

**ÊTRE EN CAPACITÉ DE DISPENSER UNE**  
**RÉFLEXOLOGIE PLANTAIRE ESTHÉTIQUE**

Janvier 2022

**OBJECTIFS OPÉRATIONNELS**

Être en capacité de dispenser un protocole de Réflexologie Plantaire Esthétique en respectant les règles d'hygiène, de confort de votre cliente, en respectant également l'enchaînement des manœuvres et leurs bonnes exécutions et ceci afin de le proposer comme nouvelle prestation à sa clientèle.

**PUBLIC CONCERNÉ**

Esthéticiennes, praticiens du bien-être, reconversion professionnelle, particulier après entretien téléphonique.

**PRÉ-REQUIS**

Pas de pré-requis.

**CATÉGORIE DE L'ACTION**

Acquisition et/ou entretien des connaissances.

**MOYENS-PÉDAGOGIQUES-RESSOURCES**

Support de formation

Démonstration

Pratique sous forme de binôme

Tests

**MOYENS TECHNIQUES**

Matériel fourni : tables de massage, matelas chauffants, linge et huile

Paper board et ou vidéo projecteur pour la partie théorique

Travail sous forme de binôme

Séance d'analyse et de synthèse du travail effectué réalisé chaque jour

Réalisation d'un protocole complet par chaque apprenant en 2<sup>ème</sup> partie de 2<sup>ème</sup> journée.

**MODALITÉS DE SUIVI DES APPRENANTS ET D'APPRÉCIATION DE LA FORMATION**

Attestation de présence

Attestation d'assiduité

Attestation de fin de formation

Évaluation en fin de formation : chaque stagiaire sera évaluée sur la réalisation d'un protocole de Réflexologie Plantaire esthétique dans son intégralité en respectant les règles d'hygiène, de confort de la

**7 allée Océan et Forêt – Bâtiment A, 64600 Anglet**

06.29.10.15.97 : Isabelle

06.16.33.84.04 : Alexandra

cliente, l'enchaînement des manoeuvres, leurs bonnes réalisations dans un temps donné, la posture de l'apprenant.

Évaluation en fin de formation de la satisfaction et des attentes possibles

### **INTERVENANTE**

Pamela SOULHIOL : Formatrice depuis 2018, diplômée d'un CAP et d'un BEP d'esthétique, a également travaillé comme esthéticienne entre 2001 et 2017 dans différents instituts ce qui l'a amené à se former à de nombreuses techniques.

### **INSCRIPTION & DÉLAIS D'ACCÈS**

L'inscription se fait par mail/téléphone/site internet auprès d'Isabelle Danet et/ou Alexandra Florencio qui valident la faisabilité de la formation, notamment pour les particuliers.

Un programme et un devis sont envoyés. À l'issue de la validation du devis, la formation pourra être planifiée en fonction des contraintes de l'organisme collecteur leur afférent : de 1 à 15 jours.

### **DURÉE**

Nombre d'heures 16 heures.

### **PARTICIPANTS**

Par groupe de 8 (huit) maximum

**ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES : Formation accessible et pour toute adaptation, merci de revenir vers Isabelle Danet ou Alexandra Florencio.**

## **PROGRAMME DETAILLE DE LA FORMATION :**

### **Réflexologie Plantaire Esthétique**

1er JOUR :

**09h30-10h00**

**Présentation du groupe**

**10h30-12h30**

Théorie- Historique - Qu'est-ce que le modelage plantaire esthétique ?

Comment se déroule une séance de Réflexologie Plantaire - Buts et objectifs

Techniques employées : Apprentissage de la « reptation » - Ses bienfaits associés à la réflexologie plantaire - Qualités requises – Bienfaits - Contre-indications

**13h30-16h30**

**Démonstration des premières manoeuvres**

Prise de contact :

- Effleurage
- Rotation de la cheville
- Mouvement circulaire autour des malléoles
- « yin et yang »
- Étirements des orteils

**7 allée Océan et Forêt – Bâtiment A, 64600 Anglet**

06.29.10.15.97 : [Isabelle](#)

06.16.33.84.04 : [Alexandra](#)

---

✉ [formation.modelage.aquitaine@gmail.com](mailto:formation.modelage.aquitaine@gmail.com)

🌐 [www.formation-massage-aquitaine.com](http://www.formation-massage-aquitaine.com)

siret : 750 319 758 00017 • APE 8559A • RCS de Bayonne • N° formateur : 72 64 03333 64

- Tapotements
- Localisation d'une partie des zones reflexes

Mise en pratique : les participants travaillent 2 par 2

16h30-18h00            **Changement de groupe, les praticiens deviennent receveurs et les receveurs deviennent praticiens, apprentissage des mêmes manœuvres.**

2ème JOUR :

**09h30-11h00            Démonstration des manœuvres suivantes.**

Localisation des zones entre ligne de diaphragme et ligne de taille

Un premier groupe met en pratique.

**11h00-12h30            Démonstration des manœuvres entre ligne de taille et ligne de talon**

Les receveurs deviennent praticiens.

13h30-15h00            Prise de notes et synthèse du travail effectué.

15h00-16h30            Un groupe effectue un modelage complet tandis que les autres servent de modèle.

16h30-18h00            Le groupe qui était modèle effectue un protocole complet.

**18h00-18h30            Remise des attestations de formation en Réflexologie Plantaire Esthétique**

**7 allée Océan et Forêt – Bâtiment A, 64600 Anglet**

06.29.10.15.97 : Isabelle

06.16.33.84.04 : Alexandra

---

✉ formation.modelage.aquitaine@gmail.com

🌐 www.formation-massage-aquitaine.com

siret : 750 319 758 00017 • APE 8559A • RCS de Bayonne • N° formateur : 72 64 03333 64