

# Réflexologie plantaire fiche formation



LA RÉFLEXOLOGIE EST UNE TECHNIQUE HOLISTIQUE DANS LAQUELLE LA PRESSION AVEC LE POUCE ET LES DOIGTS EST APPLIQUÉE À DES ZONES "RÉFLEXES" QUI ONT ÉTÉ TRACÉES SUR LES PIEDS ET LES MAINS.

EN APPLIQUANT LA PRESSION ET EN STIMULANT LES PIEDS OU LES MAINS VOUS FAVORISEZ UNE MEILLEURE CIRCULATION ET AMÉLIOREZ L'ÉTAT GÉNÉRAL DES DIFFÉRENTS ORGANES CORRESPONDANTS.

PAR CONSÉQUENT, LE STRESS ET LES AUTRES CONDITIONS PHYSIQUES PEUVENT ÊTRE AMÉLIORÉS DE LA MÊME MANIÈRE QU'UN ACUPONCTEUR FAIT POUR DÉLIER LES BLOCAGES EN UTILISANT SES AIGUILLES D'ACUPONCTURE.

AINSI, LA RÉFLEXOLOGIE IMPLIQUE BIEN PLUS QU'UN SIMPLE MASSAGE DES PIEDS.



## Pré-requis

Aucun



## Participant

Tout public  
Déconseillé aux femmes enceintes



## Durée

6 heures  
En cours du soir  
(3 x 2 heures)  
Ou programmation sur demande le Week-end

## Objectif

- Débloquer les tensions physiques et psychiques
- Libérer les toxines
- Normaliser la circulation énergétique par une sensation générale de bien-être
- Connaître différentes techniques de soutiens, de pressions pour effectuer la réflexologie et connaître les zones réflexes du pied et de la main
- Être capable de pratiquer les techniques appropriées

## Programme

- Découverte des zones réflexes des pieds et des mains
- Études sur le principe de correspondance entre certaines zones réflexes et organes
- Historique de la réflexologie
- Anatomie du pied et de la main
- Les précautions d'hygiène et les bienfaits
- Les techniques de réflexologie plantaire et palmaire



La forme du bien-être

# Kenko

1, boulevard de Québec - 45000 Orléans

Tél : 02 46 65 00 15 - Fax : 09 72 23 64 80 - [www.kenko.fr](http://www.kenko.fr) - [contact@kenko.fr](mailto:contact@kenko.fr)