

Déroulement de la formation

### **1er module : 11/12/13 Mars 2022**

Vendredi après-midi

Présentation du programme de formation

Réflexologie : Histoire et principes, effets, précautions, contre-indications, hygiène du pied.

Samedi matin

Anatomie : le pied

Notions : positionnement / présence / respiration

Réflexologie : techniques de relaxation, bien être

Pratique : découverte et repérage des différents os du pied, séance de relaxation

Samedi après-midi

Réflexologie : cartographie / zones réflexes / massage harmonisant

Notion : la séance en étapes

Pratique : positionnement, observation, massage harmonisant.

Dimanche matin

Révision anatomie du pied

Physiologie : le squelette / les muscles

Réflexologie : compte rendu de séance, technique de relaxation

Dimanche après-midi

Réflexologie : système squelettique / système musculaire

Pratique : zones réflexes des systèmes squelettique, musculaire.

-----

### **2ème module : 1/2/3 Avril 2022**

vendredi après-midi

Réflexologie: révisions, analyse de pratique

Notions : l'attention et l'intention dans le soin

Physiologie : système nerveux

Samedi matin

Physiologie : systèmes cardio-vasculaire, nerveux

Réflexologie : zones réflexes système cardio-vasculaire, système nerveux, les plexis

Notion : Le stress, pyramide de Maslow

Pratique : relaxation arbre à papillons, repérer des zones de tensions

Samedi après-midi

Réflexologie : l'accueil pour le soin, écologie, formulaire de séance, techniques de base.

Notion : Identifier, analyser et interpréter les zones de tensions

Pratique : zones réflexes du système cardio-respiratoire, nerveux

Dimanche matin

Physiologie: système digestif, système squelettique ( vertèbres)

Réflexologie : Repérage zones réflexes du système digestif

Dimanche après-midi

Réflexologie : suite système digestif, zones réflexes des vertèbres et correspondances avec les organes

Pratique : séance sur le système digestif, vertèbres, identifier, analyser et interpréter les zones de tensions

---

### **3ème module 6/7/8 Mai 2022**

Vendredi après-midi

Pratique : révisions, analyse de pratique

Réflexologie : observation, échange, écoute active, soin adapté selon sensibilité

Pratique : éducation kinesthésique, application d'un soin adapté

Samedi matin

Physiologie : système urinaire et reproducteur

Réflexologie : zones réflexes système urinaire et reproducteur

Pratique : éducation kinesthésique, repérer les zones réflexes des systèmes urinaires et reproducteur

Samedi après-midi

Réflexologie : protocoles de séance

Pratique : séance sur systèmes urinaire et reproducteur

Dimanche matin

Physiologie : système endocrinien

Réflexologie : zones réflexes système endocrinien

Pratique : relaxation sur les couleurs, repérage zones réflexes système endocrinien

Dimanche après-midi

Réflexologie :

Pratique : appliquer un protocole, identifier et interpréter les zones de tension ou sensibilités et adapter les stimulations, pressions

---

### **4ème module : 3/4/5 Juin 2022**

Vendredi après-midi

Pratique : révisions, analyse de pratique

Notion : cerveau droit / cerveau gauche

Samedi matin

Physiologie: système lymphatique et immunitaire

Pratique : repérer les zones réflexes du système lymphatique, immunitaire

Samedi après-midi

Réflexologie : l'enfant en séance, précision de la zone réflexe

Pratique : écoute active, repérer les zones sensibles, tendues, appliquer un soin adaptés

Dimanche matin

Pratique : relaxation billes tourbillonnantes

Réflexologie : repérage des zones réflexes système lymphatique et immunitaire

Dimanche après-midi

Pratique : séance avec protocole complet, compte rendu de séance

-----

### **5ème module : 1/2/3 Juillet 2022**

Vendredi après-midi

Pratique : révisions, QCM

Réflexologie : la Médecine traditionnelle chinoise en réflexologie plantaire

Samedi matin

Anatomie : la main

Réflexologie palmaire: cartographie de la main, protocole de séance

Pratique : repérage des zones réflexes de la main

Samedi après midi

Réflexologie : charte éthique

Notion : ma perception, mon ressenti

Pratique : éducation kinesthésique, ma perception, mon ressenti

Dimanche matin

Pratique : évaluation.

Remise d'attestation de stage 5 modules.