



# Formation en Réflexologie Plantaire Ayurvédique

*Devenir réflexologue plantaire spécialisé en Ayurveda*

La formation se déroule sur 2 ans.

La 1<sup>ère</sup> année : 5 modules de 4 jours

La 2<sup>ème</sup> année : 5 modules de 4 jours.

Lors de la première année :

- **Module 1:** Qu'est-ce-que la réflexologie plantaire ?
  - Histoire de la réflexologie plantaire.
  - Principe de la projection de l'organisme sur le pied.
  - Anatomie du pied.
  - Anatomie et physiologie de la cellule et de la peau,
  - le toucher : initiation à la technique globale.
  - Anatomie de l'appareil musculo-squelettique .
  - Mémoriser les zones réflexes de l'appareil musculo-squelettique
  - Psychologie Ayurvédique
- **Module 2 :** Applications de la réflexologie plantaire sur le système respiratoire et cardio-vasculaire
  - définir le système respiratoire,
  - les zones réflexes des zones respiratoires.
  - définir le système cardio-vasculaire,
  - les zones réflexes,
  - études de cas,

- pratique
- Psychologie Ayurvédique

- **Module 3** : Applications de la réflexologie plantaire sur le système digestif, urinaire et reproducteur

- définir le système digestif,
- les zones réflexes du système digestif,
- études de cas,
- pratique.
- définir le système urinaire et reproducteur,
- zones réflexes.
- études de cas,
- pratique
- Psychologie Ayurvédique

- **Module 4** : Applications de la réflexologie plantaire sur le système lymphatique et immunitaire et le système hormonal.

- définir le système lymphatique
- les zones réflexes du système lymphatique
- études de cas,
- cas pratique.
- définir le système hormonal
- les zones réflexes du système hormonal
- études de cas
- cas pratiques
- Psychologie Ayurvédique

- **Module 5** : Applications de la réflexologie plantaire sur le système nerveux,

- définir le système nerveux
- les zones réflexes du système nerveux,
- cas pratique,
- révisions de l'année 1
- Psychologie Ayurvédique

Lors de la deuxième année :

**Module 1 :**

- La médecine ayurvédique : origine, ses fondements, l'homme et son environnement
- Théorie sur les gunas.
- Savoir les reconnaître et les repérer sur le pied.
- Prakriti (constitution de la personne)
- les éléments sur le pied.

**Module 2 :**

- Le dosha Vata.
- Théorie et pratique adapté en réflexologie plantaire ayurvédique.

**Module 3 :**

- Dosha Pitta
- Théorie et pratique adapté en réflexologie plantaire ayurvédique

**Module 4 :**

- Dosha Kapha
- Théorie et pratique adapté en réflexologie plantaire ayurvédique.

**Module 5 :**

- les dhatus
- Srotas
- Comment mener un entretien
- révisions.