

## **Pour la formation**

- Pièce dans laquelle 4 à 6 personnes puissent être assises confortablement
- Ordinateur portable
- Beamer ou écran
- Eventuellement un modèle anatomique

## **Pour les tests cliniques**

- 30s Chair Stand Test:
  - Chronomètre (possible aussi sur le téléphone portable)
  - Chaise avec un dossier (Hauteur d'assise 43-44cm)
- 40m Fast Paced Walk Test:
  - Chronomètre (possible aussi sur le téléphone portable)
  - 10m de distance de marche marquée avec de la place pour un changement de direction sécuritaire aux deux extrémités
  - 2 cônes
- One Leg Hop Test:
  - Scotch
  - Mètre-ruban

## **Pour le programme d'exercices**

- Pièce avec un espace libre d'environ 20 à 30m<sup>2</sup>, 4 postes (max. 2 participants à un poste)
- Poste 1:
  - Matelas de gymnastique
  - SwissBall (ballons de gymnastique)
  - Linges éponge
  - Haltères
- Poste 2:
  - Chaises
  - Theraband
  - Linges éponge
  - Coussin airex
- Poste 3:
  - Chaises
  - Theraband
  - Linges éponge
  - Coussin airex
- Poste 4:
  - Chaises
  - Éventuellement un miroir
  - Step

## **Pour la collecte des données**

- 1 ordinateur portable ou une tablette
- Une adresse e-mail professionnelle personnelle (si nécessaire une adresse e-mail privée)