

# FORMATION CONTINUE

---

## REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

### TECHNIQUE GLOBALE DE BIEN-ÊTRE

#### PUBLIC CONCERNÉ :

---

Cette formation s'adresse à toute personne de plus de 21 ans qui souhaite se former et pratiquer professionnellement la réflexologie plantaire auprès de sa clientèle.

#### OBJECTIFS DE CETTE FORMATION :

---

Cette formation permet au praticien de proposer un **accompagnement holistique et individualisé en réflexologie plantaire**.

##### ➔ OBJECTIFS PROFESSIONNELS :

- Recevoir une clientèle en réflexologie plantaire
- Conduire une séance de réflexologie plantaire depuis l'entretien de départ aux consultations de suivi
- Proposer un suivi individualisé, adapté au terrain de la personne grâce à la réflexologie plantaire
- Connaître et appliquer les bases de l'accompagnement dérivé de la naturopathie
- Adapter ses protocoles en fonction du motif, des éléments de l'entretien pour l'accompagnement individualisé
- Maîtriser les aspects techniques et théoriques de cette technique en vue d'une pratique professionnelle en cabinet
- Détecter et interpréter les zones réflexes perturbées et adapter les techniques et protocoles au regard de ces indications
- Accueillir et accompagner son client : posture du praticien, gestion des réactions physiques et/ou émotionnelles pendant ou après une séance, suivi de consultations

#### FORMATRICES :

---

**Réflexologie plantaire :** Nina Bossard, Naturopathe, praticienne en réflexologie plantaire, formatrice.

**Mise à niveau en hygiène vitale (cours vidéo asynchrone animé par le formateur) :**

Dominick Léaud-Zachoval, Naturopathe, praticien en réflexologie plantaire, auteur, formateur & Sandra Geslin, Naturopathe, praticienne en réflexologie plantaire et formatrice

**Mise à niveau en anatomie-physiologie (cours vidéo asynchrone animé par le formateur) :**

Marine Dodet, Naturopathe scientifique, formatrice, conférencière

**Mise à niveau en dysfonctionnements physiologiques (cours vidéo asynchrone animé par le formateur) :**

Monique Béjat, Docteur en Médecine, D. U. de physionutrition, formatrice

#### MOYENS PÉDAGOGIQUES :

---

- Apports théoriques (vidéo asynchrone) et applications pratiques,
- Planches réflexologiques,
- Démonstration de la pratique sur un modèle,

- Pratique en binôme avec supervision,
- Tableau blanc interactif, support pédagogique et technique complet.

## ÉVALUATION DE LA FORMATION :

---

Dans le cadre de la formation professionnelle continue, cette formation est soumise à évaluation théorique et pratique, permettant sa validation.

Elle comporte 2 volets :

- Une évaluation écrite (hygiène vitale, anatomie physiologie et dysfonctionnements)
- Un examen oral et pratique

Une attestation de formation sera délivrée sous conditions de réussite à ces évaluations.

## DÉROULEMENT DE LA FORMATION :

---

Cette formation s'établit sur **33 jours soit 231 heures** répartis autour de 3 modules :

- **Module 1 :**  
3 jours de mise à niveau en hygiène vitale  
10 jours de mise à niveau en anatomie-physiologie  
7 jours de mise à niveau en notion générale en dysfonctionnements physiologiques
- **Module 2 :**  
9 jours en réflexologie plantaire de terrain
- **Module 3 :**  
4 jours : synthèse, installation et communication professionnelle, relation d'aide et évaluations

Auxquels s'ajoutent 80 heures de pratique individuelle minimum soit un total de **311 heures de formation**.

### Dates :

Les 20 jours de mise à niveau (vidéo asynchrone à visionner en fonction de vos disponibilités) avant le 1<sup>er</sup> jour de pratique du 26 mai 2026

Réflexologie plantaire pratique initiation (présentiel) : **26-27-28 mai 2026**

Réflexologie plantaire pratique professionnelle (présentiel) : **16-17-18 juin et 15-16-17 septembre 2026**

Module d'installation, relation d'aide (4 jours de vidéo asynchrone),

Evaluation et synthèse (1 jours en présentiel date à définir)

**Horaires :** 9h – 12h30 et 14h – 17h30

**Lieu :** 80 avenue Fernand Benoit- 13090 Aix-en-Provence

Le matériel à prévoir sera communiqué lors de l'envoi du dossier pratique et de la convocation.

## PROGRAMME DE LA FORMATION :

---

### MODULE 1 : MISE A NIVEAU EN HYGIENE VIALE, ANATOMIE-PHYSIOLOGIE ET DYSFONCTIONNEMENTS PHYSIOLOGIQUE

#### Les bases de l'hygiène vitale et de l'approche de terrain

- Les piliers fondamentaux : holisme, humorisme, vitalisme, causalisme
- Toxémie, émonctoires et surcharges
- Les manifestations de la vitalité. Les sur-vitaux et les sous vitaux
- Les axes principaux de l'accompagnement holistique dérivé de la naturopathie : revitalisation, détoxification, stabilisation.

#### Anatomie-physiologie des grands systèmes

- Anatomie-physiologie et principaux dysfonctionnements du système nerveux
- Anatomie-physiologie et principaux dysfonctionnements du système endocrinien
- Anatomie-physiologie et principaux dysfonctionnements du système urinaire
- Anatomie-physiologie et principaux dysfonctionnements du système digestif
- Anatomie-physiologie et principaux dysfonctionnements du système respiratoire
- Anatomie-physiologie et principaux dysfonctionnements du système cardiovasculaire
- Anatomie-physiologie et principaux dysfonctionnements du système immuno-lymphatique
- Anatomie-physiologie et principaux dysfonctionnements du système génital
- Anatomie-physiologie et principaux dysfonctionnements du système ostéo-articulaire : distribution nerveuse de la colonne vertébrale

### MODULES 2 : LA PRATIQUE

#### ▪ Initiation à la pratique (3 jours)

- Historique et définitions de base : système nerveux, définition du réflexe, localisation des zones réflexes, anatomie du pied.
- Utilité et spécificités.
- Techniques, conditions et exécution du massage, suivies de pratiques (détente du pied et recherche de zones douloureuses).
- Entretien, indications et contre-indications.
- Etudes des différents systèmes (zones réflexes sur le pied) : urinaire, digestif, respiratoire, lymphatique (émonctoires uniquement lors de ce premier module).
- Pratique à la fin de chaque système.
- Construction d'une séance type « émonctoires ».

**→ 15h de pratique minimum à effectuer entre l'initiation et la pratique professionnelle**

#### ▪ Pratique professionnelle - 1<sup>ère</sup> SESSION (3 jours)

##### Jour 1 :

- Réactivation et remise à niveau de la séance émonctoires (niveau initiation)
- Rappel de l'anatomie du pied et des lignes repères
- Révision des techniques de relaxation
- Révision des notions élémentaires d'anatomie du système endocrinien
- Intégration des zones réflexes et techniques réflexologiques du système endocrinien
- Démonstration de la pratique sur un modèle
- Pratique en binôme
- Révision des notions élémentaires d'anatomie du système génital
- Intégration des zones réflexes et techniques réflexologiques du système génital

**80 avenue Fernand Benoît – 13090 AIX-EN-PROVENCE**

**Tel: 04.42.29.87.48 e-mail : [administration@aesculape.eu](mailto:administration@aesculape.eu) [www.aesculape.eu](http://www.aesculape.eu)**

- Démonstration de la pratique sur un modèle
- Application sur un binôme

#### **Jour 2 :**

- Révision des notions élémentaires d'anatomie du système cardiovasculaire
- Intégration des zones réflexes et techniques réflexologiques du système cardiovasculaire
- Démonstration de la pratique sur un modèle
- Application sur un binôme
- Travail de la posture du praticien : utiliser son poids de corps, harmonisation de la respiration, ancrage, gestuelle
- Révision des notions élémentaires d'anatomie de la colonne vertébrale
- Intégration des zones réflexes dit « de tête » et de la colonne vertébrale et techniques réflexologiques associées
- Démonstration de la pratique sur un modèle
- Application sur un binôme
- Révision de la pratique

#### **Jour 3 :**

- Mise en place d'une séance « globale » : résumé écrit, démonstration de l'intervenant(e) sur un modèle et retransmission visuelle sur une cartographie afin de favoriser les trois canaux d'apprentissage (auditif, visuel, kinesthésique)
- Focus sur les choix de protocole : quand choisir une séance émonctoire ou une séance globale ?
- Etude de cas
- Etude de l'entretien réflexologique
- Introduction aux zones perturbées
- Introduction à l'approche énergétique de la réflexologie plantaire
- Pratique complète en binôme d'une séance globale en techniques classiques avec intégration de l'entretien
- Retour partagé d'expériences
- Consignes pour la pratique en intersession

→ **15h de pratique minimum à effectuer entre la 1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> session de la pratique professionnelle**

#### **▪ Pratique professionnelle – 2<sup>ème</sup> SESSION (3 jours)**

##### **Jour 1 :**

- Réactivation et remise à niveau de la technique classique
- Partage de retours d'expérience, enrichissement collectif
- Le bilan sensitif : apprendre à repérer et à interpréter les zones perturbées
- Evolution et manipulation des zones réflexes perturbées
- Introduction aux techniques avancées : terminologie, techniques et gestuelles
- Focus sur les systèmes nerveux, urinaire et digestif
- Révision des techniques classiques et des enchainements
- Démonstration des techniques avancées sur un modèle
- Pratique en binôme
- S'exercer à repérer les zones réflexes perturbées

##### **Jour 2 :**

- Focus sur les systèmes endocrinien et génital
- Révision des techniques classiques et des enchainements
- Démonstration des techniques avancées sur un modèle
- Pratique en binôme
- Réactivation de la posture du praticien : utiliser son poids de corps, harmonisation de la respiration, ancrage, gestuelle

**80 avenue Fernand Benoît – 13090 AIX-EN-PROVENCE**

**Tel: 04.42.29.87.48**

**e-mail : [administration@aesculape.eu](mailto:administration@aesculape.eu)**

**[www.aesculape.eu](http://www.aesculape.eu)**

- Focus sur le système lymphatique et sur la colonne vertébrale
- Révision des techniques classiques et des enchainements
- Démonstration des techniques avancées sur un modèle
- Pratique en binôme
- Mini-cas pratique avec intégration de la vision naturopathique

### **Jour 3 :**

- Mise en place d'une séance avancée : intégration des techniques avancées aux séances émonctoire et globale : résumé écrit, démonstration de l'intervenant(e) et retransmission visuelle sur une cartographie afin de favoriser les trois canaux d'apprentissage (auditif, visuel, kinesthésique)
- Synthèse des techniques et séances : adapter la séance au client en fonction de sa vitalité, de son terrain et de son motif de consultation
- Focus sur l'installation professionnelle et ses aspects administratifs : déontologie, statut juridique, contexte légal et réglementaire, rappel des contre-indications
- Le cabinet : matériel professionnel et autres indispensables
- Conduite de séance et suivis
- La posture relationnelle du praticien avec son client : bienveillance, écoute, empathie
- Présentation et observation des différentes malformations et pathologies des pieds sur diapositives
- Pratique complète en binôme d'une séance globale en techniques classiques et avancées avec intégration de l'anamnèse
- Retour partagé d'expériences
- Explication des consignes du carnet de pratique
- Clôture de cette session

→ ***Carnet de pratique réflexologique de 50 séances***

## **MODULE 3**

### **Installation et communication professionnelle (3 jours)**

- Le fonctionnement du régime de l'autoentrepreneur
- La couverture sociale en termes de santé, maladie, retraite
- Les obligations fiscales : impôts et cotisation foncière des entreprises (CFE)
- La non-gestion ou la gestion de la TVA
- Les contrats de prestations et les CGV
- Les obligations bancaires
- Les bases de la communication professionnelle pour développer sa visibilité

### **Relation d'aide (1 jour)**

- Faire la différence entre émotions et sentiments,
- Pouvoir expliquer le processus physiologique de l'émotion,
- Maîtriser ce qu'il y a derrière les 4 grandes émotions de base et en quoi elles nous sont ressources,
- Repérer les difficultés dans l'expression émotionnelle,
- Comprendre l'importance de l'émotion en matière de santé,
- Savoir aider le client à écouter ses émotions et les gérer.

### **Evaluation et synthèse**

- Evaluation écrite
- Evaluation orale et pratique

## TARIF

---

**Session complète de 33 jours** (incluant les supports techniques et évaluation) :

- 24 jours soit 168 heures en distanciel (vidéo asynchrone pour les parties théoriques)
- 9 jours soit 63 heures en présentiel (partie pratique)
- évaluations orales et pratique

**Tarif** : 2 880 € (net de taxe)

*Règlements échelonnés possibles. Nous consulter.*

*Prises en charge possibles pour les autoentrepreneurs et professions libérales (FIFPL et AGEFICE).*

## CONDITIONS D'INSCRIPTION

---

L'inscription à ce module de formation continue se fait au moyen du bulletin d'inscription joint et du règlement de l'acompte de 30% du montant de la formation, soit 864 €.

## COORDINATION STAGIAIRES :

---

### **Référente formation continue**

Dominick LEAUD-ZACHOVAL 04.42.29.87.48. Courriel : [formation@aesculape.eu](mailto:formation@aesculape.eu)

### **Inscriptions et documents administratifs :**

Fabienne VERNAY, 07.70.20.51.83 Courriel : [administratif@aesculape.eu](mailto:administratif@aesculape.eu)

## Bulletin d'inscription 2026

### PARTICIPANT :

Nom :	Prénom :	Situation de famille :
Date de naissance :	Lieu :	Nationalité :
Adresse :		
Code postal :	Ville :	Tél. fixe :
E-mail (lisiblement SVP) :	Mobile :	
Profession actuelle :	Situation de handicap : oui/non :	

### FORMATION : Réflexologie plantaire technique globale de bien-être

Date(s) : 2026  
Lieu : Aix-en-Provence  
Tarif (net de taxe) : **2 880€**

### Conditions générales de vente :

#### Article 1 : Inscription.

Les frais de formation englobent la formation et le dossier technique complet. Dès réception de votre bulletin d'inscription **accompagné de votre règlement d'acompte de 30 % du montant de la formation**, ÆSCULAPE vous fera parvenir, dans un premier temps, votre contrat de formation, qui permettra par retour auprès d'ÆSCULAPE de valider votre inscription, le règlement d'acompte étant alors encaissé. Votre dossier pratique (plan d'accès, matériel, horaires, convocation) vous sera ensuite adressé une quinzaine de jours avant le début de la formation.

#### Article 2 : Conditions de règlement :

Votre acompte doit être adressé par courrier à ÆSCULAPE – 80 avenue Fernand Benoit -13090 Aix-en-Provence ou par virement (RIB joint). Le solde du règlement devra être remis à ÆSCULAPE au plus tard le 1<sup>er</sup> jour de la formation et sera encaissé dans un délai de 14 jours après réception.

Il vous appartient de valider avec votre employeur l'imputabilité de votre formation.

#### Article 3 : Annulation / Report

En cas d'annulation moins de 10 jours calendaires avant les dates de formation choisies, ou d'absence lors du déroulement des journées de formation, le paiement intégral de la formation est dû à ÆSCULAPE à titre de dédit.

Jusqu'à 11 jours calendaires avant le début de la session de formation choisie, une retenue de 30 % des frais de formation s'applique, soit le montant de l'acompte versé.

ÆSCULAPE se réserve le droit de reporter les dates ou de modifier le lieu de formation si des circonstances indépendantes de sa volonté l'y obligent.

**Date :**

**Signature du participant :**

*Tarif valable et applicable à partir du 24 novembre 2025*

**80 avenue Fernand Benoit – 13090 AIX-EN-PROVENCE**

**Tel: 04.42.29.87.48**

**e-mail : [administration@aesculape.eu](mailto:administration@aesculape.eu)**

**[www.aesculape.eu](http://www.aesculape.eu)**