



Réflexologie Palmaire

DURÉE

3 JOURS - 21 heures

PRIX

450 €

NOMBRE DE PARTICIPANTS

De 6 à 10 personnes

DÉFINITION

La Réflexologie Palmaire s'inscrit elle aussi au cœur des médecines complémentaires.

La cartographie du corps est représentée sur les faces palmaires et dorsales des mains. Une action manuelle par des pressions et des reptations va stimuler les zones réflexes afin d'apporter à votre organisme une sensation de bien-être pour la gestion du stress.

Idéale pour relâcher le corps dans sa totalité, la réflexologie palmaire est proposée en centre thermal, en thalassothérapie, au sein des cliniques et hôpitaux mais aussi dans les maisons de retraite et les EHPAD.

La main étant accessible facilement, elle fait partie des soins choisis par les entreprises pour l'accompagnement des salariés.

PRÉ-REQUIS

Etre majeur

CONDITIONS et DÉLAIS D'ACCES

Entretien préalable au stage. Il est possible d'accéder au cours 7 jours avant son démarrage, une fois le contrat complété et signé.

LIEU DE LA FORMATION

M3E, 4 Avenue du Mont Thabor
Immeuble Castellani
20090 Ajaccio

DATES DE SESSION

Contactez nous

PUBLICS CONCERNÉS

Professionnels de la santé, du bien-être et de l'esthétique, toute personne souhaitant développer ses compétences en réflexologie

MODE DE DÉROULEMENT

3 jours en présentiel

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- **Découvrir l'histoire de la réflexologie palmaire**
- **Repérer l'anatomie de la main**
- **Apprendre les bases de l'Énergétique chinoise**
- **Savoir relaxer les mains avant la séance**
- **Connaître les zones réflexes de la main**
- **Apaiser les tensions et rééquilibrer l'énergie vitale**
- **Réaliser une séance de réflexologie palmaire**

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Cours théoriques et magistraux
- Supports pédagogiques avec planches anatomiques,
- Livrets de cours
- Planches zones réflexes
- Mise en situation pratique par binôme,
- Table de massage, serviettes, huile de massage

ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE

La formation sera dispensée par **Mylène Argot Coltelloni**, formatrice et Réflexologue en énergétique chinoise (Certificat obtenu en 2018)

DISPOSITIF DE SUIVI D'EXÉCUTION DU PROGRAMME ET D'APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

Feuille d'émargement; quiz; Mise en pratique sur binôme d'un protocole de soin en énergétique chinoise.

A l'issue de la formation un certificat de réalisation est délivré.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Contactez-nous pour une analyse de votre besoin.

PROGRAMME ET DÉROULÉ DE LA FORMATION - 3 jours/ 21 heures

Jour 1 (7 heures)

Matin 9h-12h

- Introduction
- Historique de la réflexologie
- Initiation anatomie de la main

Après-midi 13h-17h

- Les bases de l'énergétique chinoise
- Les 5 éléments, Les cycles, Les méridiens des mains

Jour 2 (7 heures)

Matin 9h-12h

- Découverte des zones réflexes
- Indications et contre- indications
- reconnaître les zones réflexes de la main faire sur binôme

Après-midi 13h-17h

- Etude des systèmes : locomoteur, génital, cardiovasculaire, sensoriel
- Exercices de cas pratiques : Savoir un protocole sur une problématique des systèmes

Jour 3 (7 heures)

Matin 9h-12h

- Mise en application avec le cycle des 5 éléments
- Réaliser une séance sur les systèmes avec les 5 éléments

Après-midi 13h-17h

Evaluation finale : Quiz ; Le stagiaire va devoir pratiquer chaque système sur son binôme par le biais des techniques enseignées sur les zones réflexes concernées au niveau des mains. Il devra réaliser une séance de Réflexologie palmaire complète.

Remise du certificat