

LA RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE

OBJECTIFS DU STAGE

- La réflexologie est une science ancestrale dont les origines remontent au temps de l'ancienne Egypte (de nombreuses fresques et hiéroglyphes retrouvés sur des tombeaux nous le prouvent).
- A l'issue de la formation, les stagiaires seront capables de décoder les signes de dysfonctionnement et d'agir sur différents organes, fonctions, glandes, émonctoires ou systèmes par des pressions ciblées sur certaines zones du pied afin que le corps retrouve l'homéostasie.

PUBLIC ET PRÉ-REQUIS NÉCESSAIRES AU STAGE

- Ouvert à tout public
- Pour suivre le programme, les conditions d'accès sont les suivantes:
 - pré-requis : aucune connaissance
 - niveau : aucun diplôme particulier exigé

CONTENU ET DÉROULEMENT

- Accueil des participants, présentation du stage et de ses objectifs.
- Identification des attentes des participants
- Mise en œuvre des exercices de confiance en lien avec le thème pour créer une bonne dynamique de groupe
- Qu'est-ce que la réflexologie et comment agit-elle ?
- L'art de la réflexologie
- L'efficacité de la réflexologie
- La préparation pour une séance de réflexologie
- La construction d'une séance de réflexologie
- Les réactions possibles après une séance
- Le mouvement de reptation, les différentes poses des mains
- La cartographie plantaire
- Les zones réflexes
- Lecture des pieds, les différents systèmes
- Remise à chaque stagiaire d'une « attestation de fin de stage »

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Exercices adaptés autour de différentes notions telles que la confiance en soi et en l'autre, le lâcher-prise, l'écoute active, le respect, la prise de conscience de son schéma corporel, les intentions dans le toucher....
- Ateliers pratiques de réflexologie plantaire en binôme ou en groupe.
- Exploitation des situations vécues par les stagiaires. Etudes de cas pratiques
- Livret théorique remis à chaque stagiaire
- Espace de parole possible à tout moment
- Apports théoriques

DURÉE

- L'action sera d'une durée de 28 heures, réparties comme suit : 2 sessions de 2 journées.

FICHE PÉDAGOGIQUE
RÉFÉRENCE ACTION
RF

DOMAINE

Santé – Bien-être –
Bien-être

DURÉE

28 heures

CALENDRIER

Sur site
www.arterogilles.com

TARIF:

700 € TTC

LIEU

81110 Dourgne

ANIMATEUR

ARTERO Gilles

CONTACT

ARTERO Gilles
06 19 56 79 72
artero.gilles@yahoo.fr