

# A quoi ça sert ?

## Le vélo « à bras »

Service de Kinésithérapie  
et de  
Revalidation Fonctionnelle



### **Je viens en clinique du sport (lésion ligamentaire, musculaire, tendineuse)**

Je viens après un traumatisme, une chirurgie orthopédique

#### **Objectifs principaux dans le cadre d'une lésion des membres inférieurs:**

- Entretenir la condition physique. En effet, le travail des bras, induit une augmentation plus rapide de la fréquence cardiaque en évitant de solliciter le site lésionnel ou opéré.

#### **Objectifs principaux dans le cadre d'une lésion des membres supérieurs :**

- Débuter le travail actif aidé du membre lésé, par l'aide du second et ceci, tant au plan articulaire que myotendineux.
- Utiliser les cycles neurophysiologiques d'allongement-raccourcissement en termes de pré-programmation centrale du mouvement.

#### **A RETENIR:**

L'utilisation du vélo à bras permet un travail articulaire et myotendineux en piste courte et contrôlée. Il permet également un travail en vitesse constante. Dans le cadre de lésion des membres inférieurs, il contribue à l'entretien de la condition physique.