

FORMATION RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE



Présentation

La réflexologie plantaire est un massage des pieds d'origine chinoise. Selon une médecine chinoise ancestrale, chaque zone réflexe correspondrait à un organe, une glande ou une partie du corps qui se projetterait sur la plante des pieds. Un toucher spécifique localise les tensions et les débloquent. Cette technique active la circulation sanguine au niveau des pieds, effaçant les contraintes de la journée. Détente assurée !

Cette technique traditionnelle remonte à plus de 2000 ans et est encore pratiquée aujourd'hui par les moines bouddhistes.

Un séance de réflexologie consiste à soulager la personne en traitant les déséquilibres du corps, grâce à des pressions manuelles exercées sur les zones dites « réflexes ». La réflexologie est utilisée aujourd'hui :

- Comme prévention ;
- Dans l'accompagnement de la prise en charge d'un traitement médical (au titre des médecines non conventionnelles non alternatives).

Cette formation professionnelle d'une journée est basée sur le massage traditionnel chinois des pieds pour stimuler les points réflexes. La réflexologie plantaire est un bon choix pour les thérapeutes, les réflexologues et les débutants.

Objectifs pédagogiques

Ce massage des pieds, essentiellement concentré sur le dessous du pied et la voûte plantaire, permet de localiser les tensions nerveuses et musculaires du corps mais aussi certains dysfonctionnements. Ce massage permet de détendre, d'estomper et de faire disparaître ces maux par des pressions sur les zones réflexes de la voûte plantaire puisqu'à chaque zone réflexe correspond une partie du corps ou un organe.

Programme

- Présentation / Historique / Spécificités du massage.
- Les indications et contre-indications.
- Les différentes manœuvres : pressions, tractions...
- Posturologie.
- Apprentissage du déroulement d'une séance.
- Evaluation pratique / Test de connaissances.
- Débriefing

Évaluation :

En contrôle continu par le biais de la mise en œuvre d'exercices pratiques.

Nature de la sanction de l'action de formation :

Attestation de formation

🕒 **Durée :** 14 h - 2 jours

💶 **Tarif :** 490 € T.T.C.

💶 **Acompte inscription :** 147 € T.T.C.

Prérequis pédagogique :
Débutant. Avoir plus de 18 ans.
Être à l'aise avec les pieds des autres et avoir un intérêt dans les métiers du « toucher ».

Méthodes & moyens pédagogiques :
Matériel mis à disposition du stagiaire :
- table
- flacon d'huile
- 1 petite serviette
- 1 gel désinfectant mains
- masques chirurgicaux
- drap-house jetable
- livret de formation
Matériel fourni par le stagiaire :
- cahier
- stylo

Déroulement du stage :
Formation en présentiel
Lieu : Formabeauty
28, rue Gambetta
83500 La-Seyne-sur-Mer

FORMATION RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

Formatrice : Mme Sahbia GARBAA

Mme Sahbia GARBAA, de formation initiale CAP esthétique, a dirigé pendant 16 ans un institut de beauté et spa. Depuis 2005, elle s'est formée régulièrement aux différentes techniques esthétiques (restructuration des sourcils, micro-pigmentation manuelle, maquillage professionnel, formation aux produits de marques, Pro Extencils, prothésiste ongulaire, etc.) et elle a elle-même formé une quinzaine d'apprenties dans le domaine de l'esthétique.

Elle est reconnue en tant que professionnelle experte dans son domaine et elle est sollicitée régulièrement pour donner des formations. Mme Sahbia Garbaa est soumise aux dispositions pénales relatives au secret professionnel dans le cadre des prestations effectuées pour ses clients.

Modalité d'inscription à la formation

Inscription via le formulaire contact du site Internet :

<https://www.forma-beauty.fr/index.php/a-propos/contact/>

Réponse sous 48 heures.

Accès aux personnes à mobilité réduite



Notre engagement lors de l'inscription

- Le centre fournit un questionnaire afin d'évaluer au mieux le handicap du candidat.
- Par la suite, si nous avons la capacité de nous adapter au handicap du candidat, nous procéderons à l'inscription.

Contactez Mme Sahbia GARBAA au 06 37 12 13 51