Neural Reset Therapy®

Les faits sur la NRT

Ce que la NRT n'est pas 2

Comment fonctionne la NRT ? 2

La NRT peut-elle m'aider ? 2

Combien de temps durent les effets ? 2

NRT et qualité de vie 2–3

Formations
- Upper Body 4–5
- Lower Body 6–7
- Advanced 8–9

Questions fréquentes 10–12

Informations sur la formation 13

Les cinq engagements 14

Préparation aux formations 15–17

Certification 4e de couverture



Les faits sur la NRT

Ce que la NRT n'est pas

En quoi la NRT diffère-t-elle du massage, de la kinésithérapie ou de la chiropraxie habituels ?

- Pas de massage des muscles
- Aucune pression profonde nécessaire
- Ni lotions ni crèmes
- Aucune position sur le ventre nécessaire
- Le client reste entièrement habillé
- Pas d'étirements
- Inutile de toucher le muscle à réinitialiser
- Peut se pratiquer depuis le côté opposé du corps
- Pas de manipulations articulaires
- Aucun appareil mécanique, électrique ou électronique nécessaire
- Pas d'aiguilles
- Ni médicaments ni autres substances

Comment fonctionne la NRT ?

Le corps contient des structures nerveuses spécialisées : les mécanorécepteurs. Ils réagissent à la pression, à la vitesse, aux vibrations, à l'étirement et à d'autres forces. Lorsqu'un changement survient, un signal est envoyé à la moelle épinière, puis au cerveau.

Avec la NRT, le thérapeute stimule brièvement les récepteurs d'un muscle choisi en demandant au client de prendre une position ou d'effectuer un mouvement, ou en tapotant le muscle de façon à ce que les récepteurs envoient un signal spécifique à la moelle épinière.

Ce signal traverse le centre d'intégration de la moelle épinière, ce qui réinitialise le système nerveux et optimise le muscle sur le plan neurologique. Selon la méthode, la douleur et la tension disparaissent en quelques secondes.

La NRT peut-elle m'aider ?

Des améliorations sont souvent rapportées en cas de :

- douleurs cervicales et dorsales
- spasmes musculaires
- maux de tête, en particulier céphalées de tension
- troubles de l'articulation temporo-mandibulaire
- tennis-elbow et golf-elbow
- syndrome du canal carpien
- douleurs de la coiffe des rotateurs
- douleurs d'origine inconnue
- douleurs persistantes après un traumatisme
- douleurs de hanche

À chaque séance, le thérapeute examine les zones douloureuses et tendues. Les muscles dysfonctionnels sont réinitialisés, et toutes les zones traitées sont contrôlées à nouveau.

Combien de temps durent les effets de la NRT ?

Comme la NRT agit rapidement, on demande souvent combien de temps dure le résultat. Les praticiens rapportent que les effets sont au moins comparables à ceux du massage neuromusculaire traditionnel, du massage des tissus profonds, du relâchement myofascial et de l'Active Isolated Stretching. Thérapeutes et clients font parfois état de résultats plus durables et plus profonds, y compris pour des troubles chroniques.

Selon la méthode, la NRT ramène les muscles dans un état optimisé. Les choix de mode de vie peuvent influencer la durée du résultat : des choix plus sains peuvent allonger le délai avant le prochain reset. Même en présence de facteurs défavorables, la NRT pourrait contribuer à la qualité de vie.



Facteurs pouvant jouer un rôle

1. **Surcharge chronique**
   - s'entraîner jusqu'à l'épuisement
   - sollicitations répétitives
   - progression trop rapide de l'entraînement
2. **Sous-sollicitation chronique**
   - peu ou pas d'activité physique
   - alitement prolongé après une maladie ou une opération
   - position assise prolongée
3. **Mauvaises habitudes posturales**
   - tête projetée vers l'avant
   - position avachie
   - station debout sur une jambe
   - appui sur un bras ou un coude
4. **Déshydratation et/ou hypoglycémie**
   Les muscles ont besoin d'eau et d'énergie.
5. **Mauvaise qualité du sommeil**
   - production réduite d'hormone de croissance
   - récupération musculaire insuffisante
6. **Carences nutritionnelles**
   Carences possibles en zinc, fer, vitamines B, magnésium, calcium, vitamines C et E, acides gras essentiels, fibres, chrome et vitamine D.
7. **Déséquilibres ou carences hormonaux**
   - hypothyroïdie
   - hyperthyroïdie
   - diabète
   - œstrogènes et testostérone
   - cortisol
8. **Problèmes psychologiques non résolus**
   - anxiété
   - dépression
   - colère
9. **Situations et facteurs médicaux**
   - troubles neurologiques
   - dépendance à l'alcool et aux drogues
   - infection récente
   - allergies
   - médicaments
   - grossesse
   - obésité
   - cancer
   - arthrite
   - syndrome de fatigue chronique/fibromyalgie
   - radiculopathie
10. **Manque d'étirements**
    Sommes-nous la seule espèce animale à ne pas s'étirer régulièrement ?
11. **Déséquilibres structurels**
    - inégalité de longueur des jambes
    - petit hémibassin
    - deuxième métatarsien long (pied de Morton)
    - scoliose
    - membres supérieurs courts
12. **Laxité ligamentaire**



Upper Body Workshop

Imaginez pouvoir traiter tous les points gâchettes, bandes musculaires tendues et nodules du haut du corps en moins de temps qu'il ne vous en faut aujourd'hui pour le trapèze supérieur, l'élévateur de la scapula et la zone située entre les omoplates. Sans massage ni étirement.

La NRT vous apprend à utiliser le système nerveux pour détendre les muscles. Vous apprenez à appliquer des lois neurologiques et physiologiques afin de réduire rapidement la douleur et la tension dans les tissus musculaires dysfonctionnels.

Entrez dans le XXI^{e} siècle avec une thérapie manuelle qui vise des résultats rapides et fiables et qui ménage le corps du thérapeute.

Supports de cours

Chaque participant reçoit un manuel de 104 pages contenant des informations détaillées et des photos claires. Une présentation PowerPoint richement illustrée couvre l'anatomie et la théorie.

Méthodes pédagogiques

Le haut du corps est divisé en 20 zones. Pour chaque zone, une liste de resets possibles est classée par ordre de probabilité. L'anatomie est enseignée visuellement et par la palpation. L'instructeur fait la démonstration des techniques, puis les participants s'exercent avec un accompagnement personnalisé.

Contenu de la formation

1. Origine et développement de la NRT : les six découvertes qui ont fait de cette méthode un outil puissant.
2. Comprendre le fonctionnement de la NRT : le rôle des mécanorécepteurs en thérapie manuelle.
3. Contre-indications.
4. Informations actualisées sur les points gâchettes, les bandes musculaires tendues et les nodules.
5. Palpation optimale en NRT, avec exercices pratiques.
6. L'importance de la communication avec les clients. La NRT met l'accent sur leur participation active au processus de guérison.
7. Les six méthodes d'application et les ajustements (tweaking) permettant de réinitialiser de façon fiable le tonus musculaire, avec exercices pratiques.
8. Lignes directrices pour des résultats optimaux : un ensemble complet de consignes pour le thérapeute.



Suite du contenu – Upper Body

9. Les zones : le haut du corps est divisé en zones distinctes, ce qui permet au thérapeute de savoir facilement quelles techniques utiliser. Elles servent aussi de liste de contrôle pour un traitement approfondi.
10. Les muscles : abordés en théorie et en pratique.
11. Les techniques : 31 techniques pour la formation en présentiel. Vous apprenez à traiter les douleurs et tensions musculaires de la nuque, de la région de la mâchoire, des bras ainsi que des faces antérieure et postérieure du tronc, de T12 vers le haut.

Le nombre de participants est limité afin de maximiser l'attention personnelle de l'instructeur. Inscrivez-vous et faites passer votre pratique au niveau supérieur !

Important : les informations ci-dessus concernent le module en présentiel Upper Body. Pour le module Home Study, voir « Informations sur la formation ».



Lower Body Workshop

Vous consacrez beaucoup de temps et d'énergie aux ischio-jambiers et aux bandelettes ilio-tibiales tendus ? Pourriez-vous les traiter en profondeur en une ou deux minutes ? Vos mains vous font-elles mal après avoir traité les points gâchettes, bandes musculaires tendues et nodules des fessiers ? Serait-ce possible sans massage ni étirement ?

La NRT vous apprend à utiliser le système nerveux pour détendre les muscles. Vous apprenez à appliquer des lois neurologiques et physiologiques afin de réduire rapidement la douleur et la tension dans les tissus musculaires dysfonctionnels.

Entrez dans le XXI^{e} siècle avec une thérapie manuelle qui vise des résultats rapides et fiables et qui ménage le thérapeute.

Supports de cours

Chaque participant reçoit un manuel de 93 pages contenant des informations détaillées et des photos claires. Une présentation PowerPoint illustrée couvre l'anatomie et la théorie.

Méthodes pédagogiques

Le bas du corps est divisé en 15 zones, chacune dotée d'une liste de resets possibles classés par ordre de probabilité. L'anatomie est enseignée visuellement et par la palpation. L'instructeur fait la démonstration des techniques, puis les participants s'exercent avec un accompagnement personnalisé.

Contenu de la formation

1. Origine et développement de la NRT et les six découvertes clés.
2. Comprendre le fonctionnement de la NRT : les mécano-récepteurs en thérapie manuelle.
3. Contre-indications.
4. Informations actualisées sur les points gâchettes, les bandes musculaires tendues et les nodules.
5. Palpation optimale en NRT, avec exercices pratiques.
6. La communication avec les clients et leur participation active au processus de guérison.
7. Les six méthodes d'application et les ajustements (tweaking) permettant de réinitialiser de façon fiable le tonus musculaire, avec exercices pratiques.



Suite du contenu – Lower Body

8. Lignes directrices pour des résultats optimaux : un ensemble complet de consignes pour le thérapeute.
9. Les zones : le bas du corps est divisé en zones distinctes, ce qui permet au thérapeute de savoir facilement quelles techniques utiliser. Elles servent aussi de liste de contrôle pour un traitement approfondi.
10. Les muscles : abordés en théorie et en pratique.
11. Les techniques : 28 techniques pour la formation en présentiel. Vous apprenez à traiter les douleurs et tensions musculaires des cuisses, du psoas, des mollets, des hanches, des fessiers, du bas du dos et des abdominaux.

Le nombre de participants est limité afin de maximiser l'attention personnelle de l'instructeur. Inscrivez-vous et faites passer votre pratique au niveau supérieur !

Important : les informations ci-dessus concernent le module en présentiel Lower Body. Pour le module Home Study, voir « Informations sur la formation ».



Advanced Workshop

Terminez votre formation en Neural Reset Therapy® ! Cette formation approfondit vos compétences de thérapeute NRT.

Optimiser la réussite du reset

Douze façons différentes d'obtenir un reset, y compris chez les clients présentant des cas complexes. Approfondissement du Twin Reset et présentation d'un nouveau tweak.

Deux nouvelles méthodes d'application

En plus des six méthodes de base, vous apprenez deux nouvelles façons, plus simples, de déclencher un reset.

Au-delà des muscles

Application de la NRT aux points gâchettes de la peau, des tendons, des ligaments et du périoste, y compris en cas de douleurs persistantes.

Les organes et la NRT

La formation présente des applications spécifiques ciblant les fonctions des organes, notamment la vue, l'ouïe, le foie et le cœur, sur la base de recherches russes et allemandes citées par les auteurs.

Resets spécifiques au sport

Adapter la NRT aux sportifs, notamment en tennis, natation, basket-ball, baseball et aérobic dansé, y compris lorsque les techniques de base ne suffisent pas.

Le NRT Universal Reset

Allez au-delà des techniques isolées et appliquez la NRT de manière globale.

Davantage de muscles

23 groupes musculaires supplémentaires, avec les resets correspondants.

Techniques élargies, révisées et nouvelles

16 approches nouvelles, plus simples ou plus complètes, pour des muscles vus lors des formations de base.

Créer ses propres resets

Un processus étape par étape, avec huit muscles supplémentaires.

Au-delà du centre d'intégration de la moelle épinière

Les centres d'intégration supérieurs du cerveau et le lien, décrit par la méthode, avec les émotions et les fonctions des organes.



The Miraculous Sequence

Apprenez à réaliser une séance NRT complète sans table de soins, par exemple dans un vestiaire, un terminal d'aéroport ou au bord d'un terrain de sport. Plus de vingt nouvelles techniques sont présentées. Même lorsqu'une table de soins est disponible, cette séquence peut être intéressante, car elle demande peu d'effort.

Advanced Body Maps et séquences recommandées

Comme dans les manuels de base, ces cartes et ces schémas soutiennent votre étude et votre pratique de la NRT.

Informations sur la formation

La formation Advanced dure trois jours, de 9 h à 17 h 30, le dernier jour jusqu'à 17 h. Le NCBTMB a validé 22 heures de formation continue.

Un module Advanced Home Study est proposé aux participants, avec un manuel PDF de 126 pages et des vidéos en ligne. Il est validé pour 25 heures de formation continue. Un examen facultatif est proposé à ceux qui souhaitent obtenir ces heures ou visent la certification.

The Everything Reset Sequence

Vous apprenez à réinitialiser 321 muscles (160 paires plus le diaphragme) en un enchaînement rapide, sans que le thérapeute ait à pousser, tirer ou tapoter. Le client est assis, puis allongé sur une table de soins. L'enchaînement convient à des clients de toutes morphologies.



Questions fréquentes

1. Quand venez-vous dans ma région ?

Un instructeur certifié viendra volontiers dans votre région. Faute de subventions, les moyens disponibles pour trouver des lieux et des participants sont limités. Si vous trouvez un lieu adapté et abordable et que vous inscrivez 12 à 17 participants (selon la distance à parcourir), vous pouvez, selon le dispositif d'origine, participer gratuitement à la formation en présentiel.

Les demandes reçues via le site web et Facebook sont également recensées. En cas d'intérêt suffisant, une formation est organisée.

2. Puis-je acheter uniquement le module Home Study ?

Le module a été conçu pour ramener la formation en présentiel de quatre à deux jours. C'est un complément, pas un substitut. La vidéo en ligne et le manuel PDF contiennent les démonstrations de la formation en présentiel ainsi que des techniques supplémentaires, mais pas toutes les bases essentielles. Pendant la formation en présentiel, les participants bénéficient d'un accompagnement approfondi. C'est pourquoi le Home Study n'est proposé qu'aux participants ayant suivi le module en présentiel correspondant.

3. Puis-je acheter les deux modules et apprendre seul ?

Un massothérapeute expérimenté, qui avait observé et reçu des séances de NRT, a obtenu des vidéos et un manuel. Faute d'une compréhension complète et d'un accompagnement, ses résultats étaient insuffisants. Après la formation en présentiel, cela a changé. La réponse est donc non.

4. Y aura-t-il un jour une formation entièrement à distance ?

Il faudrait une année supplémentaire pour développer du matériel pédagogique complémentaire et des vidéos détaillées. L'ensemble du programme NRT est validé par le NCBTMB pour 111 heures de formation continue. Un programme en ligne était envisagé comme une possibilité future.



5. Est-ce que je passe à côté de certains contenus si je n'achète pas le Home Study ?

Oui, environ la moitié de la formation. Le Home Study comprend des zones et des techniques supplémentaires. Vous évitez deux jours de plus loin de chez vous ou de votre cabinet, ainsi qu'une surcharge d'informations.

6. Puis-je acheter le Home Study ultérieurement ?

Après avoir suivi un module de base en présentiel, vous pouvez écrire à neuralresettherapy@gmail.com.

7. La NRT est-elle difficile si j'ai peu de connaissances en anatomie ?

Même des personnes sans expérience thérapeutique ont appris la méthode et font état de bons résultats auprès de leur famille et de leurs amis. Le corps est divisé en zones avec des techniques recommandées. Des connaissances anatomiques aident à travailler plus efficacement, mais elles ne constituent pas une condition préalable.

8. Beaucoup de mes clients sont plus grands ou plus forts que moi. La NRT peut-elle m'aider ?

Oui. Le client n'a pas besoin de fournir un effort maximal. Vous apprenez une bonne posture pour travailler sans peine. Comme les pouces et les poignets sont moins sollicités, la NRT pourrait contribuer à prolonger votre carrière.

9. Pouvons-nous continuer à pratiquer nos soins habituels ?

Bien sûr. Si vous appliquez d'abord la NRT, les muscles deviennent, selon la méthode, rapidement souples et détendus. Vous pouvez ensuite appliquer les autres méthodes de votre choix.

10. Les modules sont-ils validés pour 16 heures de formation continue ?

Chaque module de base est validé pour 16 heures. Upper Body en présentiel et Home Study totalisent 32 heures ; avec Lower Body, on arrive à 64 heures. Advanced ajoute 22 heures et Advanced Home Study 25 heures de plus.

11. Quelles sont les conditions d'annulation de NRT Nederland ?

Les formations de NRT Nederland sont soumises aux conditions générales de NRT Nederland. Les conditions d'annulation figurent à la page suivante.



Conditions d’annulation de NRT Nederland

L’annulation est gratuite jusqu’à un mois calendaire avant le premier jour de formation. Entre un mois et trois semaines avant, des frais administratifs sont facturés. Entre trois et deux semaines avant, les frais d’annulation s’élèvent à 20 % ; entre deux semaines et une semaine, à 30 % ; à moins d’une semaine, à 40 %. Après le début de la formation, la totalité (100 %) est due, sauf disposition légale contraire.

Le délai légal de rétractation prévu pour les particuliers et la procédure d’annulation écrite s’appliquent. Pour consulter les conditions complètes : www.nrtnederland.nl.

Présence

Les participants doivent être présents pendant toute la durée du module de formation. Une présence complète est obligatoire pour valider le module et recevoir une attestation de participation.

12. Tout le monde peut-il participer ?

Tout le monde peut participer, y compris à la formation Advanced. Pour l’Advanced, vous devez avoir suivi les deux modules de base en présentiel et acheté les deux modules Home Study. Si vous n’êtes pas thérapeute ou si vous avez des limitations physiques, contactez-nous au préalable pour voir si la formation vous convient. Le droit d’exercer à titre professionnel en dehors de votre propre famille dépend de la législation locale.



Informations sur la formation

Participants

Les formations s'adressent aux thérapeutes pratiquant le travail manuel qui souhaitent aider les personnes souffrant de douleurs liées à des muscles dysfonctionnels. Tous les niveaux sont les bienvenus : massothérapeutes, kinésithérapeutes, chiropracteurs, ostéopathes, entraîneurs, acupuncteurs et naturopathes travaillant avec les mains.

Des connaissances préalables plus étendues aident à apprendre la NRT plus vite et à l'appliquer plus efficacement. Les non-professionnels peuvent aussi demander à être admis, mais la certification est réservée aux professionnels. Les participants doivent être capables de mobiliser les membres et de pousser, tirer ou faire pivoter la nuque et le tronc.

Les formations de base

Il existe deux modules de base en présentiel : Upper Body et Lower Body. L'ordre est libre. Il faudrait au moins quatre jours par formation pour couvrir tous les sujets et toutes les techniques. Pour limiter les coûts et le temps d'absence, la formule retenue associe un module en présentiel à un Home Study complémentaire.

Le Home Study comprend des vidéos en ligne et un manuel PDF regroupant toutes les techniques vues en présentiel ainsi que du matériel complémentaire. Seuls les participants au module en présentiel correspondant peuvent l'acheter.

Les modules de base en présentiel et les modules Home Study sont chacun validés pour 16 heures de formation continue NCBTMB. Numéro d'agrément : 101.

Préparation

Portez des vêtements fins, souples et confortables, par exemple un tee-shirt ou une tenue de yoga ou de sport. On n'utilise ni appui-tête, ni huile, ni lotion, ni crème. Des tables de soins sont fournies ; inutile d'apporter la vôtre.

Certaines techniques font appel à un marteau à réflexes de Taylor (modèle tomahawk). Les autres modèles sont considérés comme moins efficaces. Des marteaux sont mis à disposition pendant la formation.

Préparation anatomique

Trail Guide to the Body est un excellent ouvrage de référence en anatomie, avec des illustrations claires des muscles, de leur situation, de leurs insertions et de leurs fonctions. Son achat n'est pas obligatoire. À l'aide d'applications d'anatomie et de ChatGPT, vous pouvez établir vous-même des listes d'étude des muscles que nous abordons. Vérifiez les informations auprès de sources anatomiques fiables. Familiarisez-vous à l'avance avec la localisation, les insertions et surtout les fonctions de ces muscles. Les listes d'étude figurent plus loin dans ce livret.

Autres informations

Les horaires de début, de déjeuner et de fin peuvent varier selon le lieu. Veillez à être présent pendant toute la durée du workshop. Le déjeuner n'est pas compris : prévoyez votre propre repas.

Informations actualisées sur les formations :
www.nrtnederland.nl



Les cinq engagements

1. Je respecte le travail et les moyens de subsistance des personnes qui ont élaboré ces enseignements et me les ont transmis : je n'enseignerai, ne prêterai, ne donnerai ni ne vendrai aucun support de cours NRT ni aucune information apprise lors d'une formation NRT. L'achat des supports de la formation en présentiel ou du Home Study donne accès à la propriété intellectuelle, mais ne confère aucun droit de diffuser ces supports de quelque manière que ce soit. Je ne publierai ni ne mettrai en ligne aucune vidéo ni aucun autre contenu original présentant ou commentant des techniques NRT sans l'accord préalable de NRT Trainings, LLC. Je peux utiliser ou diffuser les contenus publiés sur le site web de NRT et sur la chaîne YouTube de NRT.
2. Je ne ferai aucun reproche à une personne impliquée dans les formations NRT et n'engagerai aucune poursuite contre elle en raison de conséquences défavorables de l'application de cette méthode à mes amis, à ma famille ou à mes clients. Je comprends qu'il m'appartient d'agir de manière sûre et responsable dans les limites de mes compétences professionnelles. Il m'appartient de me renseigner sur la législation en vigueur là où j'exerce, afin de savoir si je peux légalement appliquer ce que j'ai appris lors d'une formation NRT ou dans les supports de cours.
3. J'autorise les autres participants et les instructeurs à me traiter dans le cadre d'une formation NRT. Je ne les tiendrai pas pour responsables d'une éventuelle blessure. Je comprends que des accidents ou des effets inhabituels peuvent survenir en situation d'apprentissage. Je comprends également qu'il m'appartient d'informer les personnes qui me traitent de toute contre-indication que je pourrais présenter à cette thérapie manuelle.
4. Je comprends que je suis responsable de mes effets personnels et je ne tiendrai personne d'autre pour responsable de leur détérioration ou de leur perte.
5. J'autorise l'utilisation des enregistrements vidéo, audio et photo réalisés lors d'une formation NRT à des fins d'enseignement et de promotion des enseignements NRT, ainsi que la collecte de mes données conformément au Règlement général sur la protection des données (RGPD) de l'Union européenne.

À remplir en MAJUSCULES

Prénom et nom : _____

Premier jour de formation : _____

Adresse personnelle ou professionnelle : _____

_____

Pays de résidence : _____

E-mail pour toute correspondance : _____

Indicatif pays + numéro de téléphone : (+) _____

Signature : _____



Préparation aux formations NRT

Muscles pour la formation en présentiel Lower Body

Familiarisez-vous avec la localisation de ces muscles et leurs fonctions.

- **Abdominaux** – Obliquus externus et internus, Rectus abdominis
- **Adducteurs de la hanche** – Adductor magnus, longus, brevis, Pectineus, Gracilis
- **Jambe (loge antérieure)** – Peroneus longus et brevis, Tibialis anterior, Extensor digitorum longus, Extensor hallucis longus
- **Jambe (loge postérieure)** – Gastrocnemius, Soleus, Flexor digitorum longus, Flexor hallucis longus, Tibialis posterior
- **Erector spinae** – Iliocostalis, Longissimus, Spinalis
- **Gluteus maximus**
- **Ischio-jambiers** – Semitendinosus, Semimembranosus, Biceps femoris
- **Iliopsoas**
- **Latissimus dorsi**
- **Quadratus lumborum**
- **Quadriceps** – Rectus femoris, Vastus intermedius, lateralis, medialis
- **Rotateurs latéraux de la hanche** – Piriformis, Quadratus femoris, Obturator internus et externus, Gemellus superior et inferior
- **Rotateurs médiaux/abducteurs de la hanche** – Gluteus medius, Gluteus minimus, Tensor fasciae latae
- **Transversospinalis** – Rotatores, Multifidi



Muscles pour la formation en présentiel Upper Body

Familiarisez-vous avec la localisation de ces muscles et leurs fonctions.

- **Biceps brachii / Brachialis**
- **Deltoideus (partie antérieure)**
- **Erector spinae** – Iliocostalis, Longissimus, Spinalis
- **Infraspinatus**
- **Latissimus dorsi**
- **Levator scapulae**
- **Masseter**
- **Pectoralis major et minor**
- **Pterygoideus medialis et lateralis**
- **Rhomboideus major et minor**
- **Scaleni** – anterior, medius et posterior
- **Serratus posterior inferior**
- **Splenius capitis et cervicis**
- **Sternocleidomastoideus**
- **Muscles sous-occipitaux** – Rectus capitis posterior major et minor, Obliquus capitis superior et inferior
- **Subscapularis**
- **Temporalis**
- **Teres minor**
- **Transversospinalis** – Rotatores, Multifidi
- **Trapezius** – parties inférieure, moyenne et supérieure
- **Triceps brachii** – chefs long, latéral et médial

Muscles pour la formation en présentiel Advanced

Familiarisez-vous avec la localisation de ces muscles et leurs fonctions.

- Abductor hallucis
- Adductor hallucis
- Coracobrachialis
- Intercostales externi et interni
- Longus colli et Longus capitis
- Muscles de l'expression faciale
- Muscles du plancher pelvien
- Muscles qui mobilisent les sourcils et le nez
- Opponens pollicis
- Diaphragme
- Sartorius
- Serratus anterior
- Serratus posterior superior
- Subclavius
- Transversus abdominis



Certification en NRT

Conditions requises pour la certification

A. Vous êtes légalement autorisé à exercer la NRT à titre professionnel là où vous travaillez.

B. Vous avez suivi les formations en présentiel Upper Body, Lower Body et Advanced.

C. Vous avez acheté les modules Home Study et réussi les examens.

D. Vous réussissez un examen écrit et un examen pratique auprès d'un examinateur NRT agréé.

Certification de niveau Master
Les examens se passent de mémoire. Seules les cartes des zones sont autorisées.

Les examens de certification portent exclusivement sur les connaissances acquises lors des formations de base, en présentiel comme en Home Study. Vous pouvez donc les passer avant l'Advanced. Une fois ces examens réussis, la formation Advanced suivie et l'examen Advanced Home Study réussi, la certification est délivrée.

Les examens de certification peuvent être organisés par un examinateur NRT agréé, comme la formatrice NRT néerlandaise Yvette Groenewegen, de NRT Nederland. Les examens ont lieu sur rendez-vous, en concertation avec l'examinateur. Une session de rattrapage est possible.

L'examen comprend une épreuve écrite et une épreuve pratique, passées en présentiel avec un instructeur. Des informations sur la préparation aux examens sont disponibles sur demande.

Informations et rendez-vous : www.nrtnederland.nl