



# Programme des formations

---

Contenu, planning et  
intervenants

2026 - 2027

# Bienvenue !

Dans notre univers.

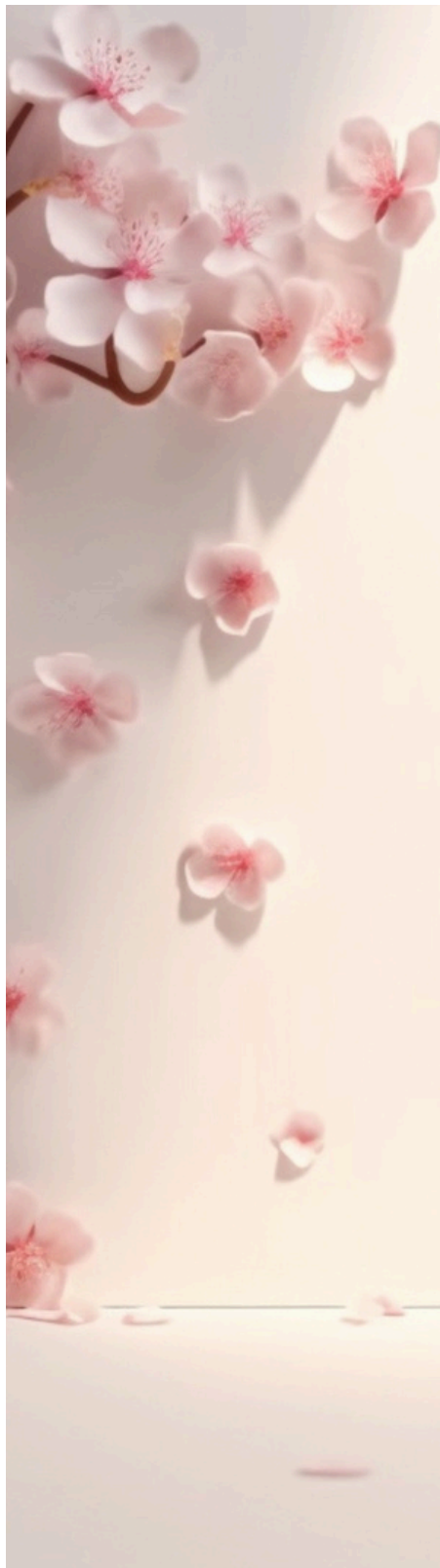
Où passion et expertise se rencontrent. En tant que formateurs dévoués, nous vous guidons vers de nouvelles compétences et un épanouissement personnel.



# Introduction

---

## FORMATIONS EN KINÉSIOLOGIE ET TECHNIQUES COMPLÉMENTAIRES



Les formations que nous vous proposons ont pour objectif de vous permettre d'acquérir des techniques de kinésiologie dans leurs formes les plus simples et les plus efficaces. Notre motivation est de vous transmettre des outils solides afin de devenir praticien en **kinésiologie**. Nous avons décidé d'unir nos compétences pour vous offrir une expérience de formation enrichissante dans un cadre bienveillant.

Nos formations sont conçues pour tous ceux qui aspirent à comprendre le langage du corps et à en faire un outil de développement personnel ou d'accompagnement. Que vous soyez un professionnel de santé en quête de perfectionnement, un individu soucieux de son mieux-être ou un passionné de la kinésiologie, notre programme vous offre les clés pour une transformation profonde.

L'équipe de Kiétude Formations

— — — — —  
”

*“L'apprentissage est la seule chose que l'esprit n'épuise jamais, ne craint jamais et ne regrette jamais”.*

Léonard de Vinci

# Sommaire

---

<b>LES INTERVENANTS</b>	<b>05-06</b>
<b>NOS VALEURS</b>	<b>07</b>
<b>NOTRE VISION</b>	<b>08</b>
<b>LA KINÉSIO EN QUELQUES MOTS</b>	<b>09</b>
<b>MODULES KINÉSIO : POUR QUI ?</b>	<b>10</b>
<b>UNE FORMATION CERTIFIANTE</b>	<b>11</b>
<b>FORMATION TFH &amp; APP</b>	<b>12-23</b>
<b>FORMATION SR</b>	<b>24-30</b>
<b>FORMATION IETC</b>	<b>31-39</b>
<b>FORMATION ETHIQUE ET POSTURE</b>	<b>40-43</b>
<b>FORMATION FLEURS DE BACH ET KINÉSIO</b>	<b>44-47</b>
<b>FORMATION TECHNIQUES AVANÇÉES</b>	<b>48-51</b>
<b>FORMATION FASCIAS</b>	<b>52-55</b>
<b>FORMATION IPP</b>	<b>56-58</b>
<b>L'AVIS DE NOS ÉLÈVES</b>	<b>59-57</b>
<b>LE LIEU DE FORMATION</b>	<b>65</b>
<b>LES TARIFS</b>	<b>66-67</b>
<b>MODALITÉS D'INSCRIPTION</b>	<b>68</b>
<b>CONTACT</b>	<b>69</b>



# Les intervenants

---

## L'ÉNERGIE DE L'UNITÉ



### **LUCIE MAILLET**

INSTRUCTRICE TFH & SR ® CERTIFIÉE IKC  
FORMATRICE TECHNIQUES AVANCÉES, FLEURS DE  
BACH ET KINÉSIOLOGIE

*Kinésiologue certifiée , Praticienne en DMOKA®,  
Auteure Branche tes Cerveaux*



### **ARNAUD IGNESTA**

FORMATEUR PRAP, APP, IETC, À LA DÉCOUVERTE  
DES FASCIAS

*Kinésithérapeute Osteopathe D.O., Praticien en  
Énergétique Traditionnelle Chinoise  
Praticien TFH et SR*



### **ISALINE MAILLARD**

FORMATRICE IETC, FLEURS DE BACH ET KINESIO  
Infirmière D. E.

*Praticienne en Énergétique Traditionnelle  
Chinoise, Praticienne TFH et SR*

# Les intervenants

---

## L'ÉNERGIE DE L'UNITÉ



### **SYLVIE SANNAT**

FORMATRICE TECHNIQUES AVANÇÉES

*Kinésologue certifiée*



### **Anne DE LA MOTTE**

FORMATRICE ETHIQUE ET POSTURE DU  
THERAPEUTE ET INITIATION A LA PSYCHO  
PATHOLOGIE

*Psychopraticienne et Thérapeute de couple*

*Accompagnement des personnes hypersensibles*

*Praticienne en Hypnose*

*Praticienne TFH et SR / Reiki*

# Nos Valeurs

---

## LE COEUR DE NOTRE ENGAGEMENT

**Dans notre approche de formation, nous mettons en avant des valeurs qui nous sont chères et qui définissent notre engagement envers nos étudiants.**

L'aide et l'altruisme sont au cœur de notre démarche, car nous sommes profondément engagés à accompagner chacun dans son chemin vers le bien-être et la croissance personnelle.

Nous pensons que l'apprentissage doit se faire dans la simplicité, la générosité et l'échange.

**Nous nous engageons à vous proposer un programme de formations qualitatives et pratiques que vous pourrez utiliser dès la fin de chaque module.**



**Altruisme**



**Échange**



**Aide**



**Bienveillance**



**Générosité**

Ensemble, nous formons une communauté où le partage des connaissances et des expériences est valorisé, créant ainsi un environnement d'apprentissage inspirant et motivant.

# Notre vision

---

*La vision des formations que nous proposons, aspire à allier compétences et bienveillance, **plaçant ainsi l'humain au cœur de notre enseignement.** Notre engagement envers chaque participant se reflète dans notre qualité d'écoute et d'accompagnement tout au long des stages, ainsi que dans notre disponibilité pour répondre aux questions des étudiants entre les séminaires.*

**Nous croyons fermement en l'importance de permettre à chaque stagiaire de rester connecté à ses propres qualités et de les intégrer pleinement dans sa pratique. Notre objectif est de transmettre des outils concrets, facilement et rapidement utilisables dans la pratique professionnelle, offrant ainsi à nos étudiants une base solide pour leur développement professionnel.**

*Nous souhaitons offrir la possibilité à chacun d'avancer à son propre rythme dans la formation, reconnaissant ainsi les besoins individuels de chaque étudiant et favorisant un apprentissage adapté et personnalisé.*



# La kinésiologie

---

## EN QUELQUES MOTS

La kinésiologie est une technique psychocorporelle qui utilise le test musculaire pour mettre en évidence des déséquilibres émotionnels, physiques et énergétiques.

En 1964, le Docteur George Goodheart, chiropracteur américain, met en évidence le lien entre les variations de tonus musculaire et le stress du corps.

Il établit une méthode qui diminue ainsi les déséquilibres repérés.



Il crée pour cela **le test musculaire, outil de base du kinésologue.**

La kinésiologie est constituée de différentes techniques.

Deux des **principales techniques de la formation en kinésiologie** sont :

- Le Touch For Health (ou Santé par le Toucher)
- le Stress Release (ou Kinésiologie du Bien être).



# Les modules kinésio

---

## A QUI S'ADRESSENT CES FORMATIONS

Les formations Touch For Health et Stress Release sont accessibles à tous :

- Aux professionnels de santé.
- Aux particuliers désireux de prendre soin de leur santé.
- À toute personne qui souhaite en faire un métier à part entière.

Il est conseillé de commencer par le Touch For Health ou au moins le niveau 1 avant de commencer le Stress Release afin de vous familiariser avec la compréhension et l'utilisation du test musculaire.





# Une formation certifiante

---

## DEVENEZ PRATICIEN TFH & SR

Nos formations offrent la possibilité de **devenir praticien en Touch for Health (TFH) ou praticien en Stress Release (SR)**, permettant aux participants de travailler en cabinet, de démarrer leur parcours professionnel dans le domaine de la kinésiologie. Notre formation, étant reconnue IKC, donne une équivalence en terme de modules ainsi que de nombre d'heures de cours, avec toute autre école reconnue par cette certification internationale. De même, nous acceptons l'équivalence de formations suivies ailleurs suivant le même critère de qualité et sur justificatif.

Notre programme constitue **une base solide pour débiter une activité en tant que praticien en kinésiologie**. Nos formations sont **reconnues internationalement, elles sont certifiées par l'ICK** (International College Kinesiology). Un certificat sera délivré à chaque participant à l'issue de chaque stage, attestant ainsi de leurs compétences et de leur engagement dans leur parcours de formation en kinésiologie.

# Touch For Health (TFH)

---

## DURÉE DE LA FORMATION : 75 HEURES

Le Touch For Health (ou Santé par le toucher) est une technique de kinésiologie créé par John Thie, chiropracteur, en 1970. Cette technique a pour objectif premier d'aider chaque personne à promouvoir et à maintenir sa santé et celle de sa famille.

Ainsi, **le TFH s'adresse à tous** et depuis le début de son enseignement, il s'est développé dans le monde entier.

Cette **méthode holistique, corporelle et non verbale est accessible au grand public.**



*Cette technique permet également de corriger ces déséquilibres. C'est un outil non médical, préventif, de régulation du stress émotionnel et d'équilibration de l'énergie vitale favorisant le bien-être.*

*Facile à apprendre et à réaliser.*

*Inspiré des sciences orientales et occidentales, le TFH utilise les tests musculaires pour mettre en évidence les déséquilibres de notre corps.*





# Anatomie Palpatoire & Physiologie (APP)

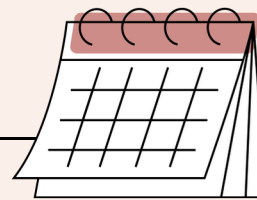
DURÉE DE LA FORMATION : 42 HEURES

Le module d'Anatomie Physiologie Palpatoire (APP) constitue le tronc commun pour le parcours de kinésologue.



Il permet de **mieux assimiler les cours de Touch For Health**, d'être plus à l'aise, entre autres, avec le repérage des muscles et de mieux comprendre la physiologie du corps humain.

# TFH & APP



## DATES DE LA FORMATION

**DURÉE TOTALE 117h**

✓ **Touch For Health (TFH)**

Modules 1 à 4 +

métaphores

75h de formation

✓ **Anatomie Palpatoire & Physiologie (APP)**

Modules 1 à 5

42h de formation

- **TFH 1 + APP 1** : 18/19/20 Septembre 2026
- **TFH 2 + APP 2** : 16/17/18 Octobre 2026
- **TFH 3 + APP 3** : 11/12/13 Décembre 2026
- **TFH 4 + APP 4** : 12/13/14 Février 2027
- **TFH 5 : Métaphores** : 10/11 Avril 2027
- **APP 5** : 19/20 Juin 2027

## LES INSTRUCTEURS



**Lucie MAILLET,**

*Kinésiologue et Instructrice TFH et SR agréée et certifiée IKC.*

Formatrice Techniques Avancées, Fleurs de Bach et Kinésio



**Arnaud IGNESTA,**

*Kinésithérapeute, Ostéopathe, Praticien en énergétique traditionnelle chinoise, Praticien TFH/SR*

Formateur IETC, PRAP, APP, À la Découverte des Fascias

# TFH I

---

**PROGRAMME NIVEAU 1 : 2 JOURS (15H)**

**9H-12H30 / 14H-18H**

**Objectif pédagogique principal :**  
Equilibration des 14 muscles

- **INTRODUCTION DE LA TECHNIQUE**
  - & présentation de la formation
  
- **APPRENTISSAGE**
  - Test musculaire de précision
  
- **PRÉ-TESTS**
  
- **APPRENTISSAGE**
  - Les 14 tests musculaires
  - Techniques d'équilibration
  
- **EQUILIBRATION EN AVANÇANT (« FIX AS YOU GO »)**
  
- **APPLICATIONS DU TFH 1**
  
- **APPRENTISSAGE**
  - 14 muscles et leurs méridiens



# TFH 2

PRÉ-REQUIS : TFH 1

**PROGRAMME NIVEAU 2 : 2 JOURS (15H)**

**9H-12H30 / 14H-18H**

**Objectif pédagogique principal :**

La loi des cinq éléments

- LOCALISATION DE CIRCUIT
- PRÉ-TESTS
- MÉTHODES D'ÉQUILIBRATION
- CONCEPT YIN/YANG
- POINTS D'ALARME POUR LES EXCÈS D'ÉNERGIE
- THÉORIE ET PRATIQUE DES 5 ÉLÉMENTS
  - Équilibration en un point
- APPLICATIONS DU TFH 2
- APPRENTISSAGE
  - 14 nouveaux muscles et leurs méridiens



# TFH 3

PRÉ-REQUIS : TFH 2

**PROGRAMME NIVEAU 3 : 2 JOURS (15H)**

**9H-12H30 / 14H-18H**

**Objectif pédagogique principal :**  
La théorie de la réactivité musculaire

- **POULS CHINOIS**
- **RÉVISION DES 5 ÉLÉMENTS**
- **EQUILIBRATION DES 5 ÉLÉMENTS**
  - Avec un objectif verbal
- **MODE DE MISE EN CIRCUIT**
- **FACILITATION ET INHIBITION**
- **EQUILIBRATION DES 42 MUSCLES**
- **MUSCLES RÉACTIFS**
- **APPLICATIONS DU TFH3**
- **APPRENTISSAGE**
  - 14 nouveaux muscles et leurs méridiens



# TFH 4

PRÉ-REQUIS : TFH 3

**PROGRAMME NIVEAU 4 : 2 JOURS (15H)**

**9H-12H30 / 14H-18H**

**Objectif pédagogique principal :  
RÉVISION DE LA RÉACTIVITÉ ET TECHNIQUES  
COMPLÉMENTAIRES DU TFH**

- **EMOTION DES 5 ÉLÉMENTS**
- **EQUILIBRATION D'UN OBJECTIF AVEC LES ÉMOTIONS**
- **RÉFLEXES SPINAUX**
- **THÉORIE DES POINTS D'ACUPRESSURE**
- **POINTS LUO**
- **LIBÉRATION NEURO-LYMPHATIQUE**
- **TECHNIQUES DE SÉDATION**
- **RÉVISION DES MUSCLES RÉACTIFS**
- **ANALYSE POSTURALE AVANCÉE**
- **RÉVISION DES 42 MUSCLES**
  - En position couchée et position debout
- **DIFFÉRENTES ÉQUILIBRATIONS**



# TFH 5

PRÉ-REQUIS : TFH 4

**PROGRAMME NIVEAU 5 : 2 JOURS (15H)**

**9H-12H30 / 14H-18H**

**Objectif pédagogique principal :**  
Métaphores

- Les "métaphores du TFH" ont été créées par John THIE.
- Chaque muscle, élément, fonction énergétique, méridien a un sens symbolique, une métaphore.
- L'usage des métaphores nous permet d'approfondir le travail émotionnel en TFH.
- Ce stage donne tout son sens au TFH et permet d'accompagner la personne vers plus de conscience d'elle-même et de son potentiel.



# Anatomie Palpatoire & Physiologie

---

**APP 1 À 5 : 42H**

Le module APP constitue le tronc commun pour le parcours de Kinésologue Professionnel et Spécialisé ainsi que pour le parcours de consultant en TFH.

Il permet de mieux assimiler les cours de TFH et d'être plus à l'aise, entre autres, avec le repérage des muscles.

## Les principaux objectifs pédagogiques :

- Acquisition des connaissances anatomiques, physiologiques et palpatoires nécessaires à l'apprentissage de votre profession.
- Assimilation des notions de base permettant un échange sécurisant avec le client et utilisables toute la vie.
- Transformation de ce nouveau savoir en "connaissance", par la mise en pratique : palpation.

# APP 1

---

**PROGRAMME NIVEAU 1 : 1 JOUR (7H)**

**9H-12H / 14H-18H**

■ **INTRODUCTION**

■ **PALPATION**

- Premiers contacts palpatoires, balises de palpation, palpation du crâne, des vertèbres, de la cage thoracique, des ceintures pelviennes et scapulaires ainsi que des membres supérieurs et inférieurs.

■ **REPÉRAGE ET PALPATION DES 14 MUSCLES DU TFH 1**

# APP 2

**PRÉ-REQUIS : APP 1**

---

**PROGRAMME NIVEAU 2 : 1 JOUR (7H)**

**9H-12H / 14H-18H**

■ **SYSTÈME SQUELETTIQUE**

- Notions de traumatologie et de pathologies

■ **REPÉRAGE ET PALPATION DES 14 MUSCLES DU TFH 2**

# APP 3

PRÉ-REQUIS : APP 2

**PROGRAMME NIVEAU 3 : 1 JOUR (7H)**

**9H-12H / 14H-18H**

- **SYSTÈME MUSCULAIRE**
- **REPÉRAGE ET PALPATION DES 14 MUSCLES DU TFH 3**

# APP 4

PRÉ-REQUIS : APP 3

**PROGRAMME NIVEAU 4 : 1 JOUR (7H)**

**9H-12H / 14H-18H**

- **RÉVISIONS D'UNE PARTIE DES MUSCLES ÉTUDIÉS DANS LES 3 PREMIERS STAGES**
  - Renforcement des acquis.
- **NOTIONS DE PHYSIOLOGIE :**
  - Cellule, corps humain, homéostasie, muqueuses, ...
- **SYSTÈME TÉGUMENTAIRE, SYSTÈME NERVEUX, SYSTÈME CARDIOVASCULAIRE, SYSTÈME LYMPHATIQUE ET IMMUNITAIRE.**

# APP 5

PRÉ-REQUIS : APP 4

**PROGRAMME NIVEAU 5 : 2 JOURS (14H)**

**9H-12H / 14H-18H**

- RÉVISIONS DES 42 MUSCLES UTILISÉS DANS LE TFH
- SYSTÈME DIGESTIF
- SYSTÈME URINAIRE
- ORGANES DES SENS
- SYSTÈME ENDOCRINIEN
- SYSTÈME RESPIRATOIRE
- APPAREIL GÉNITAL MASCULIN
- APPAREIL GÉNITAL FÉMININ
- GROSSESSE/ACCOUCHEMENT

# Stress Release (SR)

---

**DURÉE DE LA FORMATION : 52 HEURES**

La Kinésiologie du Bien-Être (ou Wellness Kinesiology – Stress Release) repose sur les travaux de Wayne TOPPING qui a réalisé une synthèse des travaux John THIE (Touch For Health), de ses propres travaux et de la Biokinésiologie (John et Margaret Barton).

L'objectif de cette technique est d'**identifier les sources de stress dans notre vie qui nous empêchent d'atteindre nos objectifs.**

Ce module permet de **mieux comprendre le stress**, ses origines et ses conséquences.



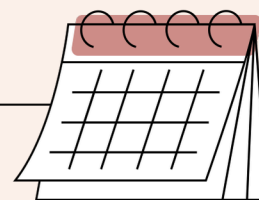
*La libération du stress se fait, entre autres, par des affirmations, des rotations oculaires et des tapotements.*

*Le SR permet d'identifier et de travailler sur des sabotages inconscients, des croyances limitantes, des comportements compulsifs (ex. phobies) et des états émotionnels bloqués (utilisation du principe de récession d'âge).*



# Stress Release

## DATES DE LA FORMATION



### DURÉE TOTALE 52H

#### ✓ Stress Release (SR)

Modules 1 à 3

52,5 h de formation

- SR 1 : 28/29 Novembre 2026
- SR 2 : 30/31 Janvier 2027
- SR 3 : 12/13/14 Mars 2027

## L'INSTRUCTRICE



**Lucie MAILLET,**

*Kinésiologue et Instructrice TFH et SR agréée et certifiée IKC.*

Formatrice Techniques Avancées, Fleurs de Bach et Kinésio

# Stress Release 1

---

Le cours 1 de Stress Release permet de mieux comprendre le stress, le bon et le mauvais, de comprendre quels effets il a sur l'organisme.

Il permet également par l'apprentissage de techniques simples et efficaces et l'utilisation du Test Musculaire de se libérer de ce stress négatif, de comprendre dans quel programme nous sommes bloqués, quelles émotions sont reliées pour retrouver un état général de mieux-être afin d'amorcer de nouveaux changements dans votre vie.

Ce cours vous permet également d'acquérir des techniques permettant de reprogrammer de nouvelles habitudes, de travailler sur la gestion du temps et de sortir de la procrastination.

## PROGRAMME NIVEAU 1 : 2 JOURS (15H)

09H-12H30 / 14H-18H

**Objectif pédagogique principal :** Acquérir des outils de libération du stress

### SUCCÈS DE LA DÉTRESSE

#### LE STRESS

- Définition et ses conséquences physiologiques

#### OUTILS SIMPLES À UTILISER ET TRÈS EFFICACES POUR LIBÉRER LE STRESS

#### LE TEST MUSCULAIRE ET PRÉ-TESTS

#### ETABLIR UN OBJECTIF

#### LSE

#### ROTATIONS OCULAIRES

#### MODE DIGITAL EMOTIONNEL

#### ANCRAGE

#### GÉRER LES QUESTIONS AUTOUR DU TOUCHER

#### TAPOTEMENT TEMPORAL :

- Changer les habitudes et déprogrammation

#### GESTION DU TEMPS

- Apprendre à définir des priorités

#### PROCRASTINATION

#### TECHNIQUES SPÉCIFIQUES DU SR 1

# SR 2.1

PRÉ-REQUIS : SR 1

**PROGRAMME NIVEAU 2 : 1 JOUR (7,5H)**

**09H-12H30 / 14H-18H**

**Objectif pédagogique principal :**

Travailler sur la libération émotionnelle et l'auto-sabotage

## DÉFUSER LES ÉMOTIONS BLOQUÉES

- **COMPRENDRE ET ÉQUILIBRER L'INVERSION PSYCHOLOGIQUE ET MASSIVE**
- **LIBÉRER LES ÉMOTIONS BLOQUÉES :**
  - Phobies, peurs, anxiété, comportements obsessionnels, chagrin, culpabilité, dépression, colère, timidité, ...
- **MODÈLE DES 5 ÉLÉMENTS**
- **LES MÉRIDIENS**
- **POINT D'ALARME DES MÉRIDIENS**

Dans ce cours nous allons apprendre :

> ce que sont les addictions, les phobies et les comportements compulsifs, s'en libérer simplement et efficacement

> reconnaître et débloquent les émotions bloquées (peur, colère, timidité, culpabilité, ...) en utilisant les 5 éléments et à :

- mettre en évidence
- identifier
- déterminer
- rééquilibrer les auto-sabotages (inversions)

qui nous empêchent d'atteindre nos objectifs et de nous réaliser pleinement.

# SR 2.2

PRÉ-REQUIS : SR 1

**PROGRAMME NIVEAU 2 : 1 JOUR (7,5H)**

**09H-12H30 / 14H-18H**

**Objectif pédagogique principal :**  
Équilibration des centres d'énergie

## CENTRES D'ÉNERGIE

- DÉFINIR LES CENTRES D'ÉNERGIE, LES PLEXUS NERVEUX
- LOCALISATION D'UN CENTRE D'ÉNERGIE
- VÉRIFIER LES DÉSÉQUILIBRES D'UN CENTRE D'ÉNERGIE
- CORRECTION DES CENTRES D'ÉNERGIE
  - Émotions, points d'acupressure, stimulations crânienne, points réflexes auriculaires et points réflexes du pied.
- EQUILIBRATION DU CORPS AU MOYEN DE LA TECHNIQUE DES CENTRES D'ÉNERGIE

Dans ce cours nous allons apprendre à repérer, vérifier grâce au test musculaire et équilibrer les centres d'énergie pour trouver un bien-être général dans le corps.

# SR 3

PRÉ-REQUIS : SR 2.1+TFH 1

**PROGRAMME NIVEAU 2 : 3 JOURS (22,5H)**

**09H-12H30 / 14H-18H**

**Objectif pédagogique principal :** Acquérir la technique de rééquilibration avec les Points Réflexes Organes et intégrer les corrections émotionnelles du Stress Release dans le TFH

## TRAVAIL AVEC LES ÉMOTIONS

- ACQUÉRIR LA TECHNIQUE DE RÉÉQUILIBRATION AVEC LES PRO
- INTÉGRER LES CORRECTIONS ÉMOTIONNELLES DU STRESS RELEASE DANS LE TFH

Dans ce cours nous allons apprendre à comprendre, connaître, situer et tester les Points Réflexes Organes à l'aide du test musculaire.

Si des déséquilibres sont présents sur ces points, nous les équilibrerons grâce aux émotions.

De plus, nous utiliserons les modes digitaux et savoir équilibrer les 14 muscles du Touch For Health au moyen des émotions.



# Initiation à l'Énergétique Traditionnelle Chinoise (IETC)

---

DURÉE DE LA FORMATION : 70 HEURES

Pour vous permettre de comprendre **les notions d'Énergétique Traditionnelle Chinoise**, nous vous proposons un **enseignement complémentaire**. Celui-ci est destiné à mieux appréhender le fonctionnement du corps humain d'un point de vue énergétique, d'intégrer son utilisation en séance de kinésiologie ou de l'utiliser comme technique à part entière.

# Initiation à l'Énergétique Traditionnelle Chinoise

---

## PRÉSENTATION DE L'IETC

La médecine chinoise est **une approche de soins** datant de plusieurs millénaires.

Son objectif principal est de **maintenir l'individu en bonne santé**.

Véritable art thérapeutique, elle propose **une vision holistique de la santé**, elle envisage l'être humain dans sa globalité. En effet la Médecine Traditionnelle Chinoise, prend en compte tous les paramètres qui interagissent avec lui, qu'ils soient extrinsèques comme le climat, l'alimentation, les interactions avec autrui, l'énergie des lieux ou bien intrinsèques comme les émotions, le corps, les énergies parcourant les méridiens, etc...

Cette méthode n'est pas seulement **préventive**, elle est aussi **curative** avec ses propres notions.

L'IETC a pour objectif de présenter les concepts de la médecine chinoise, comme la description des **méridiens et leurs points d'acupuncture**, d'expliquer les méthodes de traitement et de permettre de les **intégrer dans notre quotidien et en séance**.



# IETC

---

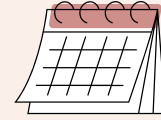
## DÉROULÉ DE L'APPRENTISSAGE

Les journées d'apprentissage alternent entre présentations théoriques et ateliers de mise en pratique. Les techniques employées reposent uniquement sur la digipuncture (méthode d'acupression non-invasive).

Cette formation se compose de cinq séminaires de 2 jours et **ne nécessite aucun pré-requis**. Elle s'adresse à **toute personne désireuse de comprendre les concepts de médecine chinoise** ou en complément d'autres formations telles que la kinésiologie, la réflexologie plantaire, massages énergétiques etc...

# IETC

## DATES DE LA FORMATION



### DURÉE TOTALE 70 H

✓ **Initiation à l'Énergétique  
Chinoise (IETC)**

Modules 1, 2, 3, 4 et 5

70 heures de formation

- **IETC Niveau 1** : 03/04  
Octobre 2026
- **IETC Niveau 2** : 14/15  
Novembre 2026
- **IETC Niveau 3** : 16/17  
Janvier 2027
- **IETC Niveau 4** : 03/04  
Avril 2027
- **IETC Niveau 5** : 22/23 Mai  
2027

## LES INSTRUCTEURS



**Isaline MAILLARD,**  
*Infirmière D.E., Praticienne en énergétique  
traditionnelle chinoise, Praticienne TFH/SR*  
Formatrice IETC, Fleurs de Bach et kinésiologie



**Arnaud IGNESTA,**  
*Kinésithérapeute, Ostéopathe, Praticien en  
énergétique traditionnelle chinoise,*  
*Praticien TFH/SR*  
Formateur IETC, PRAP, APP, À la découverte  
des Fascias

# IETC I

---

## PROGRAMME NIVEAU 1 : 2 JOURS (14H) 9H-12H30 / 14H-17H30

Fondements de la MTC basés sur les 3 concepts principaux :  
Yin yang, les méridiens et les cinq éléments.

### ■ PRÉSENTATION DE L'IETC :

- Contexte historique
- Notion de Qi
- Présentation des 3 concepts
- Qu'est-ce qu'un point d'acupuncture ?
- Pouls chinois

### ■ CONCEPT DU YIN ET DU YANG :

- Quelques mots sur la philosophie du Tao
- Yin yang général

### ■ CONCEPT DES 8 MERVEILLEUX VAISSEAUX

- Présentation
- Application au Yin yang local / Protocole des 8 Mvx Vx

### ■ CONCEPT DES MÉRIDIENS :

- Présentation des 12 méridiens et de leurs interactions

# IETC<sub>2</sub>

## PROGRAMME NIVEAU 2 : 2 JOURS (14H) 9H-12H30 / 14H-17H30

Approfondissement des concepts de 5 éléments et des méridiens

### ■ CONCEPT DES 5 ÉLÉMENTS (OU DES 5 MOUVEMENTS) :

- Correspondances somatiques sensorielles et émotionnelles
- Concept des 5 éléments Cycles sheng/ko
- Qualité des pouls chinois

### ■ CONCEPT DES MÉRIDIENS PARTIE 2 :

- Trajet des 12 méridiens principaux + VC/VG
- Localisation et spécificité des points Shu Antiques

### ■ CONCEPT DES 5 ÉLÉMENTS PARTIE 2 :

- Points d'équilibration annuels
- Points d'équilibration saisonniers
- Diététique chinoise

# IETC 3

PRÉ-REQUIS : IETC 2

**PROGRAMME NIVEAU 3 : 2 JOURS (14H)**  
**9H-12H30 / 14H-17H30**

Intégration et pratique de l'énergétique traditionnelle chinoise au quotidien

## ■ ÉQUILIBRATION ÉNERGÉTIQUE DES ATTAQUES CLIMATIQUES :

- Les grands méridiens
- Les Xié
- Techniques d'équilibrations spécifiques

## ■ LES POINTS SPÉCIFIQUES :

- Points Mo et concordance avec point d'alarme en kinésiologie
- Méridiens de communication (luo)
- Points Xi
- Traitements d'urgence / maux du quotidien

## ■ MISES EN SITUATION :

- Synthèse de toutes les notions abordées pour établir un accompagnement énergétique

# IETC 4

PRÉ-REQUIS : IETC 3

**PROGRAMME NIVEAU 4 : 2 JOURS (14H)  
9H-12H30 / 14H-17H30**

Intégration et pratique de l'énergétique traditionnelle chinoise au quotidien

## ■ LES POINTS SPÉCIFIQUES DU TRONC :

- Rappel des points Mo
- Points Shu du dos et correspondance avec les points Mo
- Repérages anatomiques

## ■ CONCEPT DES 5 ÉLÉMENTS PARTIE 3 :

- Pouls saisonnier: consolidation des acquis
- Yanagiya Sorei : points d'équilibration énergétique saisonnière

## ■ MISES EN SITUATION :

- Synthèse des notions abordées précédemment pour établir un accompagnement énergétique

---

## PROGRAMME NIVEAU 5 : 2 JOURS (14H) 9H-12H30 / 14H-17H30

Intégration et pratique de l'énergétique traditionnelle chinoise en séance

### ■ ÉLABORATION D'UNE SÉANCE EN IETC

- Cas concrets théoriques permettant une révision générale
- Élaboration d'un tableau commun récapitulatif des différentes techniques

### ■ MISE EN SITUATION D'UN TRAITEMENT COMPLET

- Anamnèse, observation clinique, prise de pouls
- Conception de traitement et pratiques

### ■ EXAMEN : VALIDATION DES ACQUIS

- Examen théorique
- Localisation des points d'acupuncture



# Éthique et posture de l'accompagnant

---

**DURÉE DE LA FORMATION : 42 HEURES**

Pour travailler dans l'accompagnement, il est important d'avoir une **posture juste et bienveillante ainsi qu'une éthique professionnelle et un cadre adapté.**

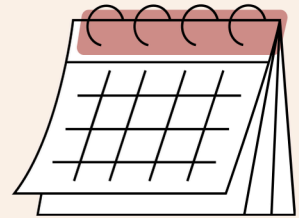
Il ne s'agit pas seulement de savoir faire c'est à dire d'appliquer les protocoles de kinésiologie appris en formation, il est fondamental de **savoir être** et de comprendre ce que cela signifie.

3 sessions de 2 jours en présentiel (alternance de théorie et d'exercices concrets) vous permettront d'approfondir les **techniques nécessaires** dans la relation d'aide en les adaptant à votre personnalité et à votre métier .

# Éthique et posture de l'accompagnant

## DATES DE LA FORMATION

DURÉE TOTALE 42 H



### Éthique et posture de l'accompagnant

6 jours de 7 heures

42 heures de formation

- Samedi 5 et Dimanche 6 décembre 2026
- Samedi 9 et dimanche 10 janvier 2027
- Samedi 6 et dimanche 7 février 2027

## L'INSTRUCTRICE



### Anne DE LA MOTTE

Formatrice Initiation à la Psycho Pathologie et Posture et Ethique de l'accompagnant

*Psychopraticienne et Thérapeute de couple*

*Accompagnement des personnes hypersensibles*

*Praticienne en Hypnose*

*Praticienne TFH et SR / Reiki*

# Éthique et posture de l'accompagnant

**PROGRAMME** : 3 SESSIONS DE 2 JOURS = 6 JOURS  
9H00 - 12H30 / 14H00 - 17H30

*“La bienveillance envers autrui commence toujours par la bienveillance envers soi même”*

Dalaï Lama

## ■ FONDEMENTS DE LA RELATION D'AIDE

- Histoire et évolution de la relation d'aide
- Principales qualités de l'accompagnant

## ■ QUEL ACCOMPAGNEMENT SUIS-JE ?

- Repérer ses talents grâce à l'Ennéagramme
- Mettre en évidence ses limites et ses croyances limitantes
- Nommer ses ressources : centrage et ancrage

## ■ OUTILS DE L'ACCOMPAGNANT

- Attitudes de Porter
- Les 10 outils en relation d'aide
- La congruence
- Langage verbal et non verbal

# Éthique et posture de l'accompagnant

---

**PROGRAMME** : 3 SESSIONS DE 2 JOURS = 6 JOURS  
9H00 - 12H30 / 14H00 - 17H30

## ■ LA POSTURE DE L'ACCOMPAGNANT

- Poser son cadre de travail
- Alliance thérapeutique
- Analyse transactionnelle et Triangle de Karman
- Supervision individuelle et/ou de groupe

## ■ DYNAMIQUES INCONSCIENTES

- Transfert / contre transfert
- Projection

## ■ ETHIQUE ET CADRE LEGAL

- Structures juridiques, cadre professionnel et déontologie
- Savoir réorienter et signaler



# Fleurs de Bach et kinésiologie

---

**DURÉE DE LA FORMATION : 28 HEURES**

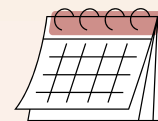
Les élixirs de fleurs du Dr Edward Bach permettent de travailler sur des **déséquilibres émotionnels**.

Grâce au test musculaire, nous pouvons déterminer la fleur de Bach appropriée à la personne, en fonction de son objectif, pour l'aider à **travailler, comprendre et libérer ses états émotionnels profonds**.

Chacune des 38 fleurs est chargée de sens pour révéler des informations importantes sur **la personnalité, les émotions et les croyances** de la personne testée. Nous établirons un lien entre les fleurs de Bach, les **5 blessures de l'âme de Lise Bourbeau** et les **méridiens d'acupuncture associés**, vous permettant ainsi de les utiliser pour avoir de nouveaux outils de corrections en kinésiologie.

# Fleurs de Bach et kinésiologie

## DATES DE LA FORMATION



**DURÉE TOTALE 28 H**

✓ **Fleurs de Bach et kinésiologie**

Module 1 et 2

28 heures de formation

- **FDB et Kinésiologie**  
**Niveau 1** : 12 et 13  
Juin 2027

- **FDB et Kinésiologie**  
**Niveau 1** : 03 et 04  
Juillet 2027

## LES INSTRUCTEURS



**Lucie MAILLET,**

*Kinésologue et Instructrice TFH et SR agréée et certifiée IKC.*

Formatrice Techniques Avancées, Fleurs de Bach et Kinésio



**Isaline MAILLARD,**

*Infirmière D.E., Praticienne en énergétique traditionnelle chinoise, Praticienne TFH/SR*

Formatrice IETC, Fleurs de Bach et kinésiologie

# Fleurs de Bach et kinésiologie

---

## **PROGRAMME MODULE 1 : 2 JOURS (14H)** 9H-12H30 / 14H-17H30

Ce premier niveau permet de découvrir en détail chaque fleur de Bach, ses caractéristiques, les émotions liées, la personnalité et les croyances associées. Nous mettrons en pratique le test de ces fleurs en lien avec les 5 éléments de médecine chinoise et le baromètre du comportement en kinésiologie.

### **PRÉ-REQUIS : Test Musculaire**

#### **LES FLEURS DU DOCTEUR BACH**

- Introduction
- Présentation des fleurs de BACH

#### **FLEURS DE BACH ET KINESIOLOGIE**

- Présentation générale du Baromètre du Comportement
- Utiliser les Fleurs de Bach pour tester les émotions du baromètre

#### **FLEURS DE BACH ET ENERGETIQUE TRADITIONNELLE CHINOISE**

- Lien Fleurs de Bach et Médecine Chinoise
- Localisation des points d'acupression associés

# Fleurs de Bach et kinésiologie

---

**PROGRAMME MODULE 2 : 2 JOURS (14H)**  
9H-12H30 / 14H-17H30

Ce deuxième niveau permet de travailler à partir d'un **protocole original** alliant les fleurs de Bach, les 5 blessures de l'âme de Lise Bourbeau, des équilibrations émotionnelles en kinésiologie et la médecine chinoise.

## PRÉ-REQUIS : Module 1

### LES 5 BLESSURES

- Présentation du travail de Lise Bourbeau
- Leur lien avec les fleurs de Bach

### LA KINÉSIOLOGIE

- Équilibrations émotionnelles en lien avec chaque fleur de Bach

### ÉNERGÉTIQUE TRADITIONNELLE CHINOISE

- Lien Fleurs de Bach et Médecine Chinoise

### PRATIQUE et MISE EN PLACE DU PROTOCOLE



# Techniques avancées

---

DURÉE DE LA FORMATION : 28 HEURES

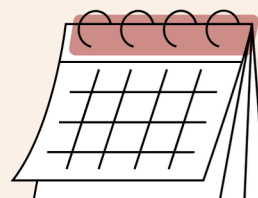
Un protocole original, basé sur l'intuition et le Yin King, qui permet de mettre en lumière les blocages enregistrés dans la mémoire cellulaire du corps, et de travailler sur **l'empreinte de naissance**. **En compilant, par le principe de la mise en circuit, toutes les informations testées** puis en rééquilibrant en 1 point par des techniques de kinésiologie, d'énergétique et des actes symboliques, nous **stimulons la capacité naturelle de l'être à s'aligner à nature profonde**.

Nous aborderons également **la technique du transfert** pour permettre un "travail" non pas sur SOI comme habituellement mais **sur un groupe, un couple, , un système familial, ... en testant une personne comme transfert de l'ensemble**.

# Techniques avancées en kinésiologie

## DATES DE LA FORMATION

---



### DURÉE TOTALE 28H

#### Techniques avancées en kinésiologie

Module 1 et 2

28 heures de formation

- **Techniques avancées Niveau 2** : 10 et 11 Octobre 2026 (suite du Niveau 1 de Juin 2026)
- **Techniques avancées Niveau 1** : 26/27 Juin 2026

## LES INSTRUCTEURS



### Lucie MAILLET,

*Kinésiologue et Instructrice TFH et SR agréée et certifiée IKC.*

Formatrice Techniques Avancées, Fleurs de Bach et Kinésio



### SYLVIE SANNAT

*Kinésiologue certifiée*

Formatrice Techniques Avancées

# Techniques avancées

---

**PROGRAMME MODULE 1 : 2 JOURS (14H)**  
9H-12H30 / 14H-17H30

Ce cours de techniques avancées s'adresse à des kinésithérapeutes qui souhaitent aller plus loin dans leurs pratiques.

## ■ LES CONCEPTS DE TECHNIQUES AVANCÉES

- Introduction
- Présentation des différents concepts

## ■ TRAVAILLER AVEC TECHNIQUES AVANCÉES

- Yi King et 64 hexagrammes
- Reconnaissance des blocages et du ressenti de la personne
- Chakras et minéraux
- Test des informations en lien avec la problématique mise en évidence
- Mise en conscience et activation de l'intuition
- Compilation des informations recueillies, grâce à la mise en circuit
- Protocole et pratique

# Techniques avancées

---

**PROGRAMME MODULE 2 : 2 JOURS (14H)**  
9H-12H30 / 14H-17H30

Intégrer un travail systémique en kinésiologie, travailler sur l'unité du groupe testé et utiliser les techniques avancées pour équilibrer le système testé.

## **KINESIOLOGIE SYSTEMIQUE**

- Le travail systémique en kinésiologie
- Révision et pratique du transfert "simple"
- Établir un objectif commun et travailler en transfert de groupe sur l'unité testée
- Utilisation du protocole "techniques avancées" et pratique

## **LES ACTES SYMBOLIQUES**

- Comment les construire et les utiliser

# À la Découverte des Fascias

---

DURÉE DE LA FORMATION : 28 HEURES

Longtemps méconnus de nos médecines modernes, l'observation scientifique de nos fascias et la description de leurs rôles apportent un point de vue nouveau sur le fonctionnement du corps humain, tant au niveau **du lien psychosomatique** que de l'explication de certaines douleurs ou blocages.

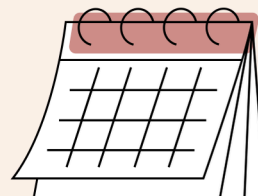
Ce cours apporte **une compréhension abordable par tous** de ces structures complexes. Il amène en outre des clés pour la perception des fascias et **ouvre sur une richesse et une diversité de perceptions**. Nous vous proposons ainsi une immersion dans **l'écoute subtile des différents tissus** qui composent le corps, en alternant des temps de connaissances théoriques avec des ateliers de pratique.

# À la Découverte des Fascias

## DATES DE LA FORMATION

---

**DURÉE TOTALE 28H**



### À la Découverte des Fascias

Modules 1 et 2

28 heures de formation

- **Fascias Niveau 2** : 26/27  
Septembre 2025 (suite du  
Niveau 1 de Avril 2026)
- **Fascias Niveau 1** : 20/21  
Mars 2027
- **Fascias Niveau 2** : 05/06  
Juin 2027

## L' INSTRUCTEUR



**Arnaud IGNESTA,**

*Kinésithérapeute, Ostéopathe, Praticien en  
énergétique traditionnelle chinoise,  
Praticien TFH/SR*

Formateur IETC, PRAP, APP, À la découverte  
des Fascias

# À la Découverte des Fascias

---

**PROGRAMME NIVEAU 1 : 2 JOURS (14H)**  
**9H-12H30 / 14H-17H30**

Comprendre ce qu'est un fascia, comment il participe à l'interdépendance des différentes régions du corps humain.  
Apprendre à sentir manuellement les mouvements des tissus corporels.

## ■ DESCRIPTION DES FASCIAS

- Description anatomique, histologique, biomécanique
- Vision holistique du corps

## ■ APPRENDRE LE TOUCHER SUBTIL

- Positionnement de l'accompagnant, main active/ main passive
- Niveaux de profondeur des fascias

## ■ LES DIFFÉRENTS MOUVEMENTS DU CORPS

- Différencier le mouvement intrinsèque d'une structure en adaptant le toucher
- Suivre les mouvements du corps

# À la Découverte des Fascias

**PROGRAMME NIVEAU 2 : 2 JOURS (14H)**  
**9H-12H30 / 14H-17H30**

Affiner la perception du mouvement d'un tissu vivant.  
Comprendre pourquoi les fascias sont une structure privilégiée du lien psychosomatique.  
Apprendre à agir sur les fascias.

## ■ LES DIFFÉRENTS TYPES DE STRESS

- Tensions mécaniques / Tensions posturales
- Tensions émotionnelles

## ■ LA SOMATISATION DES ÉMOTIONS

- Le chemin neurologique d'une émotion
- Positionnement émotionnel de l'accompagnant

## ■ LIBÉRATION DES TENSIONS FASCIALES

- Apprendre les différentes techniques de libération fasciale
- Accompagnement de la personne aidée dans la libération de ses tensions



# Initiation à la Psycho Pathologie

---

DURÉE DE LA FORMATION : 14 HEURES

Ce stage d'initiation permet d'acquérir les **bases essentielles** de la psychopathologie soient les différentes structures et les principaux troubles psychiques. Il vise à apprendre à repérer les signes de **souffrance mentale** et à mieux en identifier les manifestations. Les participants développeront ainsi une posture adaptée et bienveillante face à ces troubles, tout en sachant quand et comment orienter vers des professionnels de santé qualifiés.

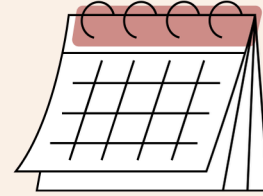
Cette formation offre également un **socle solide** pour toute personne travaillant dans la relation d'aide en proposant un cadre de travail respectueux autant pour l'accompagnant que pour la personne accompagnée.

# Initiation à la Psycho Pathologie

## DATES DE LA FORMATION

---

**DURÉE TOTALE 14H**



**Initiation à la Psycho pathologie**

**Modules 1**

**14 heures de formation**

● **IPP Niveau 1 :**

2 dates :

- 07/08 novembre 2026

ou

- 29/30 mai 2027

## L' INSTRUCTRICE



**Anne DE LA MOTTE**

Formatrice Initiation à la Psycho Pathologie et  
Posture et Ethique de l'accompagnant  
*Psychopraticienne et Thérapeute de couple*  
*Accompagnement des personnes hypersensibles*  
*Praticienne en Hypnose*  
*Praticienne TFH et SR / Reiki*

# Initiation à la Psycho Pathologie

**PROGRAMME NIVEAU 1 : 2 JOURS (14H)**

**9H-12H30 / 14H-17H30**

Ce stage initie aux bases de la psychopathologie, aide à repérer la souffrance mentale et à adopter une posture bienveillante tout en facilitant l'orientation vers des professionnels de santé si besoin. Il constitue un socle utile pour tout accompagnant, garantissant un cadre respectueux pour les deux parties.

- **NOTIONS ET VOCABULAIRE DE BASE**
  - Définition des principales notions
- **ORIGINES DE LA PSYCHOLOGIE ACTUELLE**
  - Freud et les grands courants actuels
- **LES STRUCTURES PSYCHIQUES**
  - Névroses, psychoses et états limites
- **LES MÉCANISMES DE DÉFENSE**
  - Repérer les résistances et quelle posture adopter
- **LES POINTS DE VIGILANCE DE L'ACCOMPAGNANT**
  - Burn out, cadre et frontières
- **LES ATTITUDES ET NUMÉROS À CONNAÎTRE EN CAS DE PROBLÈME**

# L'avis de nos élèves



Nadia



"J'ai eu la chance de suivre la formation en TFH et Anat enseignée par Lucie et Arnaud.

Je vous remercie vivement pour votre approche pédagogique centrée sur l'humain. Vos expériences personnelles nous permettent d'acquérir des compétences solides dans ce domaine passionnant et me donnent l'assurance de bien accompagner les futures personnes en soin.

Lucie et Arnaud sont à l'écoute et bienveillants. Un sacré binôme qui, par des approches différentes, s'assurent de la bonne compréhension de l'ensemble des cours.

J'ai hâte d'aller plus loin avec vous et je recommande à tous cette formation qui peut avoir pour objectif une reconversion professionnelle ou tout simplement nous donner les clés vers un épanouissement personnel pour nous et nos proches."



Isa



"Exerçant un métier dans la santé, la formation de Touch fut pour moi une vraie révélation. C'est un outil très riche qui apporte un vrai bénéfice dans ma pratique. Le Touch permet des libérations émotionnelles concrètes et un rééquilibrage énergétique efficace. Le corps parle, le mental se tait, ce qui entraîne des prises de conscience du sujet très pertinentes.

La partie anatomie-physiologie, même si elle fait partie de ma formation initiale, fut un très bon rappel de l'organisation du corps humain dans ses grandes fonctions .

Le duo Lucie-Arnaud, est très complémentaire, leur enseignement est ludique, clair et bienveillant. Toujours à l'écoute, ils ont su nous faire intégrer des bases solides en Kinesio. J'ai vraiment apprécié les personnes avec qui j'ai fait la formation, super groupe dans lequel nous avons partagé en toute sincérité et surtout évolué, nous aussi vers un mieux être .

Un grand merci à Lucie et Arnaud"

# L'avis de nos élèves

---



Elisa



"Je me suis inscrite à la formation IETC sans avoir aucune connaissance en énergétique, seulement un attrait pour cette pratique et une soif d'apprendre. J'ai rapidement compris que l'énergétique chinoise était une méthode préventive, et que nous pouvions grâce à des techniques d'acupression limiter et soigner les petits bobos du quotidien. A travers l'apprentissage des méridiens, des cinq éléments, du yin et du yang mais aussi de la culture chinoise, j'ai élargi ma culture générale et modifié ma façon de vivre et de penser le monde. Comment manger correctement en fonction des saisons ? Comment apaiser une entorse ou une douleur chronique ? Pourquoi je me sens si fatiguée et comment y remédier ? J'ai désormais les réponses à ces questions et je suis aussi capable d'aider mon entourage.

Isaline et Arnaud forment un duo complémentaire grâce à qui nous évoluons rapidement. Ils n'hésitent jamais à prendre le temps de réexpliquer les notions difficiles, et les exercices pratiques permettent de consolider la compréhension des notions théoriques. Ce stage est une mise en bouche et donne envie d'en découvrir encore plus ! Merci encore à tous les deux pour votre temps, votre écoute et votre bienveillance."



Anne



Je viens de finir les trois modules de Stress Release avec Lucie Maillet. Non seulement j'ai rencontré une formatrice passionnée et passionnante mais j'ai également découvert de belles personnes désireuses comme moi de progresser dans leurs pratiques d'accompagnant.

Cette approche holistique, basée sur la prise en compte des émotions en passant par le corps, est très respectueuse puisque le patient reste l'acteur principal de la séance. Les protocoles que nous a appris Lucie sont à la fois très pointus et aussi très variés ce qui me permet, en tant que psychothérapeute, de m'adapter parfaitement à la demande et aux besoins des personnes qui viennent me voir, dans le respect et la bienveillance.

Merci pour cette transmission complète et pleine de sens.

# L'avis de nos élèves

---



Elodie



"Wahou ! Quelle expérience la formation de kinesiologie !

Je suis tellement heureuse et épanouie de l'avoir faite. Une très belle expérience que j'ai partagée avec une belle équipe, une harmonie plane tout le long de la formation.

J'ai rencontré des formateurs disponibles, à l'écoute, patients, organisés et surtout bienveillants. Et j'ai également rencontré des personnes qui faisaient également cette formation qui ont été de vrais alliés et des binômes attentionnés.

Un grand merci pour m'avoir permis une nouvelle vie "



Anne



" Ostéopathe de formation, j'ai souhaité enrichir ma pratique en suivant la formation de kinésiologie.

Cela m'a apporté de nouvelles perspectives et des clés de compréhension qui me permettent d'accompagner au mieux mes patients, notamment sur le plan somato-emotionnel.

J'ai suivi les modules TFH et SR, les supports de cours sont complets, Lucie et Arnaud sont pédagogues, à l'écoute et très compétents.

En plus d'une vraie connexion à Soi, si vous êtes à la recherche d'une formation de qualité, humaine et pleine de bienveillance, vous êtes au bon endroit ! "

# L'avis de nos élèves



Emilie



"J'ai eu la chance de suivre les modules de TFH/APP et de Stress Release avec Lucie et Arnaud.

J'ai pu découvrir que le TFH et le SR sont des outils puissants qui aident à débloquer beaucoup de problématiques en passant par le corps, que ce soit en posant des mots ou simplement sans parler. Je ne cesse d'être émerveillée par les informations que le corps peut délivrer et par les libérations qui peuvent s'opérer en séance.

Suivre la formation apporte d'ailleurs une réelle évolution personnelle. Il y a clairement un avant et un après. Cette expérience, et les séances de kinésiologie de manière générale, permettent d'apprendre à mieux se connaître et de récupérer son pouvoir personnel pour aborder la vie avec plus de sérénité.

Enfin mon grand coup de cœur va à mes deux formateurs. J'ai été impressionnée par le professionnalisme, le sérieux et la qualité des enseignements délivrés mais aussi par leurs incroyables qualités humaines. Ils sont à l'écoute, très attentifs au bien-être de chacun, n'hésitent pas à reformuler autant de fois que nécessaire tant que les notions ne sont pas comprises, s'assurent en permanence que personne ne perd le fil. Ils sont très accessibles, complémentaires, répondent volontiers à toutes les questions posées et ont une grande expérience dans leurs domaines respectifs, ce qui rend les cours encore plus riches. Les cours sont clairs, les supports de qualité, les infrastructures et moyens à disposition adaptés et très confortables. Mais au-delà de ces aspects techniques et logistiques, Lucie et Arnaud ont une grande générosité et une grande sensibilité. Ils savent créer un espace de tolérance, de bienveillance et de confiance, où chacun peut prendre sa place. Un espace propice non seulement à l'apprentissage mais aussi à la croissance personnelle. Chaque week-end de formation est un moment ressource. Merci à Lucie et Arnaud pour tout ce qu'ils nous ont enseigné et apporté. Merci à eux de nous transmettre avec cœur, de toujours trouver les mots qu'il faut pour nous accompagner et nous aider à grandir personnellement et professionnellement.

J'ai hâte de suivre d'autres formations et recommande à quiconque de s'offrir ce cadeau."



Céline



"J'ai eu la chance de suivre la formation en kinésiologie avec Lucie et en IETC avec Arnaud et Isaline. Ces formations ont été profondément transformatrices.

Dès les premiers instants, j'ai été touchée par la bienveillance et la qualité d'écoute des formateurs. Ils créent un espace sécurisant où chacun peut évoluer à son rythme, se sentir accueilli sans jugement et oser être pleinement lui-même. Le partage est au cœur de la pédagogie : les échanges sont riches, authentiques, et permettent un véritable cheminement collectif.

Les formations sont dispensées avec beaucoup de sérieux et de professionnalisme et énormément de passion. Chacun peut y grandir et s'épanouir à son rythme dans un cadre bienveillant. Pour étayer les apprentissages, les contenus transmis sont de grande qualité et très structurés.

Cette formation est un véritable chemin de transformation qui m'a permis de mieux me comprendre, de développer ma connaissance de moi-même et d'affiner mon écoute des autres, avec plus de justesse et de sensibilité.

Je ressors de cette formation grandie, alignée et inspirée. Je recommande vivement cette expérience à toute personne souhaitant évoluer en profondeur dans un cadre à la fois humain, professionnel et profondément enrichissant."

# L'avis de nos élèves

---



Aurélie



"J'ai eu le plaisir de suivre les formations THF, SR et IETC. J'ai vécu une expérience nourrissante et immensément humaine. Cette année a été une révélation pour moi tant sur le plan de la connaissance que sur la compréhension de qui je suis profondément. Au delà d'apprendre des méthodes et techniques pour accompagner des personnes j'ai appris à me comprendre et à savoir où je vais. Lucie, Arnaud et Isaline sont des personnes profondément passionnantes, à l'écoute, disponibles et merveilleuses. Aujourd'hui grâce à leur enseignement j'ai pu acquérir une base solide en kinésologie et IECT avec de grandes prises de conscience profondes sur des connaissances et pratiques anciennes. J'ai également pu découvrir des personnes formidables qui ont construit mes groupes de travail avec qui j'ai construit des liens profonds et bienveillants. Je ne peux que recommander ces formations à tous ceux et celles qui souhaitent apprendre avec professionnalisme, passion et profondeur. C'est une véritable expérience de vie et je continue cette merveilleuse aventure pour les prochaines sessions car oui une vraie passion s'est réveillée en moi pour continuer à apprendre à leur côté. "



Julie



"J'ai participé à la formation de kinésologie sans trop savoir ce vers quoi j'allais. J'ai reçu une formation riche, engageante et des résultats immédiats mis en pratiques lors des stages. Lucie et Arnaud sont de très bons professeurs qui mettent l'Humain au cœur de leurs pratiques. Pratiquant le reiki, je souhaitais également acquérir quelques bases en anatomie, c'est chose faite !

"A la découverte des fascias" porte bien son nom, dès le premier jour, nous avons pu pratiquer pour découvrir sous nos mains le mouvement des fascias. Arnaud nous accompagne en petit groupe, ce qui a été pour moi très agréable".

# L'avis de nos élèves

---



Elisabeth



"Très belle initiation à la médecine chinoise et ses applications .Le duo des de choc Isaline et Arnaud fonctionne à merveille ; leur complémentarité est parfaite l'une apportant sa touche instinctive l'autre son côté cartésien l'auditoire se sent compris et les questions de tout genre fusent car la formation est riche dense avec la volonté des formateurs de nous faire pratiquer le plus possible. La pédagogie est parfaitement maîtrisée on ressort de cette formation nourri de savoirs et rempli d'envie de prodiguer des soins à notre entourage !

Merci à Arnaud et Isaline pour cette magnifique formation. A quand un prochain module ?"



Bruno



"J'ai pu réaliser l'initiation à la médecine chinoise avec Isaline et Arnaud et je suis ravi. C'est vraiment passionnant de découvrir comment le corps nous envoie des messages et comment on peut le soulager et le rééquilibrer. Le duo de formateurs est top et complémentaire, je conseille les yeux fermés, merci à vous deux.

J'ai aussi fait une formation sur les fascias avec Arnaud que j'ai trouvée très intéressante. Je suis entouré de personnes qui ont des tensions musculaires et que j'ai pu soulager. Arnaud a beaucoup de patience et sait transmettre avec un langage simple pour les débutants comme moi qui ne suis pas un pro de l'anatomie. Je recommande vivement cette formation."

# Le lieu de la formation

AIX EN PROVENCE - ROUTE D'ÉGUILLES

---

Un havre de paix au coeur de la campagne Aixoise, situé à 8 minutes de l'autoroute, entre Éguilles et Celony.

Un lieu ressourçant et rempli d'une douce énergie qui offre un cadre idéal pour apprendre en toute sérénité.



# Tarifs

## ET MODALITÉS DE RÈGLEMENT

### FORMATION TFH & APP

TOUCH FOR HEALTH & ANATOMIE  
PHYSIOLOGIQUE PALPATOIRE

**2 400 € TTC**

- ✓ Coût à la journée  
**150 € TTC**
- ✓ Coût par niveau  
**450€ TTC (3 jours)**  
**300€ TTC (2 jours)**

**2000 € TTC** si  
engagement sur  
l'ensemble des  
stages.

### FORMATION SR STRESS RELEASE

**1050 € TTC**

- ✓ Coût à la journée  
**150€ TTC**
- ✓ Coût par niveau  
**300€ TTC (2 jours)**  
**450€ TTC (3 jours)**

### FORMATION IETC

INITIATION À L'ÉNERGÉTIQUE  
TRADITIONNELLE CHINOISE

**1 500 € TTC**

- ✓ Coût à la journée  
**150€ TTC**
- ✓ Coût par niveau  
**300€ TTC**

### FORMATION FLEURS DE BACH ET KINESIOLOGIE

**600 € TTC**

- ✓ Coût à la journée  
**150€ TTC**
- ✓ Coût par niveau  
**300€ TTC**

### FORMATION ETHIQUE ET POSTURE DE L'ACCOMPAGNANT

**900 € TTC**

- ✓ Coût à la journée  
**150€ TTC**
- ✓ Coût par niveau  
**900€ TTC**

### FORMATION INITIATION PSYCHO PATHOLOGIE

**300 € TTC**

- ✓ Coût à la journée  
**150€ TTC**
- ✓ Coût par niveau  
**300€ TTC**

# Tarifs

## ET MODALITÉS DE RÈGLEMENT

FORMATION  
TECHNIQUES  
AVANÇÉES  
EN KINÉSIOLOGIE

**600€ TTC**

- ✓ Coût à la journée  
**150€ TTC**
- ✓ Coût par niveau  
**300€ TTC**

FORMATION  
À LA  
DÉCOUVERTE  
DES FASCIAS

**600€ TTC**

- ✓ Coût à la journée  
**150€ TTC**
- ✓ Coût par niveau  
**300€ TTC**

*Le tarif pour les révisants est : 50 % du prix du stage sur justificatifs d'avoir déjà suivi la formation concernée (pour les élèves venant d'autres écoles).*

**Possibilité de prise en charge de nos formations via notre partenaire L'Equipage en + (certifié Qualiopi).**

*Peuvent prétendre à une prise en charge (en fonction des profils) : les indépendants, les personnes inscrites au Pôle Emploi, les salariés.*

*Détails et constitution des dossiers avec Caroline :*

*[caroline@lequipageenplus.fr](mailto:caroline@lequipageenplus.fr) / 05.46.75.36.51*

*Site Internet : <https://lequipageenplus.fr/>*

*Pionniers d'un avenir meilleur : ensemble, créons une vision commune.*

*Possibilité de règlement en plusieurs fois.*



# Modalités d'inscription

## MODALITÉS GÉNÉRALES

Pour garantir une qualité d'enseignement et en adéquation avec nos valeurs, le nombre de places sera limité.

Si vous décidez de suivre l'ensemble de nos formations, nous vous conseillons d'organiser la répartition des stages sur 2 ans minimum pour une meilleure intégration.

## INSCRIPTION

Toute demande d'inscription se fait par téléphone au 06 51 19 21 22.

À l'issue de notre échange téléphonique, vous recevrez un bulletin d'inscription à compléter et à renvoyer avec le versement d'arrhes (150 euros par module de formation inscrit) pour la confirmation de votre inscription. Ce chèque (à l'ordre de Kiétude formations) ne sera pas encaissé jusqu'à la formation sauf si vous vous désistez moins d'un mois avant le début de la formation. Dans le cas contraire, le chèque sera encaissé mais le montant pourra être déductible d'une formation ultérieure.

# Contact

**Vous avez des questions ?  
Vous souhaitez faire une demande  
d'inscription ?**

Pour toute demande d'information complémentaire sur nos formations ou pour procéder à votre inscription, n'hésitez pas à nous contacter.

Nous nous tenons à votre écoute pour répondre à toutes vos questions et vous accompagner dans votre démarche vers une nouvelle expertise professionnelle.



**LUCIE MAILLET**

**[luciemaillet.kinesio@gmail.com](mailto:luciemaillet.kinesio@gmail.com)**  
Tel : +33 6 51 19 21 22

<https://www.kinesiologie-aixenprovence.com/>

## REJOIGNEZ NOS RÉSEAUX



Maillet Lucie



@kietudeformations  
@luciemaillet.kinesio



# Merci



*“Fais de ta vie un rêve, et d’un rêve ta réalité”*  
Antoine de Saint-Exupéry