



# Mémoire

En vue de l'obtention du  
**Diplôme d'ostéopathe**

Délivré par l'Institut d'Ostéopathie de Rennes  
*Arrêté du 12 décembre 2014 relatif à la formation en ostéopathie*

## **Traitement ostéopathique et performance du volleyeur professionnel :**

**Étude de la hauteur de saut après traitement ostéopathique**

Présenté par  
**MATHURIN Alexandre**

Soutenu le 20 Juin 2019

**Mémoire expérimental**

Directeur de mémoire : **LE NAOURES Pierre, Ostéopathe D.O**

## **Résumé :**

L'ostéopathie a prouvé qu'elle est bénéfique au sportif de haut niveau, principalement pour la prévention des blessures et l'accélération de la récupération après blessure. Ce risque accru de blessure est dû aux fortes contraintes que l'athlète subit quotidiennement. La prise en charge du sportif de haut niveau nécessite une connaissance approfondie de la biomécanique du geste. Cette étude se penche sur un autre effet de l'ostéopathie, l'optimisation des performances.

Pour cela, douze joueurs ont été divisés en deux groupes. Le premier a été testé et traité à deux reprises en ostéopathie. Le deuxième n'a réalisé que les tests. Les tests réalisés étaient au nombre de trois. Premièrement, une mesure de la hauteur de saut. Ensuite, une mesure des amplitudes articulaires de la hanche, du genou et de la cheville. Et pour finir, une analyse du centre de pression.

Les résultats montrent une augmentation significative de la hauteur de saut pour la grande majorité des joueurs traités. On remarque que cette amélioration est liée à une augmentation des amplitudes articulaires de la hanche et/ou du genou ainsi qu'à un centrage du centre de pression. Chez le groupe témoin, les résultats sont plus disparates mais stagne du début à la fin de l'étude.

L'hypothèse que le traitement ostéopathique ait un impact positif sur la performance du volleyeur professionnel semble se confirmer. L'amélioration des performances fonctionnelles des sujets serait due à une augmentation des amplitudes articulaires et à une réduction des tensions musculo-articulaires, propice à une meilleure mobilité et un meilleur équilibre.

**Mots clés :** Traitement ostéopathique, volleyeur, performance, saut vertical, amplitudes articulaires.

## **Abstract:**

Osteopathy has proved that it is beneficial to the high-level sportsman, mainly for the prevention of injuries and the acceleration of recovery after injury. This increased risk of injury is due to the heavy constraints that the athlete suffers daily. The support of the high-level athlete requires a thorough knowledge of the biomechanics of the gesture. This study looks at another effect of osteopathy, optimizing performance.

For this, twelve players were divided into two groups. The first was tested and treated twice in osteopathy. The second only did the tests. The tests carried out were three in number. First, a measure of the jump height. Then, a measurement of the hip, knee and ankle joint range of motion. And finally, an analysis of the pressure center.

The results show a significant increase in the jump height for the vast majority of treated players. It is noted that this improvement is related to an increase in the hip and / or knee joint range of motion as well as centering of the center of pressure. In the control group, the results are more disparate but stagnate from the beginning to the end of the study.

The hypothesis that the osteopathic treatment has a positive impact on the performance of the professional volleyball player seems to be confirmed. The improvement in functional performance of the subjects is due to an increase in joint amplitudes and a reduction in musculo-articular tension, conducive to better mobility and balance.

**Key words :** Osteopathic treatment, volleyball player, performance, vertical jump, range of motion.