

## Public concerné

Actuels et/ou futurs exploitants et opérateurs en cryothérapie.  
La formation sera également ouverte à toute personne désireuse d'en connaître davantage sur ces méthodes et technologies.

## Lieu de formation

Besançon : UFR STAPS et Inside the Athletes 3.0.

## Conditions d'accès

- Étudiants : STAPS, kiné, podologie, étudiants en médecine et internes.
- Professionnels de santé.
- Professionnels : Exploitant en cryothérapie, opérateur en cryothérapie, entraîneurs, préparateurs physique et mental, experts en récupération.

## Modalités d'inscription

Admission et inscription sur e-candidat : <http://admission.univ-fcomte.fr/>

Dossier de candidature à transmettre au service Scolarité.

## Coût total de la formation

810 € + 170 € de frais d'inscription à l'Université de Franche-Comté.  
Possibilité de prise en charge par votre employeur ou votre OPCO.  
Renseignez-vous auprès du service Formation Continue de l'UFC pour connaître les modalités de prise en charge.

## Effectif maximum

35 places.

## Responsable de la formation

Romain BOUZIGON

## Contact Formation

Romain BOUZIGON

[romain.bouzigon@univ-fcomte.fr](mailto:romain.bouzigon@univ-fcomte.fr)

Admission et inscription

[ufrstaps-du-cryo@univ-fcomte.fr](mailto:ufrstaps-du-cryo@univ-fcomte.fr)

UFR STAPS

31 rue de l'Épitaphe  
25 000 BESANCON

 UFR STAPS Besançon

Session  
2022

D.U.  
EXPERT EN CRYOTHERAPIE

Présentiel | Formation Continue



UFR STAPS Sciences et techniques des activités physiques et sportives  
UNIVERSITÉ DE  
FRANCHE-COMTÉ

INSIDE  
THE ATHLETES  
3.0

UFRSTAPS - Service Communication - Novembre 2022 - © photos UFC/UFR STAPS/Freeplix/CANVA



UFR STAPS Sciences et techniques des activités physiques et sportives  
UNIVERSITÉ DE  
FRANCHE-COMTÉ

INSIDE  
THE ATHLETES  
3.0

# D.U.

## EXPERT EN CRYOTHERAPIE

### Objectifs

Ce diplôme d'université vise à renforcer l'offre de formation de l'UFR STAPS, pionnière en France dans le domaine de la cryothérapie.

L'objectif de cette formation est de former des futurs exploitants, opérateurs et autres personnes intéressées par la pratique de la cryothérapie corps entier et corps partiel.

La formation sera basée sur les aspects physiologique, biologique et psychologique de l'exposition. Une formation sécuritaire liée à l'accompagnement des personnes jusqu'à l'exposition sera également dispensée. Un accent sera mis sur la sécurité de la pratique et les aspects juridiques qui y sont liés.

### Compétences

Etre capable de :

- Connaître les effets psycho-physiologiques de l'exposition à la cryothérapie.
- Connaître les différentes méthodes de cryothérapie et leur utilisation (locale, entière, ...).
- Connaître les diverses technologies de cryothérapie existantes et leur fonctionnement.
- Être capable d'orienter des personnes sur des méthodes de cryothérapie en fonction de leur besoin.

### Valorisation professionnelle à destination des :

- Exploitant en cryothérapie
- Opérateur en cryothérapie

Aucun acte médical ne sera effectué lors de ce DU et celui-ci ne se substitue en aucun cas à un diplôme médical. La formation présente les recherches et utilisations de la CCE en médecine mais elle ne donne pas droit aux étudiants à pratiquer une cryothérapie à usage thérapeutique.

Ce DU comprend **40 heures de formation en présentiel**, dispensées sur **5 jours consécutifs**.

- Connaître les règles de sécurité indispensables à l'utilisation du froid.
- Savoir préparer une exposition à la cryothérapie corps entier et partiel en toute sécurité.
- Connaître les aspects juridiques des centres de cryothérapie.



### Programme

#### Bloc 1

- Histoire de l'utilisation du froid et introduction à la cryothérapie - 4h CM
- Les différentes méthodes de cryothérapie et leurs applications - 2h CM + 2h TP

#### Bloc 2

- La cryothérapie corps entier et corps partiel, histoire, technologies et protocoles d'expositions - 8h CM
- Gestion de la récupération - 4h CM

#### Bloc 3

- Aspects sécuritaires et juridiques - 2h CM
- Protocole d'étude scientifique en cryothérapie - 2h CM
- Cryothérapie en APAS - 4h CM
- Cryothérapie en médecine - 4h CM
- Utilisation et réglementation autour de l'azote - 4h TD

#### Bloc 4

- Théorie de mise en place d'une exposition à la cryothérapie adaptée en fonction de la situation rencontrée - 4h CM

### Outils pédagogiques

- Cours magistraux (CM)
- Heures de Travaux dirigés (TD) : apporter un contenu pédagogique.
- Heures de Travaux pratiques (TP) : mettre en pratique les connaissances et acquérir une première expérience de terrain.

### Partenariats

- **Centre sportif Inside the Athletes 3.0** : établissement privé spécialisé en évaluation, préparation et récupération physique. Les athlètes qui y sont entraînés disposent d'un suivi d'entraînement leur permettant une amélioration optimale de leurs performances avec une diminution du risque de blessures. Celui-ci est prêt à accueillir, dans le cadre du DU, enseignants et enseignés pour d'éventuelles formations théoriques et pratiques. Le centre est en effet composé d'outils technologiques utiles aux TP du DU tels qu'une chambre de cryothérapie corps entier ou encore d'un caisson d'oxygénothérapie hyperbare.