





La blessure en course à pied

Douleurs musculo-squelettiques liées à la course (entraînement ou compétition) dans les membres inférieurs qui provoquent une restriction ou un arrêt de la course (distance, vitesse, durée ou entraînement) pendant au moins 7 jours ou 3 séances d'entraînement programmées consécutives, ou qui obligent le coureur à consulter un médecin ou un autre professionnel de la santé. »

**A Consensus Definition of Running- Related Injury in Recreational Runners: A Modified Delphi Approach** (2015-Yamato et Al.)



Définition:

---

---

# La blessure en course à pied

## ► Définition :

Douleurs musculo-squelettiques liées à la course (entraînement ou compétition) dans les membres inférieurs qui provoquent une restriction ou un arrêt de la course (distance, vitesse, durée ou entraînement) pendant au moins 7 jours ou 3 séances d'entraînement programmées consécutives, ou qui obligent le coureur à consulter un médecin ou un autre professionnel de la santé. »

**A Consensus Definition of Running- Related Injury in Recreational Runners: A Modified Delphi Approach (2015-Yamato et Al.)**

---

# **La blessure en course à pied**