



Formation en Réflexologie et Spa

Plaquette régionale de l'antenne de Valence (26)



Planning 2025-2026

Contact administratif

CNR-Formations

Moulin de Billoteau 17250 GEAY

05.46.99.97.64 / cnr@naturopathie.com

www.naturopathie.com

Contact régional

Sophie ROBERT - sophie.robert26400@orange.fr – 04 75 43 63 02



1- Planning des modules présentiels

Formation de Praticien en Spa Dates & thèmes des modules 2025/2026

Modules en présentiel - 184 h / 23 jours

| Mois | Dates | Durée | Modules |
|--------------------------------|---------------------------------|-----------|--|
| Novembre 2025 SPA 01 | 01 + 02 | 16 h | Massage de bien-être Aroma - 2 mains – 4 mains |
| Décembre SPA 02 | 05 + 06 + 07 | 24 h | Pierres chaudes / Hotstone |
| Janvier 2026 SPA 03 | 10 + 11 | 16 h | Relaxation Coréenne |
| Février SPA 04 | 20 + 21 + 22 | 24 h | Massage Ayurvédique – Abhyanga - 1 ^{er} module |
| Mars SPA 05 | 14 + 15 | 16 h | Massage Ayurvédique - Abhyanga - 2 ^{ème} module |
| Avril SPA 06 | Du 09 au 13/04 | 40 h | Lympho-drainage |
| Mai SPA 07 | 23 + 24/05 | 16 h | Massage de bien-être au Bambous |
| Juin SPA 08 | 13 + 14 | 16 h | Entraînements - Révisions |
| Examens finaux | 25 et 26 juin 2026 Geay (17) | 16 heures | Examens théoriques et pratiques sur l'ensemble de la formation se déroulant au CNR central à Geay (17) |



2- Planning des Masterclass en distanciel

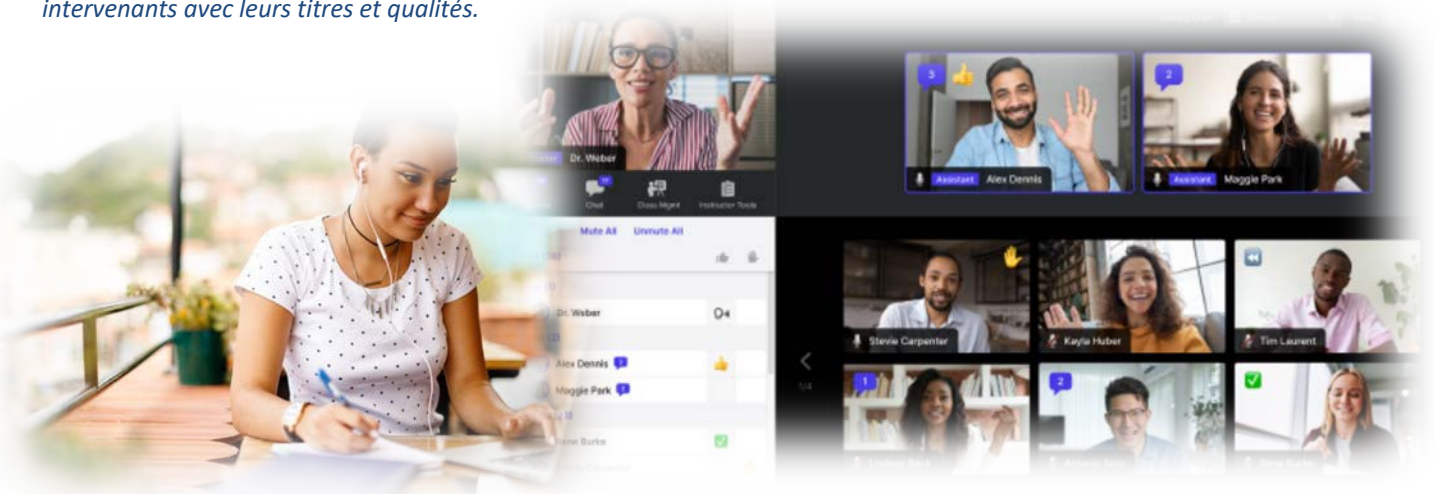
- anatomie/physiologie : 40 soirées masterclass de 2 h : les 1^{er} et 3^{ème} mardi de chaque mois.
- Phyto-aroma : 2 demi-journées de 4 h
- 8 h : Réussite professionnelle & Projet : 1 journée de masterclass de 8 heures : 1 samedi.
- 8 h : Installation et législation : 1 journée de masterclass de 8 heures : 1 samedi.

2025-2026

| Mois | Date & horaires | Durée | Thématiques |
|----------------|-------------------|-------|--------------------------------|
| Septembre 2025 | Mardi 02 à 19 h | 2 h. | Appareil digestif (1/2) |
| | Mardi 16 à 19 h | 2 h. | Appareil digestif (2/2) |
| Octobre | Mardi 07 à 19 h | 2 h. | Biochimie organique (1/2) |
| | Mardi 21 à 19 h | 2 h. | Biochimie organique (2/2) |
| Novembre | Mardi 04 à 19 h | 2 h. | Organe des sens (1/2) |
| | Vendredi 07 à 14h | 4 h. | Phyto-aroma 1 |
| | Mardi 18 à 19 h | 2 h. | Organe des sens (2/2) |
| Décembre | Mardi 02 à 19 h | 2 h. | Cytologie (1/2) |
| | Mardi 16 à 19 h | 2 h. | Cytologie (2/2) |
| Janvier 2026 | Mardi 06 à 19 h | 2 h. | Histologie (1/2) |
| | Mardi 20 à 19 h | 2 h. | Histologie (2/2) |
| Février | Mardi 03 à 19 h | 2 h. | Appareil respiratoire (1/2) |
| | Samedi 07 à 08h30 | 8 h. | Réussite pro/ & Projet |
| | Mardi 17 à 19 h | 2 h. | Appareil respiratoire (2/2) |
| Mars | Mardi 03 à 19 h | 2 h. | Système nerveux (1/2) |
| | Mardi 17 à 19 h | 2 h. | Système nerveux (2/2) |
| | Vendredi 27 à 14h | 4 h. | Phyto-aroma 2 |
| Avril | Mardi 07 à 19 h | 2 h. | Troubles généraux 1 (1/2) |
| | Mardi 21 à 19 h | 2 h. | Troubles généraux 1 (2/2) |
| Mai | Mardi 05 à 19 h | 2 h. | Appareil urinaire (1/2) |
| | Mardi 19 à 19 h | 2 h. | Appareil urinaire (2/2) |
| Juin | Mardi 02 à 19 h | 2 h. | Système ostéoarticulaire (1/2) |
| | Samedi 06 à 08h30 | 8 h. | Installation & législation |
| | Mardi 16 à 19 h | 2 h. | Système ostéoarticulaire (2/2) |

NB :

avant chaque module, vous recevrez une convocation avec le détail du scénario pédagogique, des sujets abordés et des intervenants avec leurs titres et qualités.



Plan de localisation de votre centre régional

Lieu des stages :

- La Bergerie Joseph / 26400 Plan de Baix



Dans son

écran de nature, à

650 mètres d'altitude, c'est l'école des montagnards !

Située à 3 km du village de Plan de Baix et 30 minutes de Crest.

Dans un magnifique site en pleine nature à 3 kilomètres du Village de Plan de Baix, la Bergerie Joseph vous accueille : les cours ont lieu dans une magnifique yourte contemporaine de 42 m².

Accès routier :

- 30 minutes de Crest / 55 minutes de Valence / 1h50 de Lyon / 1h30 de Grenoble

Accès handicap :

Pour tous renseignements, veuillez contacter le responsable régional, Sophie ROBERT

- en appelant au 04.75.43.63.02
- En envoyant en e-mail sur sophie.robert26400@orange.fr

Gares :

- Gares SNCF les plus proches : Valence TGV à 45 minutes ou Crest à 30 minutes avec jonction en Taxi subventionné à partir de la gare de Crest : 5 € / personne (à réserver après du Conseil Général de la Drôme 48h à l'avance au 0810 26 26 07).

Hébergements possibles :

- *Sur place, au refuge ou en camping à la belle saison,*
- *A 2, 3 ou 10 km, en gîte.*
- Nous contacter pour recevoir la liste des gîtes



Déroulement des formations

Réflexologue

Formation de 372 heures sur 1 année

21 jours d'étude en Centre de Formation

40 heures en visio (anat/Physio/Phyto-projet)

2 journées d'examen (Geay-17)

1 journée de lancement professionnel en visio

140 h de travail personnel et d'entraînement



Praticien en Spa

Formation de 372 heures sur 1 année

21 jours d'étude en Centre de Formation

40 heures en visio (anat/Physio/Phyto-projet)

2 journées d'examen (Geay(17))

1 journée de lancement professionnel en visio

140 h de travail personnel et d'entraînement

Praticien en « Massages de bien-être »

(Réflexologue + Praticien en Spa)

Formation de 672 heures sur 2 années

Ou en accéléré sur 1 année

42 jours d'étude en Centre de Formation

80 heures en visio (anat/Physio/Phyto-projet)

2 journées d'examen (Geay-17)

1 journée de lancement professionnel en visio

240 h de travail personnel et d'entraînement



Formatrice Réflexologie et Spa, à Valence - Plan de Baix



Sophie ROBERT

Praticienne en Spa, Réflexologue.

Proche de la nature depuis l'enfance, elle étudie dans la protection de l'environnement et devient accompagnatrice en montagne.

Pratiquant le yoga et les massages, elle développe des séjours « nature et bien être », tout en partageant un art de vivre au quotidien.

Afin de parfaire ses connaissances et de professionnaliser ses pratiques, elle s'est formée au CNR en Réflexologie et aux techniques du Spa. Aujourd'hui, elle enseigne ces techniques de massages de bien-être à de nombreux élèves dans sa région.

Elle continue actuellement sur la voie du CNR en se formant à la naturopathie

Et d'autres intervenants ponctuels en fonction des thématiques abordées ...





*Praticiens en Massages de Bien-être,
Réflexologues, ou Praticien en Spa...*



des métiers d'avenir

pour aider les Hommes de demain



Pour nous tous, c'est entre nos mains...