



# FORMAZIONE CONTINUA IN RIFLESSOLOGIA PLANTARE

La formazione è conforme alle attuali direttive  
**NVS, SPAK, EMR**

**“L’efficacia dell’invisibile nel visibile”**  
*Lao Tse*

Il programma di formazione continua comprende:

- Trattamenti specifici di patologie
- Tecniche integrate alla Riflessologia plantare
- Metamorphosis e Respiro consapevole
- Linfodrenaggio nelle zone riflesse
- Il ciclo professionale nella terapia
- Riflessologia plantare zone organiche e nervose



## **COS'È LA RIFLESSOLOGIA PLANTARE**

---

### **Storia della Riflessologia plantare**

Il piede, da tempi antichi, è al centro dell'attenzione, nell'antica Cina, era simbolo di sessualità e sensualità. Nelle Americhe pre-colombiane, i totem erano caratterizzati da più piedi la cui collocazione ci ricorda vagamente gli astrusi ed astratti quadri di Pablo Picasso. Il piede è la nostra base, il nostro contatto con la terra e quindi, con la realtà che ci circonda.

### **Definizione della Riflessologia plantare**

Il principio su cui si basa la Riflessologia plantare è che nei piedi vi sono dei punti che agiscono di riflesso in corrispondenza di tutte le ghiandole, gli organi e le parti del corpo. La particolarità della Riflessologia plantare consiste nel corretto metodo di stimolare con il pollice e le altre dita questi riflessi. Ma vorrei qui aggiungere una nota importante: i riflessi dei piedi corrispondono anche a quelli delle mani. Ma tutti questi riflessi giocano un ruolo importantissimo in questo, compiendo tre cose distinte:

- riduce lo stress e la tensione
- migliora il flusso sanguigno
- facilita lo sbloccarsi degli impulsi nervosi
- aiuta la natura a normalizzarsi (omeostasi)
- disturbi della gravidanza

Secondo le esperienze tratte da una lunga pratica si può affermare che la riflessologia plantare è una terapia del "subito", dell'"immediato": già dopo una sola applicazione il cliente risente il beneficio ad ogni livello e, quindi, può rendersi direttamente conto dell'efficacia di questo trattamento.

Osserviamo, infatti, che attraverso la stimolazione delle zone riflesse, gli organi iper- o ipoattivi, talvolta, ipsofatto riprendono la loro funzione normale.

## **INSEGNANTI**

---

### **Annemarie Frey** -Svizzera

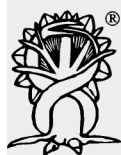
Terapista complementare con Diploma Federale,  
Direttrice delle Scuole,  
Vice-presidente dell'Associazione Svizzera di Shiatsu metodo Namikoshi.

### **Marie-Claire Pesenti Bolo Terzi** - Svizzera

Terapista complementare,  
Riflessologa diplomato  
Insegnante Tecniche integrate alla Riflessologia plantare.

### **Anna Maria Eichmann**

Massaggiatrice medica FASRK, docente SVEB 1-4  
direttrice scuola Hanne-Marquardt-Fussreflex, Basel  
Ed ex assistente di Robert St. John



## TRATTAMENTI SPECIFICI DI PATOLOGIE

Insegnante **Annemarie Frey**: terapeuta complementare.

date: 15-16-22 ottobre 2022

durata: 20 ore (3 giorni)

costo: Fr. 550.-

codice: 1A

orario delle due giornate: 08.30-12.00 (10.00-10.15 pausa caffè)

12.00-13.00 pausa pranzo

13.00-17.30 (15.00-15.15 pausa caffè)

### 15 ottobre 2022

- Spiegazione e pratica delle varie prese tecniche delle zone riflesse del sistema nervoso motorio e neurovegetativo
- Trattamento specifico per **paresi e ictus**;
- Rigenerazione delle ossa collo, testa e viso
- Nella riflessologia plantare vengono trattate le zone nervose, muscolari e organiche corrispondenti
- La terapia viene accompagnata con il diapason dell'OM

### 16 ottobre 2022

- Spiegazione e pratica delle varie prese tecniche delle zone riflesse del sistema muscolare
- Trattamento specifico per **disturbi intestinali e di assimilazione del ferro**;
- Rigenerazione dei meridiani intestino tenue e intestino crasso
- Rigenerazione dei meridiani cistifellea e fegato
- Nella riflessologia plantare vengono trattate le zone nervose e organiche corrispondenti
- La terapia viene accompagnata con il diapason dell'OM

### 22 ottobre 2022

- Spiegazione e pratica delle varie prese tecniche delle zone riflesse del sistema organico e ghiandolare
- Trattamento specifico per **disturbi ormonali: dismenorrea, difficoltà di restare in gravidanza, menopausa**;
- Rigenerazione del meridiano milza-pancreas
- Nella riflessologia plantare vengono trattate le zone nervose e organiche corrispondenti
- La terapia viene accompagnata con il diapason dell'OM

## TRATTAMENTI SPECIFICI DI PATOLOGIE

Insegnante **Annemarie Frey**: terapeuta complementare.

date: 12-13-19 febbraio 2022

durata: 20 ore (3 giorni)

costo: Fr. 550.-

codice: 1B

orario delle due giornate: 08.30-12.00 (10.00-10.15 pausa caffè)

12.00-13.00 pausa pranzo

13.00-17.30 (15.00-15.15 pausa caffè)

### 12 febbraio 2022

- Spiegazione e pratica delle varie prese tecniche delle zone riflesse del sistema nervoso motorio e neurovegetativo
- Trattamento specifico per **l'ansia, disturbi respiratori d'origine psicogena**;
- Rigenerazione delle ossa sterno
- Rigenerazione delle emozioni sul meridiano vescica
- Nella riflessologia plantare vengono trattate le zone nervose e organiche corrispondenti
- La terapia viene accompagnata con il diapason dell'OM

### 13 febbraio 2022

- Spiegazione e pratica delle varie prese tecniche delle zone riflesse del sistema muscolare
- Trattamento specifico per **artropatia di una o poche articolazioni**;
- Rigenerazione delle ossa collo, testa, viso e sterno
- Rigenerazione delle ossa sulle articolazioni più dolenti



- Nella riflessologia plantare vengono trattate le zone nervose, muscolari e organiche corrispondenti
- La terapia viene accompagnata con il diapason dell'OM

### **19 febbraio 2022**

- Spiegazione e pratica delle varie prese tecniche delle zone riflesse del sistema organico e ghiandolare
- Trattamento specifico per **lombalgia e psoas**
- Rigenerazione delle emozioni sul meridiano vescica
- Rigenerazione delle ossa sulla cresta iliaca
- Nella riflessologia plantare vengono trattate le zone nervose, muscolari e organiche corrispondenti
- La terapia viene accompagnata con il diapason dell'OM

## **TECNICHE INTEGRATE ALLA RIFLESSOLOGIA PLANTARE**

Insegnante **Pesenti Bolo Terzi Marie-Claire**, terapeuta complementare

date: 7-21 maggio 2022

durata: 14 ore (2 giorni)

costo: Fr. 400.-

codice: 2

orario: 08.30-12.00 (10.00-10.15 pausa caffè)

12.00-13.00 pausa pranzo

13.00-17.00 (14.30-14.45 pausa caffè)

### **7 maggio 2022**

- Ripasso e pratica dell'indagine sui piedi tenendo conto delle conoscenze acquisite il weekend di formazione precedente
- Pratica delle tecniche per sostenere gli elementi

### **21 maggio 2022**

- Imparare come svolgere un'indagine a partire da un soggetto prestabilito
- Come svolgere un'indagine da un sintomo generale
- Scoprire come la persona lo costruisce nel corpo
- I temi saranno lo stress e la stanchezza

## **METAMORPHOSIS E RESPIRO CONSAPEVOLE – PARTE 1**

Insegnante **Anna Maria Eichmann**, massaggiatrice medica FASRK, docente SVEB 1-4

date: 10-11-12 giugno 2022

durata: 15 ore

costo: Fr. 450.-

codice: 3.1

orario: venerdì 17:30-21.00 (pausa caffè)

sabato 09.30-18.00 (pausa caffè e pausa pranzo)

domenica 09.00-15.00 (pausa caffè e pausa pranzo)

### **10 giugno 2022**

- Il periodo prenatale è la struttura sulla quale andremo ad agire con il metodo Metamorphosis

### **11 giugno 2022**

- Nove mesi di gestazione dal concepimento alla nascita
- Le nostre strutture fisiche, emozionali e mentali che si stabiliscono durante la gestazione
- Movimenti di creazione, di crescita fluente o bloccati
- Il metodo e l'arte della Metamorphosis sui piedi e sulle mani, che induce cambiamento e trasformazione

### **12 giugno 2022**

- Il nostro atteggiamento accompagnato da un respiro consapevole influenza tutti livelli: fisico-emozionale, mentale e spirituale
- Dimostrazione e pratica di un trattamento di Metamorphosis



## METAMORPHOSIS E RESPIRO CONSAPEVOLE – PARTE 2

Insegnante **Anna Maria Eichmann**, massaggiatrice medica FASRK, docente SVEB 1-4  
date: 3-4 dicembre 2022

durata: 15 ore (2 giorni, vedi gli orari)

costo: Fr. 450.-

codice: 3.2

orario: sabato 09.00-18.00 (pausa caffè e pausa pranzo)

domenica 09.00-15.00 (pausa caffè e pausa pranzo)

### 3-4 dicembre 2022

- Scambio delle esperienze fatte con Metamorphosis e Respiro Consapevole 1° parte alle zone riflesse della colonna vertebrale ai piedi e alle mani
- Introduzione ed approccio al trattamento della testa alle zone riflesse piedi, mani e testa
- Approfondimento del percorso Respiro Consapevole - un incontro con i nostri sensi: uno strumento prezioso di percezione per il nostro percorso terapeutico e per noi stessi
- Le zone riflesse del sistema endocrino – le chiavi della nostra personalità
- Applicazione ed esperienza propria di un trattamento completo di metamorfosi alle zone riflesse dei piedi, delle mani e della testa
- Feedback e riassunto nel gruppo

## LINFODRENAGGIO NELLE ZONE RIFLESSE

Insegnante **Anna Maria Eichmann**, massaggiatrice medica FASRK, docente SVEB 1-4

date: 12-13 marzo, 8 aprile 2022

durata: 21 ore

costo: Fr. 590.-

codice: 4

orario: 09.00-12.30 (10.30-10.45 pausa caffè)

12.30-14.00 pausa pranzo

14.00-18.00 (15:30-15.45 pausa caffè)

### 12-13 marzo 2022

- il sistema linfatico: anatomia e fisiologia della matrice
- la sua importanza
  - per il sistema immunitario (incl. COVID!)
  - per il sistema vegetativo
  - per e per la psiche
- vantaggi del trattamento alle zone riflesse in confronto al massaggio linfatico classico
- linfodrenaggio nelle zone riflesse dei piedi
  - a. Tecniche di presa particolari e prese eutoniche per l'equilibrio del sistema neurovegetativo
- Indicazioni e contro indicazioni del linfodrenaggio riflesso
  - b. Esempi di trattamento parziale con diverse possibilità
  - c. Dimostrazione pratica di trattamento dei cinque gruppi di zone e prese eutoniche
  - d. Elaborazione pratica del trattamento linfatico in cinque gruppi

### 8 aprile 2022

- scambio delle esperienze fatte con il linfodrenaggio riflesso ed approfondimento
- Linfologia e le sue patologie
- integrazione di un trattamento individualizzato compresa la documentazione approfondita



## ZONE RIFLESSE SUL CORPO

Insegnante **Anna Maria Eichmann**, massaggiatrice medica FASRK, docente SVEB 1-4  
date: 19-20 novembre 2022  
durata: 15 ore  
costo: Fr. 450.-  
codice: 5  
orario: 09.00-12.30 (10.30-10.45 pausa caffè)  
12.30-13:30 pausa pranzo  
13:30-18.00 (15:30-15.45 pausa caffè)

### 19-20 novembre 2022

- sviluppo delle terapie riflesse, metameriche e somatiche in occidente: la terapia segmentale secondo Head, Mackenzie, Puttkammer e Gleditsch etc
- Neurofisiologia del segmento, arco riflesso viscerocutaneo
- Zone del microsistema viso dentro il macrosistema corpo (alluci)
- Teoria e pratica delle zone riflesse del naso
- Correlazioni dei meridiani e dei cinque elementi con i sistemi riflessi
- Sistema riflesso dei denti, basato sui meridiani (Voll)
- Discussione: Quale sistema riflesso scegliere?

## IL CICLO PROFESSIONALE NELLA TERAPIA

Insegnante **Anna Maria Eichmann**, massaggiatrice medica FASRK, docente SVEB 1-4  
date: 1-2 ottobre 2022  
durata: 15 ore  
costo: Fr. 450.-  
codice: 6  
orario: 09.00-12.30 (10.30-10.45 pausa caffè)  
12.30-13:30 pausa pranzo  
13:30-18.00 (15:30-15.45 pausa caffè)

### 1-2 ottobre 2022

- Dall'anamnesi fino alla devalutazione - linee guide per la gestione del percorso terapeutico, basato sui fondamenti della terapia complementare e del decalogo deontologico del OmL TC.
- presentazione delle quattro fasi del processo terapeutico della terapia complementare
- ciclo di azione completo nella terapia
- mostrare punti di vista diversi
- nozioni di base importanti per costruire un rapporto di fiducia
- un primo referto specifico alla RTP basato sugli elementi della terapia complementare
- anamnesi e documentazione -cartella dei clienti
- definizione formulata in comune dei trattamenti
- lavoro attivo di risorse in terapia
- conoscono il modello delle quattro fasi del processo terapeutico della terapia complementare
- sanno implementarle nel loro lavoro terapeutico
- consolidano la loro comprensione dei diversi punti di vista sulla vita dei loro clienti
- riescono tramite questa comprensione consolidata ad entrare con più facilità nel dialogo e integrare i bisogni individuali p. es riguardo la salute e la malattia
- sono capaci di praticare un primo referto RTP e sanno documentare le caratteristiche significative
- professionalizzano la documentazione dei loro clienti
- riescono a definire gli obiettivi specifici del ciclo terapeutico dei loro clienti.
- sono capaci di accompagnare i loro clienti, orientandoli al processo e alle risorse fornendogli dei supporti individuali



## CORSO RIFLESSOLOGIA PLANTARE ZONE ORGANICHE

Insegnante:	<b>Annemarie Frey</b> , terapeuta complementare.
date:	da definire
durata:	45 ore (6 giorni)
costo:	Fr. 870.-
codice:	7
orario delle sei giornate:	08.30-12.00 (10.00-10.15 pausa caffè) 12.00-13.00 pausa pranzo 13.00-17.30 (15.00-15.15 pausa caffè)

### 18 gennaio 2020

- Introduzione della storia e spiegazione della Riflessologia plantare, metodi delle diverse tecniche di massaggio.
- Spiegazione e dimostrazione pratica delle zone riflesse corrispondenti alle zone della testa e colonna vertebrale, con esecuzione pratica di tutti i partecipanti.

### 19 gennaio 2020

- Spiegazione e dimostrazione pratica delle zone riflesse corrispondenti alle zone della spalla, braccio, app. respiratorio, tiroide, sterno, costole, mammella, circolazione sanguigna.
- Esecuzione diretta di tutti i partecipanti di attività pratiche e tecniche sulle zone riflesse.

### 1 febbraio 2020

- Spiegazione e dimostrazione pratica delle zone riflesse corrispondenti alle zone dall'apparato digerente e delle zone della muscolatura addominale.
- Esecuzione diretta di tutti i partecipanti di attività pratiche e tecniche sulle zone riflesse dell'apparato digerente delle zone della muscolatura addominale.

### 2 febbraio 2020

- Spiegazione e dimostrazione pratica delle zone riflesse corrispondenti all'articolazione coxofemorale, alla gamba, app. urogenitale, circolazione linfatica inferiore.
- Esecuzione diretta di tutti i partecipanti di attività pratiche e tecniche sulle zone riflesse corrispondenti all'articolazione coxofemorale, alla gamba, app. urogenitale, circolazione linfatica inferiore.

### 15 febbraio 2020

- Spiegazione e dimostrazione diretta del massaggio completo di tutte le zone riflesse ai piedi e di come si compila una cartella clinica.
- Esecuzione diretta di tutti i partecipanti di attività pratiche e tecniche del massaggio completo di tutte le zone riflesse ai piedi e di come si compila una cartella clinica.
- Spiegazione e dimostrazione diretta del massaggio completo di tutte le zone riflesse sulle mani con esecuzione diretta di tutti i partecipanti di attività pratiche e tecniche.

### 16 febbraio 2020

Come intervenire con la riflessologia nel caso di:

- una lombalgia
- un mal di testa

Con esecuzione diretta di tutti i partecipanti.



## CORSO RIFLESSOLOGIA PLANTARE ZONE NERVOSE

Insegnante **Annemarie Frey**: terapeuta complementare.

date: da definire

durata: 58 ore (8 giorni)

costo: Fr. 1'160.-

codice: 8

orario: 08.30-12.00 (10.00-10.15 pausa caffè)

12.00-13.00 pausa pranzo

13.00-17.15 (15.00-15.15 pausa caffè)

### 3 ottobre 2020

Introduzione e spiegazione delle zone riflesse ai piedi del sistema:

- nervoso, motorio e neurovegetativo, muscolare

Con la spiegazione delle diverse tecniche di massaggio sulle zone riflesse ai piedi del sistema nervoso e muscolare.

### 4 ottobre 2020

Spiegazione ed esecuzione diretta del massaggio delle zone riflesse nervose corrispondenti alla testa (trigemino, facciale, ecc.).

Spiegazione e dimostrazione diretta del massaggio delle zone riflesse nervose corrispondenti alla colonna vertebrale (accessorio, plesso brachiale, intercostali, radiale, mediale, ulnare).

### 21 novembre 2020

Spiegazione e dimostrazione diretta del massaggio delle zone riflesse nervose corrispondenti:

- alla regione del bacino (pudendo, perineale, zona genitale, ischiatico, otturatorio).
- alla regione del bacino e gambe (genito-femorale, femorale, tibiale e peroneo, ilio-ipogastrico, ilio-inguinale, gluteo, cutaneo femorale post. e lat.).

### 22 novembre 2020

Esecuzione diretta di tutti i partecipanti di attività pratiche e tecniche su tutte le zone del sistema nervoso motorio.

Spiegazione e dimostrazione diretta del massaggio delle zone riflesse nervose corrispondenti al sistema nervoso neurovegetativo (simpatico, parasimpatico).

### 12 dicembre 2020

Esecuzione diretta di tutti i partecipanti di attività pratiche e tecniche su le zone del sistema nervoso motorio e neurovegetativo.

Spiegazione e dimostrazione diretta del massaggio delle zone riflesse muscolari differenziate (muscolatura tronco e braccia).

Esecuzione diretta di tutti i partecipanti di attività pratiche e tecniche.

### 13 dicembre 2020

Spiegazione ed esecuzione diretta del massaggio delle zone riflesse differenziate (muscolatura colonna vertebrale, bacino e gambe).

Spiegazione di combinazione delle zone riflesse organiche, nervose e muscolari con esecuzione diretta di tutti i partecipanti.

### 16 gennaio 2021

Esecuzione diretta di tutti i partecipanti di attività pratiche e tecniche sulle zone riflesse insegnate alla lezione precedente.

Come intervenire sulle zone riflesse nervose e muscolari combinate con le zone riflesse organiche nel caso di una sciatalgia, con esecuzione diretta di tutti i partecipanti.

### 17 gennaio 2021

Come intervenire sulle zone riflesse nervose e muscolari combinate con le zone riflesse organiche nel caso di:

- una nevralgia del trigemino, con esecuzione diretta di tutti i partecipanti.
- disturbi neurovegetativi, con esecuzione diretta di tutti i partecipanti.