



« **La chaîne des Plexus neuro-réflexes plantaires** »
Méthode Elisabeth Breton

Plexus : des regroupements ganglionnaires. Ils peuvent être nerveux, artério-veineux et lymphatique. Ces plexus peuvent être le siège d'une accumulation de tension interne (physique ou émotionnel) donnant des sensations ciblées de mal-être. En travaillant sur ces plexus plantaires qui sont en correspondance avec les plexus nerveux et vasculaires, le praticien détend les zones en question et relâche les tensions corporelles.

Le système neuro-végétatif est là pour en informer le corps, en attente des réponses, en vue d'une adaptation rapide. Il est divisé en système nerveux sympathique et système nerveux parasympathique, dont les activités s'équilibrent de façon à coordonner le fonctionnement de tous les viscères. Le corps a des besoins pour agir, il a un cheminement pour se restaurer. Tout ce qui touche le système sensoriel et moteur est en relation avec le thalamus au travers du bulbe et de la moelle épinière. Tout ce qui touche la grande commande neurohormonale passe par le **système nerveux sympathique** au travers des relais secondaires que sont les plexus et la chaîne latéro-vertébrale, venant de l'hypophyse antérieure qui reçoit les fibres du thalamus via l'hypothalamus.

Les nerfs du **système nerveux parasympathique** assurent la conservation et la restauration de la réserve d'énergie du corps après une réaction développée par le système sympathique face au stress. Le nerf vague (Xème paire des nerfs crâniens), principal nerf du parasympathique est une voie très importante de la régulation végétative (digestion, respiration, fréquence cardiaque,...) et de la viscéromotricité des appareils cardio-vasculaire, trachéo-broncho-pulmonaire et digestif ainsi que de la régulation des sécrétions des glandes surrénales, du pancréas, de la thyroïde, des glandes endocriniennes et du système digestif.

L'objectif est de relancer, revitaliser ou réajuster le **POTENTIEL VITAL ou le POULS FONCTIONNEL** des organes et des glandes visées à distance en travaillant la chaîne de **l'axe du stress** associé également à **l'axe des plexus neurovégétatifs**.

Projection et travail des axes (circuits) sur la voute plantaire par des techniques réflexes spécifiques.

MOYENS PÉDAGOGIQUES :

Travail en binôme, exercices pratiques, supports pédagogiques, vidéo projection.

Livre sur la « Réflexologie, un vrai remède au stress », E.Breton, Editions Vie (2015) – OFFERT.

<https://www.morebooks.shop/shop-ui/shop/product/978-3-639-80653-3>

Public concerné : Relaxologue, Réflexologue, Praticiens bien-être, Professionnels de santé. *Places limitées.*

Lieu : 22 rue Saint Honoré, 78000 Versailles.

Dates : 20 et 21 juin 2026.

Durée : 2 jours, 16 heures de formation, de 9h à 13h et de 14h à 18h. En présentiel.

Tarif : 320€ (TVA non applicable, article 293B du CGI).



Bulletin d'inscription

« La chaîne des Plexus neuro-réflexes plantaires »
Méthode Elisabeth Breton

Retournez ce bulletin (par mail ou par courrier postal) à :

Elisabeth Breton
22 rue Saint Honoré
78000 Versailles

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

Tel : _____ Portable : _____

Email : _____

Mentionner l'école et l'année d'obtention de votre attestation ou certificat de réflexologie/ réflexologue
(joindre la copie si l'obtention de certificat venant d'une autre école) :

Je m'inscris au perfectionnement « **La chaîne des Plexus neuro-réflexes plantaires** » prévu les :

20 et 21 juin 2026

De 09h à 13h et de 14h à 18h

Lieu : 22 rue Saint Honoré, 78000 Versailles.

Tarif : 320€ (trois cent vingt euros)

☐ Je verse un acompte de 80€.

(par chèque à l'ordre d'Elisabeth Breton ou par virement IBAN FR76 1767 9004 3300 8413 7227 807).

Le solde de 240€ sera à régler lors de la formation.

Possibilité de régler en plusieurs fois, cochez la formule choisie :

☐ un versement

☐ deux versements

☐ trois versements

Dès la réception de votre bulletin d'inscription, avec le chèque de réservation, vous recevrez le contrat à la formation de la Réflexologie faciale et crânienne.

Date

Signature
(Précédée de la mention « lu et approuvé »)