



Kerayu

## Programme Formation Réflexologie Plantaire

Contact : 07.81.39.67.62 – [kerayu7@gmail.com](mailto:kerayu7@gmail.com) - [www.kerayu.com](http://www.kerayu.com)

### Formation Réflexologie Plantaire

#### Objectifs pédagogiques :

- Réaliser une séance de réflexologie plantaire de 45 min à 1h auprès de clients ou patients.
- Aider les clients ou patients à se relaxer, retrouver et équilibrer leur énergie (ni trop vive, ni trop basse)

#### Conditions d'admission :

Etre Praticiens en massage bien-être, soins corporels; Professionnels du massage pour des remises à niveau; Professionnels de santé paramédicale; Professionnels de santé médicale; Professionnels de l'esthétique ; Professionnels du secteur sanitaire : infirmiers, sages-femmes...; Demandeurs d'emploi en reconversion de praticiens en massage ; Professionnels en reconversion de praticiens en massage ; Enseignants de yoga, qi gong, tai chi chuan

#### Durée de la formation

Nombre de jours : 3 (10h-18h) - Nombre d'heures : 21

#### Programme :

Tour de table et définition des objectifs

1. S'approprier les bases et fondements de la réflexologie plantaire :
  - Quelle est la définition et l'origine de cette technique ?
  - A qui s'adresse-t-elle?
  - Apprendre les bases de la réflexologie actuelle, l'anatomie et la cartographie du pied\_
  - Respecter les contre-indications
2. Etapes-clés et techniques pour réussir une réflexologie plantaire
  - Se préserver en tant que professionnel en donnant une séance : positionnement, déplacements

- Déterminer la pression adaptée
  - Maîtriser la durée d'une séance, et appréhender les réactions suite à une séance
  - Installer le client sur une chaise ou sur une table de massage
  - Assimiler les techniques de base : la saisie du pied, la technique de pression, les techniques digitales, la technique de pincement, de pétrissage, de relaxation et les différentes prises
  - Définir les zones réflexes
3. Détailler le protocole d'une séance
- Définir le pied sur lequel commencer la séance
  - Localiser et intégrer les zones réflexes du pied et utiliser les pressions et prises de mains adaptées sur chaque zone
  - Pratiquer le protocole étape par étape
  - Pratiquer le protocole complet
4. Réviser toutes les techniques transmises de Reflexologie plantaire
- Répertorier toutes les étapes-clés
  - Pratiquer chacun des protocoles
  - Transmettre son expérience en échangeant sur les difficultés rencontrées
  - Affiner sa pratique

Les plus de la formation :

- Gestion de vos dossiers de demande de financement
- Accueil - pause du matin et après-midi - boisson et (snack) inclus
- Repas du midi offert
- Remise d'une certification en fin de stage
- Formation en petit groupe
- Formation sur modèles le dernier jour