

CENTRE DE FORMATIONS BIEN-ETRE

REFLEXOLOGIE PLANTAIRE « EN ENERGETIQUE CHINOISE »



LE PROGRAMME DETAILLE DE L'ACTION DE FORMATION

La formation en réflexologie plantaire « énergétique chinoise » cycle 1, 2 et 3 se déroule sur 15 jours, à raison de 3 cycles de 5 jours, plus 75 heures de pratique pour la validation.

Horaires : 9h00 à 12h00 et 13h30 à 18h00, avec une pause déjeuner de 1h30 (**repas à charge du stagiaire**).

Lieu : Cabinet de réflexologie et techniques manuelles de bien être – Isabelle Ezanno Formatrice – Locmaria Prantarff- 56850 Caudan.

N° de Siret : 50505358700034

Code NAF : 9604Z

Téléphone : 06 /34/ 40/67 /78

Courriel : isabelleezanno@yahoo.fr

Nouveau Site : www.isbellereflexologuebretagne56.com



CYCLE 1

Le premier cycle correspond à un peu plus de 37 heures et 30 mn de formation, ceci afin de parfaire les connaissances théoriques, techniques et manuelles.

Le but est de parcourir l'essentiel des techniques proposé dans le 1^{er} cycle, en utilisant des supports pédagogiques, en découvrant l'anatomie du corps humain dans le pied par des cartographies et mettre en application directe sur des planches (dessins des pieds), puis travaille d'enchainements spécifiques, par des techniques manuelles sur les deux pieds (katas).

L'esprit est d'apporter, à celui qui reçoit le soin, un bien être, un confort, un soulagement, un rééquilibrage énergétique, en travaillant au niveau des pieds sur des zones reflexes bien précises. Ce type de soin, est une technique manuelle à caractère non thérapeutique et ne remplace en aucun cas un traitement médical en cours.

PROGRAMME DE SES CINQ JOURS

- Prise de contact

Présentation du programme de la journée, présentation des stagiaires

- Support pédagogique papier

Utilisation d'un support pédagogique remis à chaque stagiaire par journée de formation. Document élaboré par Isabelle Ezanno et protégé par le droit à la propriété intellectuelle.

Travail théorique:

- Introduction
- Responsabilité du réflexologue
- Les pieds dans l'histoire
- Histoire de la réflexologie
- Mode d'action
- Une ouverture vers l'anatomie du corps dans le pied
- Cartographie à dessiner
- Les différentes lignes du pied en correspondance avec le corps
- Les réactions à la réflexologie
- L'auto traitement

Révisions pratiques tout au long des Cinq jours du cycle de formation réflexologie plantaire

Travail technique et manuel sur les deux pieds:

- Déroulement et séance de relaxation
- Le diaphragme
- La colonne vertébrale
- Musculaire articulaire haut
- Musculaire articulaire bas
- Le sciatique
- L'énergie vitale

- Planche de pied

- **Bilan** (Questions – Réponses)

Cycle 2

Le deuxième cycle correspond à un peu plus de 37 heures et 30 mn de formation, ceci afin de parfaire les connaissances théoriques, techniques et manuelles.

L'objectif :

Révision et contrôle des acquis du cycle 1

Perfectionnement des connaissances et travail de la réflexologie plantaire

Compréhension des effets du travail sur les plans physiologiques et psychologiques

Evaluer et mettre en place une orientation de soins de confort et bien-être dans son entourage et/ou professionnel.

PROGRAMME DE SES CINQ JOURS

Révision et contrôle des acquis précédents.

Travail technique et manuel sur les deux pieds :

- Le système digestif

Kata pour les zones digestives hautes et cartographie à compléter

Kata pour les zones digestives basses et cartographie à compléter

- Le système urinaire

- Le système génital masculin et féminin

Kata pour les zones urogénitales et cartographie à compléter

- L'appareil respiratoire

Kata pour les zones respiratoires et cartographie à compléter

- Le cœur

Kata pour les zones cardio-vasculaires et cartographie à compléter

- Le système lymphatique

Kata pour les zones lymphatiques et cartographie à compléter

- Etudes de cas concret ...

- Planche de pieds

- **Bilan** (Questions – Réponses)

Cycle 3

Le troisième cycle correspond à un peu plus de 37 heures et 30 mn de formation, ceci afin de parfaire les connaissances théoriques, techniques et manuelles.

Objectif :

Révision et contrôle des acquis des cycles 1 et 2

Initiation sur les bases de la médecine Chinoise en réflexologie Plantaire

Préparation à la validation

PROGRAMME DE SES CINQ JOURS

Révision et contrôle des acquis précédents.

Travail technique et manuel sur les deux pieds:

- Le système neurologique
- Le système endocrinien

Kata pour les zones neurologiques et cartographie à compléter

Kata pour les zones endocriniennes et cartographie à compléter

Découverte de la médecine chinoise associée à la réflexologie plantaire

Les cinq éléments :

- Eau – Bois – Feu – Terre - Métal
- Le Yin et le yang
- Etudes de cas concret ...
- Bilan

Révisions pratiques tout au long des Cinq jours du cycle de formation réflexologie plantaire

Nota : A chaque fin de cycle, je vous délivre une attestation de participation. A l'issus de la formation, vous avez la possibilité de passer une validation et recevoir » l'attestation de praticien reflexologue attesté dans le domaine du Bien-être » qui n 'a pas valeur de diplôme.

A prévoir pour la formation :

- Une tenue souple
- Les ongles (pieds et mains) coupés par respect pour le principe d'échange "du donneur et receveur en réflexologie plantaire."
- Trousse de crayons, feutres, un cahier, un protège document (classement support pédagogique)