

Réflexologie abdominale

Le ventre est une zone dans laquelle s'accumulent le stress et un grand nombre de tensions et d'émotions. Intimement connecté à six systèmes majeurs de notre corps (vasculaire, lymphatique, nerveux, musculaire, respiratoire et énergétique), il est un fidèle reflet de notre équilibre physique et psychique.

La réflexologie abdominale s'appuie sur une cartographie du ventre avec ses relations somatiques, énergétiques et psychiques. Cette formation sur 3 jours vous permettra d'apprendre à relâcher les résistances physiques, émotionnelles ou mentales grâce à des manœuvres simples appliquées sur la région du ventre et du thorax.

Objectifs

- COMPRENDRE les relations entre le ventre, les émotions et les organes.
- MAÎTRISER les techniques de la réflexologie abdominale.
- SAVOIR désintoxiquer et fortifier le corps.
- SAVOIR digérer les charges émotionnelles.

PRÉ-REQUIS

Certificat de formation en Réflexologie ou en Energétique ou en Massage bien-être ou la formation Massage évolutif.

PUBLIC

Voir p16

FORMATEUR

Gil Amsallem

DATES - 3 SESSIONS

10-12 juillet 2026
18-20 janvier 2027
9-11 juillet 2027

TARIFS

Préférentiel :
595 euros
Référentiel :
745 euros



Programme

Capsules multimédias au cours de la formation (p13)

JOUR 1

- Anatomie et physiologie du ventre et de son environnement
- Relations entre le corps et la psyché
- Repérage des zones réflexes abdominales (1)
- Techniques de base :
pressions, glissés, pompages, étirements, modelages, vibrations, frictions, palper rouler

JOUR 2

- Repérage des zones réflexes abdominales (2)
- Techniques spécifiques :
stimulation, élimination, relâchement

JOUR 3

- Protocole complet de réflexologie abdominale
- Evaluation de fin de formation

Classe virtuelle en fin de parcours (p14)

Une ATTESTATION DE FORMATION vous sera délivrée sur présentation d'un livret comportant 14 pratiques.