachiocéphalique	3	4	3	3	3,25
Splenius	4	3	3	4	Ext. cervicaux
Dentelé cervical	5	5	3	4	
Rombhoïde	5	4	5	4	
Trapèze cervical	5	5	5	5	4,3125
Ext radial du carpe	2	3	2	2	Ext antérieur
Ext dorsal du doigt	2	3	2	2	
Ext latéral du doigt	2	2	2	2	2,166666667
Ulnaire latéral	2	2	2	2	fléch. antérieur
Fléch ulnaire du carpe	3	3	2	2	
Fléch superficiel du doigt	3	3	2	2	2,333333333
Pectoral ascendant	3	3	3	3	Pectoraux
Pectoral descendant	4	3	4	3	
Pectoral transverse	2	2	3	3	3
Grand dorsal	4	3	3	2	Ext. TL
Epineux	4	3	4	4	
Longissimus	4	3	4	4	
Ilio costal	4	3	4	4	3,5625
Gastrocnémien	3	4	3	4	3,5
Long ext du doigt	3	4	3	4	3,5
DOULEUR EXTENSEURS CERVICAUX, PECTORAL ASCENDANT DROIT ET MASSE COMMUNE DROITE ET GAUCHE ET DENTELE VENTRAL DU THORAX DROITE ET GAUCHE					