

◆ PROGRAMME OFFICIEL DE FORMATION ◆

Devenez

Réflexologue

Plantaire Professionnel(le)

Formation professionnelle de 250 heures
Conforme à la norme AFNOR NF S99-807

Session Octobre 2026 · 8 places disponibles

126h	124h	9	8
	de pratique en présentiel	de théorie en ligne, à vie	week-ends en petit groupe

places m

Ce programme vous présente en détail le contenu de chaque module, les objectifs pédagogiques, les modalités pratiques et les informations nécessaires pour vous engager en toute clarté dans cette formation.

Vue d'ensemble

Durée totale	250 heures
Volume présentiel	126 heures — 9 week-ends de pratique encadrée
Volume à distance	124 heures — théorie en ligne, accessible à vie
Lieu	Baulne, Essonne (91) — 30 min au sud de Paris
Format	Petit groupe, 8 personnes maximum
Démarrage	Octobre 2026
Tarif	2 900 € — paiement en 10 fois sans frais possible
Certification	Certificat de formation NATUROJO délivré en fin de stage

Référentiel	Norme volontaire AFNOR NF S99-807
-------------	-----------------------------------

Pour qui est cette formation ?

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant exercer la réflexologie plantaire à titre professionnel ou semi-professionnel, sans prérequis de diplôme ou d'expérience :

- 
Personnes en reconversion professionnelle
 Vous cherchez un métier porteur de sens, centré sur l'accompagnement du bien-être.
- 
Praticiens et praticiennes du bien-être en activité
 Naturopathe, esthéticien(ne), masseur(se)... vous souhaitez élargir vos compétences.
- 
Personnes souhaitant se former sans tout arrêter
 Le format en 9 week-ends permet de se former en parallèle d'une activité existante.
- 
Toute personne attirée par les approches complémentaires
 La réflexologie comme pratique principale ou complément d'un suivi global.

La formule pédagogique

PRÉSENTIEL 126h · 9 week-ends Pratique encadrée en petit groupe (8 personnes max) à Baulne (91)	THÉORIE EN LIGNE 124h · À vie 9 modules richement documentés accessibles à votre rythme, partout
--	---

Le programme détaillé — 9 modules

Chaque module a été conçu comme un véritable manuel professionnel, avec cas cliniques, devoirs notés et études de cas.

1

Histoire & Fondements de la Réflexologie

Les racines d'une pratique millénaire

Origines de la réflexologie dans les grandes civilisations (Égypte, Chine, Inde, Amérique précolombienne), figures fondatrices (Fitzgerald, Ingham, Marquardt), cadre normatif actuel de la profession en France.

Au programme : Les 3 grandes écoles de réflexologie, norme AFNOR NF S99-807, positionnement professionnel et juridique, panorama du marché.

2

Anatomie & Physiologie des Systèmes Corporels

Comprendre le corps pour mieux accompagner

Étude détaillée de chaque grand système du corps humain — nerveux, cardiovasculaire, lymphatique, endocrinien, digestif, urinaire, musculo-squelettique, respiratoire, reproducteur et tégumentaire.

Au programme : 14 chapitres, de l'homéostasie aux interactions inter-systémiques, cas cliniques à chaque étape.

3

Cartographie Plantaire Complète

La carte du pied, organe par organe

Localisation précise de chaque zone réflexe — orteils, métatarses, voûte plantaire, talon, bord interne (colonne vertébrale), bord externe (membres), cheville (système reproducteur).

Au programme : Lignes directrices de Marquardt, lecture clinique du pied, cartographie de la colonne, comparaison des grandes écoles.

4

Contre-indications & Sécurité

Savoir quand et comment adapter sa pratique

Reconnaissance des situations nécessitant prudence ou orientation médicale, adaptation systématique de la pratique selon le profil de chaque client accompagné.

Au Contre-indications cardiovasculaires, dermatologiques, endocriniennes, oncologiques,
programme : neurologiques, gynéco-obstétricales, hygiène du cabinet, gestion des urgences.

5

Techniques Manuelles

Le geste juste, la pression précise

Maîtrise des gestes fondamentaux : pouce marcheur, index marcheur, pressions statiques, effleurages, mobilisations articulaires. Attention portée à la posture du praticien pour une pratique durable.

Au Biomécanique du geste, dosage de la pression, techniques par zone, prévention des TMS
programme : professionnels.

6

Protocoles de Séance

Structurer et personnaliser chaque accompagnement

Construction d'une séance complète, de l'anamnèse à la fiche de suivi. Adaptation du protocole selon le motif de consultation.

Au Structure d'une séance, anamnèse, protocoles ciblés : stress, sommeil, troubles digestifs, confort
programme : musculo-squelettique, accompagnement féminin, fatigue chronique.

7

Populations Spécifiques

Enfance, périnatalité, grand âge, sportif

Adaptation de la pratique à chaque public : nourrisson, enfant, adolescent(e), femme enceinte, personne âgée, personne en fin de vie, sportif.

Au Réflexologie pédiatrique, périnatalité par trimestre, post-partum, grand âge, soins de support,
programme : sportif.

8

Éthique, Déontologie & Posture Professionnelle

Le cadre qui protège et qui fonde

Construction de la posture professionnelle : champ de compétence, consentement, confidentialité, juste distance relationnelle, gestion des situations délicates, déontologie envers les confrères.

Au programme : Fondements éthiques, limites du champ de compétence, charte déontologique, responsabilité juridique.

9

Installation & Développement Professionnel

Lancer et faire vivre son activité

Tout ce qu'il faut savoir pour transformer la formation en activité professionnelle réelle : statut juridique, assurance, communication, tarification, développement de clientèle.

Au programme : Statut juridique, démarches administratives, assurance RC Pro, identité de marque, tarification, développement de clientèle, formation continue.

Prêt(e) à franchir le pas ?

Les places sont limitées à 8 personnes par session. Échangeons avant de vous engager.

Rappel des informations essentielles

Début de la session	Octobre 2026
Lieu	Baulne, Essonne (91)
Durée	250h — 9 week-ends de pratique + théorie en ligne à vie
Tarif	2 900 € — paiement en 10 fois sans frais possible
Places	8 personnes maximum
Certificat	Certificat de formation NATUROJO délivré en fin de stage

Pour toute question ou inscription

Contactez-moi directement — je réponds personnellement à chaque message, et vous pouvez m'appeler si vous préférez échanger de vive voix avant de vous décider.

Jocelyne Rubio Blasco

Naturopathe & Réflexologue · NATUROJO

■ Téléphone

06 15 95 56 65

✉ Email

contact@naturojo.fr

■ Formulaire d'inscription en ligne

<https://rubioblascojocelyne.systeme.io/formationreflexologieplantaire-3becc8dd>

Ce certificat constitue une attestation de formation délivrée par NATUROJO, et non une certification enregistrée au RNCP ni un titre reconnu par l'État. Aucun organisme de réflexologie ne délivre aujourd'hui ce type de titre en France. La formation est conçue dans le respect de la norme volontaire AFNOR NF S99-807.