Séances de kinésithérapie : Rééducation du membre inférieur gauche/droit pour syndrome rotulien :

* Physiothérapie antalgique
* Massages défibrosant
* Etirements : quadriceps, ischio-jambiers, adducteurs, psoas, triceps
* Mobilisations de la patella
* Renforcement musculaire, isométrique surtout : quadriceps (vaste interne), rotateurs internes, stabilisateurs de hanche, ischio-jambiers
* Proprioception en position corrigée : centrage rotulien

+ Education : mouvements contre-indiqués (accroupissement) et auto-exercices