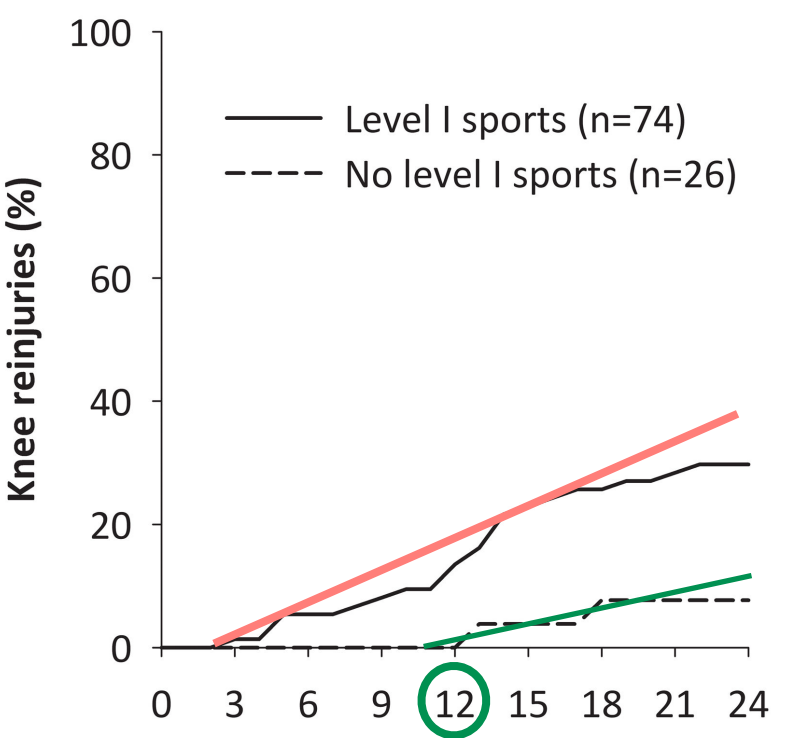
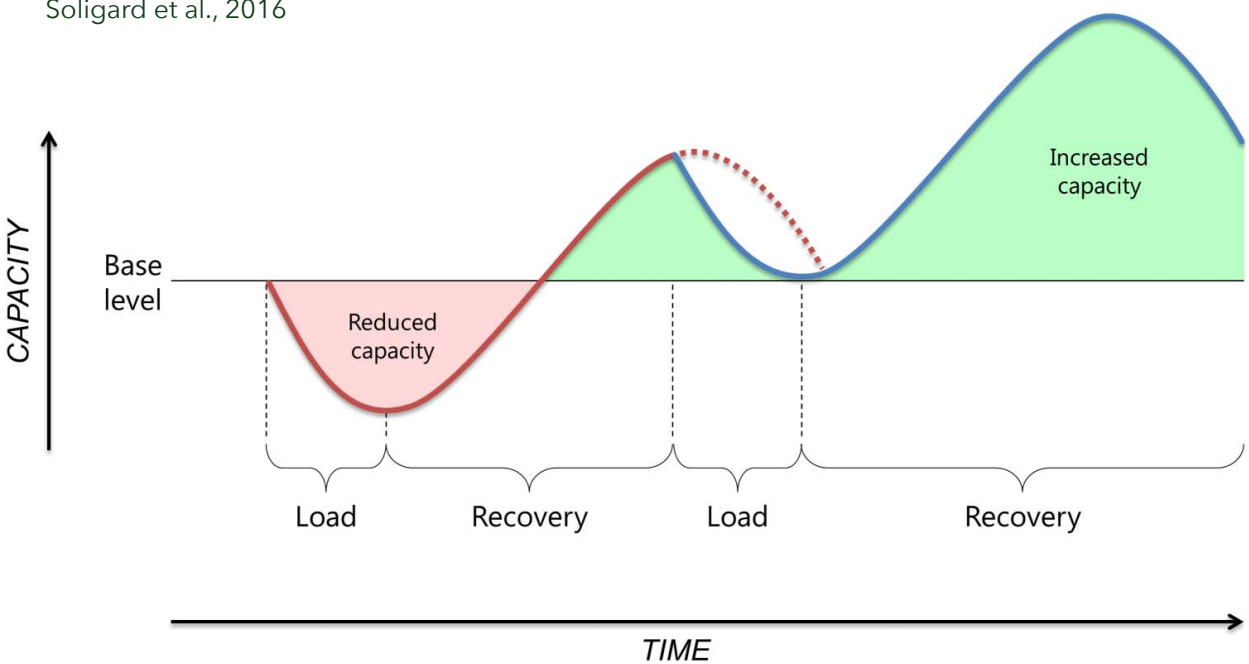
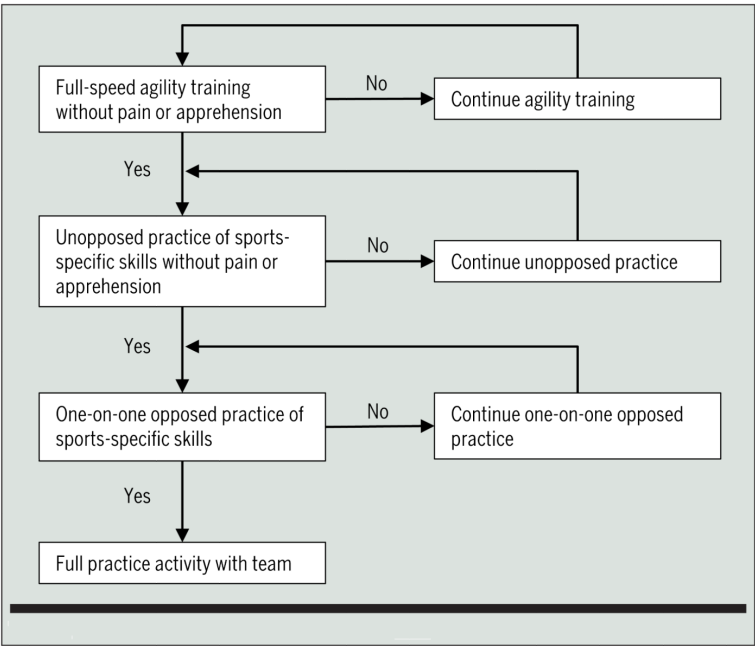
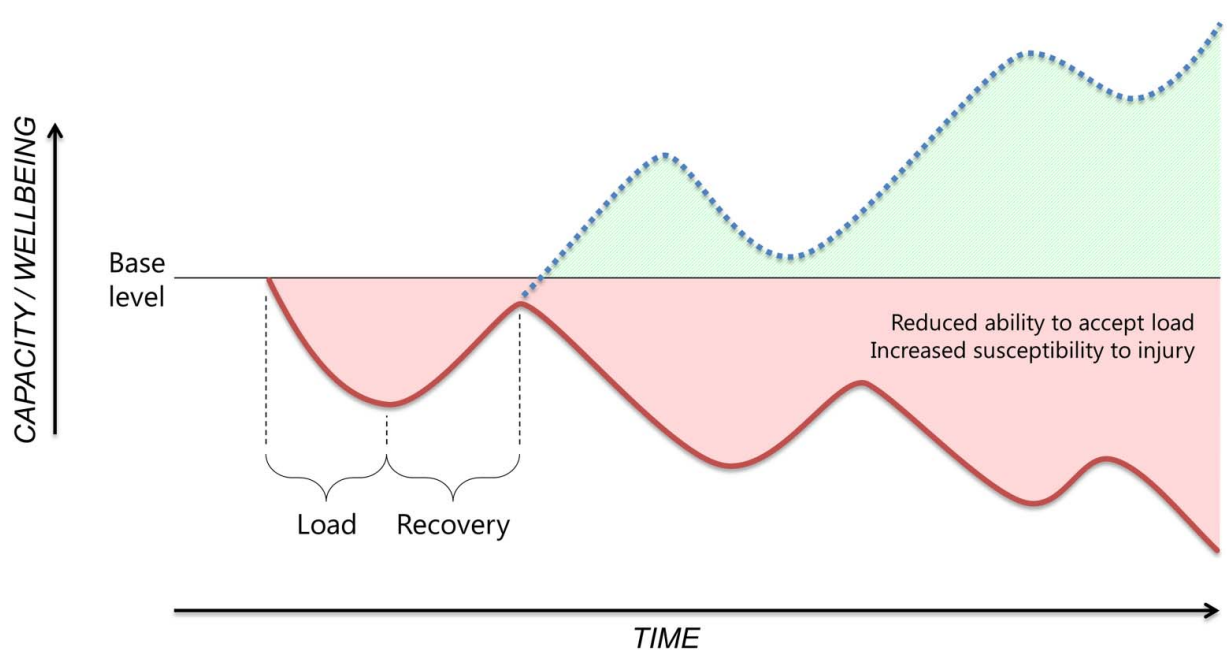


# ACL Rehabilitation : Charge, Timing et Risques

Soligard et al., 2016



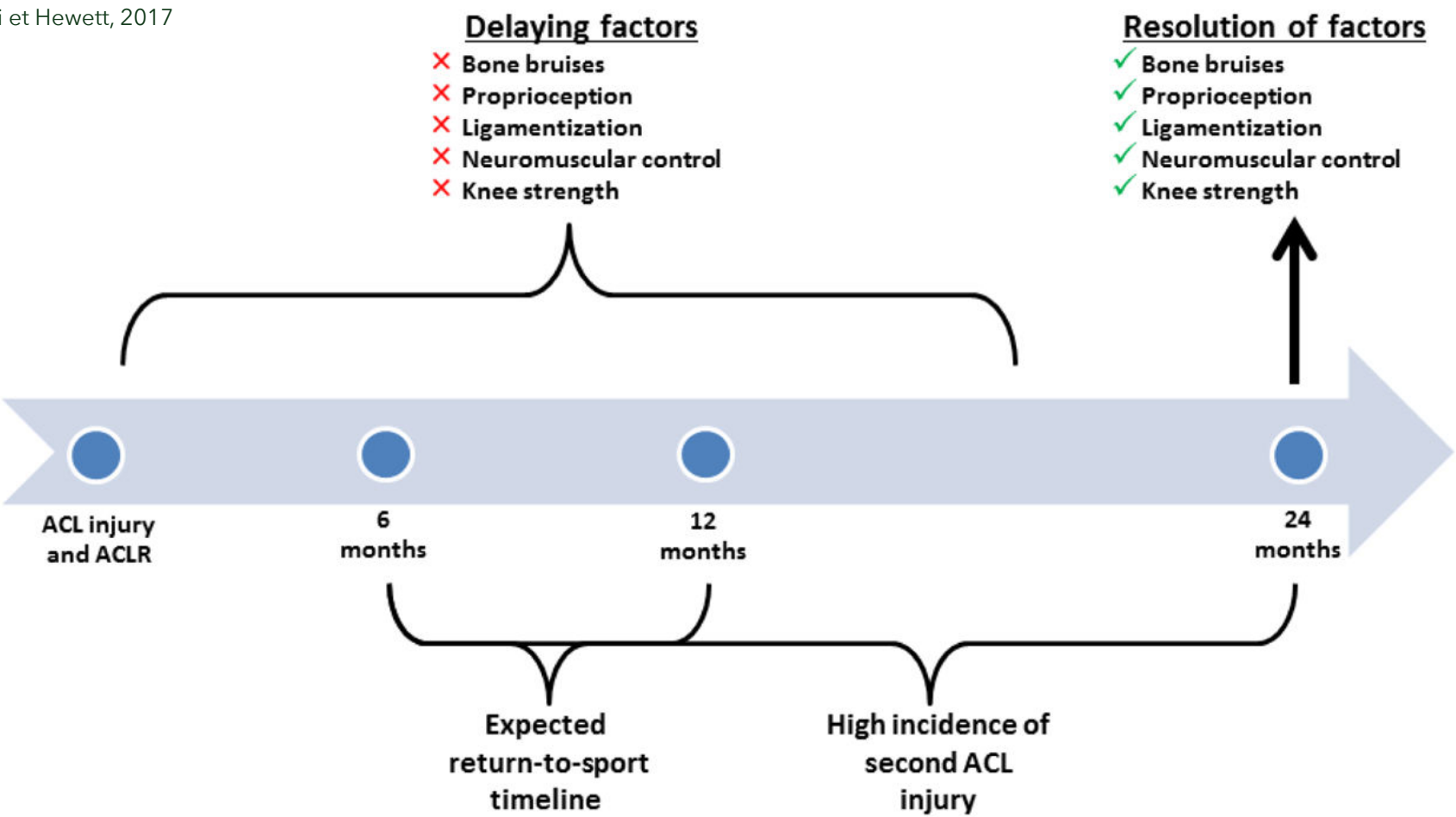
Grindem et al., 2016



Adams et al., 2012

Une reprise des activités sportives après une reconstruction chirurgicale du LCA, **précoce ou trop rapide**, avec **des charges d'entraînement trop intenses** ou **sans phase de récupération**, augmente considérablement le risque de seconde lésion.

Nagelli et Hewett, 2017



« We're not just preparing our athletes for one game »

Tim Gabbett

« Prediction is very difficult, especially about the future »

Niels Bohr