

PROGRAMME DE FORMATION COMPLETE EN

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Le pied est le reflet de l'organisme tout entier. A chaque partie du corps correspond une zone précise du pied. Cette zone est qualifiée de réflexe car elle permet une action à distance sur la partie associée. La stimulation d'une zone entraîne une libération de l'énergie stagnante, cause du dysfonctionnement, cette technique manuelle est utilisée en Chine pour la prévention ou le soin d'un grand nombre de maladies courantes. Elle peut aussi être une aide précieuse pour le diagnostic dans l'application d'autres thérapies, car elle permet de localiser le mal avec précision. Le bien-être et la détente qu'elle procure en fait une pratique d'une étonnante efficacité.

PROGRAMME DE REFLEXOLOGIE MODULE 1 : *Réflexologie plantaire de base*

THEORIE

1. Fondements et principes
2. Origines historiques
3. Ligne de divisions selon Fitzgerald
4. Le système nerveux : la peau, SNC, SNA
5. L'anatomie du pied
6. Indication/contre-indication/réaction
7. Physiologie : les différents systèmes (ostéo-musculaire, respiratoire, cardio-vasculaire...)
8. Réflexothérapie : règles de base, durées, fréquences, applications
9. Etude des différentes cartographies

PRATIQUE

1. Démonstration, observation
2. Le maintien du haut, du dessus, des bords du pied
3. Le maintien avec le plat de la main
4. Rotations, frottement, pétrissage, pincement, étirement, assouplissement, torsion
5. Relaxation du diaphragme, plexus solaire
6. Anatomie et localisation des zones
7. Enchaînements des gestes

OBJECTIF

1. Apprendre à dépister les dysfonctionnements physiologiques
2. Pouvoir prodiguer des bienfaits efficaces par stimulation des zones réflexes
3. Connaître et comprendre une technique de prévention naturelle

MOYEN PEDAGOGIQUE

1. Plan de cours remis en fin de stage
2. Travaux pratiques continus
3. Tableau de suivi « entraînement de 70h de soin et technique de bilan »
4. Contrôle de connaissances : contrôle continu et certificat.

PROGRAMME DE REFLEXOLOGIE MODULE 2 : *Réflexologie plantaire Anatomie, Physiologie*

THEORIE

1. Technique de bilan des zones réflexes
2. Principe d'anamnèse
3. Les autres techniques de réflexologie (palmaire, facial)
4. Notion fondamentale de médecine chinoise
5. Le Qi
6. Le yin, yang
7. Théorie des 5 éléments
8. Les méridiens et zones réflexes
9. Relation entre Organes et émotions
10. Les éléments : relation, excès, division

PRATIQUE

1. Mise en pratique de la technique de bilan et traitement des zones
2. Mise en situation d'anamnèse et de suivi du patient
3. Démonstration/observation
4. Révision du maintien du haut, du dessus, des bords du pied
5. Révision du maintien avec le plat de la main
6. Révision de rotations, frottement, pétrissage, pincement, étirement, assouplissement, torsion
7. Relaxation du diaphragme, plexus solaire

OBJECTIF

1. Observation et mise en application donneur/receveur
2. Maitriser différentes techniques de réflexologie
3. Savoir proposer des solutions préventives
4. Elargir sa vision en se basant sur un concept de correspondances et interdépendances

MOYEN PEDAGOGIQUE

1. Plan de cours remis en fin de stage
2. Travaux pratiques continus
3. Tableau de suivi « entrainement de 70h de soin et technique d'analyse »
4. Contrôle de connaissances : contrôle continu et certificat

PROGRAMME DE REFLEXOLOGIE MODULE 3 : *Réflexologie plantaire : techniques de bilan*

THEORIE

1. Schémas chroniques et solutions
2. Avantage de l'analyse du pied
3. L'anatomie du pied : problème spécifique, comment les détecter
4. Les autres techniques de réflexologie (do-in points, mexicain, métamorphique, relaxation)
5. Technique de bilan analytique
6. Aspect de l'analyse selon Grimberg

PRATIQUE

1. Anatomie : localisation des nouvelles zones/repérage précis de signes chroniques
2. Pratique et études des organes et des troubles physiques/mise en situation
3. Pratique de pression sur les méridiens, zones reflexes directes et indirectes
4. Initiation et pratique du DO IN
5. Initiation et pratique des points mexicains
6. Initiation et pratique de la relaxation (méditation)
7. Initiation et pratique du massage métamorphique

OBJECTIF

1. Observation et mise en application
2. Maitriser différentes techniques de bilan de santé
3. Savoir proposer des solutions préventives
4. Elargir sa vision en se basant sur un concept d'analyse.

MOYEN PEDAGOGIQUE

1. Plan de cours remis en fin de stage
2. Travaux pratiques continus
3. Tableau de suivi « entraînement de 70h de soin et technique d'analyse »
4. Contrôle de connaissances : contrôle continu et certificat