

## Bibliographie Abdominaux arrêtez le massacre

### APOR B DE GASQUET

- Elizabeth Gillies, « 96 exercices avec un ballon » ed Marabout 2010
- B de Gasquet « abdominaux arrêtez le massacre » ed Marabout 2009
- M Caufriez, « Gymnastique Abdominale Hypopressive » 1ère éd. Bruxelles 1997
- M Caufriez, P Pinsach, JC Fernandez «Abdominaux et Périnée » MC Editions 2010
- I. Kapandji « Qu'est ce que la biomécanique » ed Sauramps médical 2011
- I. Kapandji: « Physiologie articulaire » Tome 3 Tronc et rachis Maloine 1988 Mémoires
- M Dufour « Anatomie de l'appareil locomoteur » tete et tronc 2eme ed Tome 3 ed Masson 2007
- L Busquet « Les chaînes musculaires Tome 2 Lordoses - Cyphoses - Scolioses et Déformations thoraciques » ed Busquet 2008
- V Lamour « Pilates pour la femme enceinte » Ed Pratique Marabout
- JC Marion, « La respiration abdominale : Mieux respirer, mieux être, mieux vivre » Le courrier du livre 2008
- S Frignet, "le Périnée des filles", ed de l'Eveil 2018
- P Kamina « Petit Bassin et Périnée» , Tome 1 et Tome 2, ed Maloine 1995
- Groupement Européen de périnéologie « La périnéologie... comprendre un équilibre et le préserver", Ed J Baco, J Mouchel et G Nelissen 1998
- Hides, J., Gilmore, C., Stanton, W., & Bohlscheid, E. (2008). Multifidus size and symmetry among chronic LBP and healthy asymptomatic subjects. *Manual Therapy*, 13(1), 43-49. doi: 10.1016/j.math.2006.07.017
- Hodges, P. W., & Moseley, G. (2003). Pain and motor control of the lumbopelvic region: effect and possible mechanisms. *Journal of Electromyography and Kinesiology*, 13(4), 361–370. doi.org/10.1016/s1050-6411(03)00042-7
- Hodges, P., & Richardson, C. (1996). Inefficient Muscular Stabilization of the Lumbar Spine Associated With Low Back Pain. *Spine*, 21(22), 2640-2650. doi: 10.1097/00007632-199611150-00014
- Kolář, P., Šulc, J., Kynčl, M., Šanda, J., Čakrt, O., & Andel, R. et al. (2012). Postural Function of the Diaphragm in Persons With and Without Chronic Low Back Pain. *Journal Of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*, 42(4), 352-362. doi: 10.2519/jospt.2012.3830
- Kolar, P., Sulc, J., Kyncl, M., Sanda, J., Neuwirth, J., & Bokarius, A. et al. (2010). Stabilizing function of the diaphragm: dynamic MRI and synchronized spirometric assessment. *Journal Of Applied Physiology*, 109(4), 1064-1071. doi: 10.1152/jappphysiol.01216.2009
- McGill, S., Grenier, S., Kavcic, N., & Cholewicki, J. (2003). Coordination of muscle activity to assure stability of the lumbar spine. *Journal Of Electromyography And Kinesiology*, 13(4), 353-359. doi: 10.1016/s1050-6411(03)00043-9