**Dagindeling**

8u30u-10u45 Algemene inleiding – Achillodynie

10u45-11u: Koffiepauze

11u-12u30 Vervolg Achillodynie – Laterale elleboogpijn

12U30-13u30: Lunch

13u30-15u15: Spierletsel

15u15-15u30: Koffiepauze

15u30-17u00: Mediaal Tibiaal Stress syndroom - Afronding

**Doelen van de programmaonderdelen:**

**Achillodynie:** Continuum of tendinopathy (Gill Cook); Echografie van de achillespees; Revalidatie d.m.v. loadmanagement (Tim Gabett); Gerichte oefentherapie (Alfredson, Silbernagel, Rio, …) Isometrisch – Concentrisch – Excentrisch - Heavy slow resistance; Klinisch onderzoek, manuele behandeling en taping; Differentiaaldiagnoses (Hagglund exostose, posterieur impingement, …)

**Laterale elleboogpijn**: Pathofysiologie; Echografie van de elleboog; Revalidatie d.m.v. loadmanagement en gerichte oefentherapie (naar analogie van achillodynie); Klinisch onderzoek, manuele behandeling en taping; Valkuil (OCD)

**Spierletsel**:Pathofysiologie van een quadricepsletsel; Echografie van de quadriceps; Fysiotherapeutische behandelstrategie bij een spierletsel: doorlopen van de verschillende stadia met inbegrip van return to sport – fase; Valkuil (Heterotope ossificatie)

**Mediaal tibiaal stress syndroom:** Pathofysiologie; Beeldvorming; Loadmanagement en gerichte oefentherapie; klinisch onderzoek, manuele behandeling en taping; Valkuil (Stressfractuur)

***Contacturen****: 7 uur.*

***Zelfstudie****: geen.*

***Toetsing****: geen.*