





# Traitement

## 2. Le traitement de la tendinopathie achilléenne:



Prevention:







S'assurer que la chausure ne frotte pas sur le tendon

---

# Traitement

## 2. Le traitement de la tendinopathie achilléenne:

- ▶ Prévention :
  - ▶ QSM
  - ▶ Renforcement fonctionnel du mollet
  - ▶ S'assurer que la chaussure ne frotte pas sur le tendon



---

# Questions diverses