

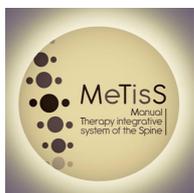
# ALAIN PTAK

+32 489/31 80 01  
alain@piraumont.be

Rue piraumont 29  
1495  
Sart-Dames-Avelines

Kinésithérapie du sport  
Préparation physique  
Personal Training  
Screening TPI  
Injury Prevention  
Tests physiques

 **UCLouvain**



## PROFIL

Kinésithérapeute du sport très expérimenté

Préparateur physique - Entraînement physique spécifique pour athlètes

Prévention de blessures

## ETUDES

Licencié en Kinésithérapie et réadaptation UCL - 1998

D.E.S. en kinésithérapie et revalidation des sportifs UCL - 1999

## FORMATIONS

Cyriax - 1999, Taping - 2000, Trigger points - 2000, Crochetage - 2002, Thérapie Manuelle - 2001 et 2002, Préparateur physique européen UCBL - 2003 et 2004, Mobilisation Neurodynamique - 2005, Paul CHEK (Program Design, Swissball basic & Advanced Trainig, Core training, scientific back care - 2005 à 2009, Gymnastique Abdominale Hypopressive - 2011, Spartanova Injury Prevention Pro Expert - 2012, Kinsiotaping - 2013, Crossfit (Level 1) - 2013, Kettlebell Certification - 2013, Crossfit Mobility - 2014, Mulligan - 2014, FMS & SFMA Level 1 - 2016, Functional Patterns (Level 1) - 2016, MéTiSs (TMO cervical, thoracique et lombaire) - 2017, Titleist Performance Institute (Level 1) - 2017, Dynamic Tape - 2022.

## EXPÉRIENCE

**Kinésithérapeute indépendant, UCL - Cabinet Privé - Piraumont Rehab & Training, 1999**

- Présent

Gestion des nouveaux patients et prise en charge de pathologies lié aux troubles musculo-squelettiques. Prise en charges de sportif afin d'établir un programme de prévention de blessures individuel. Mise en place de programme de réathlétisation individuel et spécifique au sport.

**Kinésithérapeute du sport , Basketball Masculin et Féminin en D1 belge, 1999 - 2019**

Suivit des équipes sur le terrain lors de match de basketball. Gestion des soins, de l'échauffement, de la récupération ainsi que des blessures lors des matchs. Mise en place de programme de prévention individuel.

**Préparateur physique, Basketball Masculin et Féminin en D1 belge, 1999 - 2019 et**

**Hockey sur gazon en DH belge et avec les équipes nationales U21 (Champions d'Europe en 2012) et les Red panthers (J.O. London 2012) - 2010 - 2014**

Responsable de la préparation physique des équipes jeunes et seniors. Mise en place du testing physique au sein de chaque équipe. Mise en place de programmes individualisés et des routines de prévention. Optimisation des performances.

**Personal Trainer et Coach Sportif Individuel, 2000 - Présent**

Coach personnel en charge de votre santé, de l'amélioration de votre qualité de vie, de votre santé ou de vos performances.

**Enseignant – Parnasse (Vinci) 2001 - Présent et Ucl (SFM) 2006 - Présent**

Que ce soit dans la formation générale ou à l'heure actuelle majoritairement dans la formation continue, coordinateur et enseignant en kinésithérapie et en personal training.

**Ancien Sportif de Haut Niveau – Plus de 10 années de natation de haut niveau.**

Plus de 20 titres nationaux et records de Belgique dans les diverses catégories d'âges, 3 titres de champion de Belgique Seniors, 1 record de Belgique Seniors. Deux participations aux Championnats d'Europe Juniors (1992 et 1993).

