

Formation Réflexologie palmaire Bien Être

La formation réflexologie palmaire : Le principe de cette réflexologie est d'apporter détente et relaxation tout en régulant l'organisme par une technique d'acupressure sur des points reflexes.

Contenu de la formation :

- Histoire et définition de la réflexologie
- Indications et contre-indications (bienfaits, pathologies)
- L'attitude du thérapeute (neutralité, empathie)
- Anatomie du corps (étude des principaux systèmes)
- Techniques commerciales
- Techniques d'acupressure
- Apprentissage des zones reflexes des mains

Objectif :

- Apprendre à effectuer les gestes et mouvements de la réflexologie.
- Savoir balayer les zones reflexes
- Faire la différence entre une thérapie et un massage relaxant
- Développement des compétences techniques
- L'acquisition d'une base en anatomie
- Être capable d'effectuer un protocole de réflexologie de relaxation
- Perfectionner ses gestes et ses techniques posturales
- Développer son offre commerciale

Public :

- Professionnels de la beauté, du bien-être et du spa
- Particuliers souhaitant développer ses connaissances ou effectuer une reconversion professionnelle

Suivi pédagogique :

- Travail en binôme
- Méthode active et participative
- Présentation, explication et réalisation des manœuvres par le formateur, puis réalisation par les stagiaires
- Contrôle et correction par le formateur
- Remise d'un support pédagogique

Évaluation de la formation :

- Évaluation des connaissances
- Remise d'attestation de formation

Les effets recherchés

- Détente et relaxation
- Soulage les tensions, déblocage musculaire
- Antistress
- Active la circulation sanguine et lymphatique

Programme de la formation :

Jour 1 : Théorie et pratique :

- Accueil et présentation des participants
- Définition de la réflexologie
- Indication et contre-indications de la réflexologie faciale
- Observation mains et manipulation
- Définition des différentes méthodes d'acupressure
- Explication des différentes techniques
- Début apprentissage protocole bien être et mise en pratique

Jour 2 : Pratique et Révision :

- Révision acquis jour 1
- Développement des techniques commerciales
- Balayage de tous les systèmes du corps (anatomie)
- Positionnement et respiration du praticien
- Pratique du massage complet
- Techniques commerciales et développement de la carte de soin
- Contrôle des connaissances et évaluation