



LC FORMATIONS
CONSEIL & DEVELOPPEMENT

PROGRAMME DE FORMATION

RELEXOLOGIE PLANTAIRE (MANUELLE)

CONTACT / RENSEIGNEMENT :

CASTILLON LAURÈNE, 06.69.23.18.16
CONTACT@LC-FORMATIONS.FR



FORMATION REFLEXOLOGIE PLANTAIRE (MANUELLE)

➔ OBJECTIFS PROFESSIONNELS :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Connaître les vertus et les contre-indications de la réflexologie plantaire
- Connaître les zones de réflexes et les méridiens de chaque pied
- Être capable de réaliser un protocole complet de réflexologie plantaire manuelle en maîtrisant les gestes et les postures

➔ CATÉGORIE ET BUT

La catégorie prévue à l'article L.6313-1 est : Action de formation

Cette action a pour but (article L.6313-3) : De favoriser l'adaptation des travailleurs à leur poste de travail, à l'évolution des emplois ainsi que leur maintien dans l'emploi et de participer au développement de leurs compétences en lien ou non avec leur poste de travail.

➔ PUBLIC

Le public concerné est : Professionnels de l'esthétique souhaitant faire évoluer leurs compétences

➔ PRÉ-REQUIS

Les conditions d'accès sont :

Pré-requis : Aucun

Niveau exigé : Débutant

➔ DURÉE

Horaires et Dates : Voir convention de formation.

➔ TARIF

SUR DEMANDE.

Organisme de formation net de TVA.

➔ MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription est réputée acquise lorsque : La convention de formation est signée.

Les délais d'accès à l'action sont : 15 jours avant de le début de l'action de formation.



FORMATION REFLEXOLOGIE PLANTAIRE (MANUELLE)

➔ MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT

MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

L'organisation pédagogique repose sur l'individualisation accompagnée avec présence pédagogique constante du formateur.

Cours avec apports théoriques et mise en pratique immédiate sur ordinateur.

OUTILS PÉDAGOGIQUES : Formation en présentiel, opérationnelle, qui alterne apports théoriques et pratiques.

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES : Programme de formation détaillé.

PRISE EN COMPTE DU HANDICAP : Les personnes en situation de handicap physique peuvent tout à fait rejoindre notre formation. Merci de nous contacter pour toute situation particulière.

ELÉMENTS MATÉRIELS DE LA FORMATION

Equipements divers mis à disposition : table de massage, paperboard, documents papier remis au stagiaire en fin de formation. Entraînement entre stagiaires ou sur modèles.

Documentation : Le formateur s'appuiera sur des articles disponibles en ligne.

COMPÉTENCES DES FORMATEURS

Le formateur référent possède les qualités nécessaires à la mise en place d'un parcours modulaire. Il a un rôle de formateur accompagnateur. Il réajuste en permanence le contenu de la formation en fonction des avancées du stagiaire. Il reste à l'écoute des besoins et répond au mieux aux attentes.

La formation sera assurée par Madame Laetitia Delacroix , formatrice en massage bien-être .



FORMATION REFLEXOLOGIE PLANTAIRE (MANUELLE)

➔ CONTENU DE LA FORMATION

PARTIE 1 – PRESENTATION ET INITIATION A LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

- Origines culturelles, vertus et contre-indications
- Apprentissage détaillé des zones réflexes de chaque pied et des courants énergétiques
- Bases du massage des zones réflexes : comment masser chaque zone et quels sont les effets
- Examen visuel du pied et des méridiens qui parcourent les mollets et les pieds
- Notion de douleur : comment travailler les zones en fonction des réactions du sujet
- Toucher d'écoute et de bienveillance
- Enchaînement d'un protocole complet (60 min)
- Etirements

PARTIE 2 – APPRENTISSAGE A LA REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

- Travail sur la posture et la respiration
- Entraînements sur le protocole complet
- Etirements
- Synthèse



FORMATION REFLEXOLOGIE PLANTAIRE (MANUELLE)

➔ SUIVI ET ÉVALUATION

EXÉCUTION DE L'ACTION

Les moyens permettant de suivre l'exécution de l'action sont :

- feuilles de présence émargées par le stagiaire et le formateur

MODALITÉS D'ÉVALUATION DES RÉSULTATS (OU D'ACQUISITION DES COMPÉTENCES)

Les moyens mis en place pour déterminer si le stagiaire a acquis les connaissances ou les gestes professionnels précisés dans les objectifs sont :

- Exercices pratiques
- Mise en situation finale : QCM



LC FORMATIONS
CONSEIL & DEVELOPPEMENT

LC FORMATIONS

50 AVENUE DES CHAMPS ELYSEES 75008 PARIS
SIRET 88379731800036 - SARL AU CAPITAL SOCIAL DE 1000 € - NUMÉRO TVA INTRACOMMUNAUTAIRE FR77883797318
DÉCLARATION D'ACTIVITÉ DE FORMATION ENREGISTRÉE SOUS LE N°11757183875 DU PRÉFET DE RÉGION D' ÎLE-DE-FRANCE