

## La réflexologie

### Objectif

Acquérir les bases de l'anatomie et de la physiologie du pied  
Savoir relaxer le pied  
Améliorer le savoir-faire et le savoir être professionnel

### Public

Toute personne souhaitant développer son activité cabine

### Méthodes et moyens utilisés

Alternance de pratique et de théorie : questionnaires, quizz, prises de notes, interactif

*Cette formation a un but non thérapeutique, il ne s'agit en aucun cas d'acte médical, ni de kinésithérapie, mais de techniques de bien-être par la relaxation physique et la détente libératrice de stress*

### Durée

3 jours (soit 21h)

### Horaires

9h-12h30 / 14h-17h30

### Contenu de la formation

#### Présentation et historique de la réflexologie :

Anatomie du pied  
Système nerveux  
Système réflexe  
Effets et réactions  
Intérêts esthétiques

#### La réflexologie pendant le soin cabine :

Repérage des zones réflexes sur la cartographie  
Localisation des zones réflexes sur le pied  
Manipulations préparatoires  
Techniques réflexologiques  
Enchaînement des manœuvres  
Applications esthétiques