



Centre de formation en Naturopathie, Phyto-Aromathérapie,
Réflexologie, Fleurs de Bach et Médecines naturelles
www.plantasante.fr

1



Le présent contrat (en application du livre IX du Code du travail et notamment des articles L. 6353-3 à L. 6353-7) est conclu entre les soussignés :

1. L'Ecole Plantasanté SARL, organisme de formation représenté par Christian BUSSE, Docteur en pharmacie et en ethnologie ou Elisabeth BUSSE, docteur en pharmacie. Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 42 67 04246 67 auprès du Préfet de la Région Alsace. Numéro SIREN de l'organisme de formation : 511310666. Adresse de l'organisme de formation et siège social : 2A, rue du Maréchal Koenig 67210-Obernai
2. L'apprenant :

Nom	
Prénom	
Adresse	
Code Postal	
Ville	
E-mail	
Téléphone	



Le **Recabic** est une école de mouvement holistique.

L'idée originale vient du **Dr. Dirk SCHMIDT- DINKLAGE**, qui vit des guerriers et des danseuses sur l'île de Bali pratiquer des exercices avec des rameaux de liane souples et flexibles pour l'entretien de leur souplesse et faculté de mouvement.

Vers la fin des années 1970, **Robert LEY**, professeur d'éducation physique développa entre autres avec le **Dr. Hans-Jürgen NOBLE** et **M. Ralf SCHERER** l'école de mouvement Recabic.

La pratique **Recabic** est une activité respiratoire et dynamisante visant **le bien-être** et la **gestion globale du stress** ; l'entraînement régulier se fait par des mouvements dynamisants, de nature comparable aux mouvements de gymnastique douce comme en yoga

2

Les objectifs

Cette formation professionnelle s'articule en plusieurs modules qui visent à vous faire acquérir des connaissances et des savoir-faire pratiques, tout en développant un savoir être et une éthique professionnelle vis-à-vis du conseil des clients.

Les objectifs de l'action concourant à l'adaptation ou au développement des compétences sont :

- ✓ Comprendre et savoir pratiquer et transmettre la technique Recabic dans tous ses détails à titre professionnel

Cette formation intensive et certifiante permet de transmettre la méthode Recabic (donnant les compétences et l'arrière-plan dans les arts du mouvement nécessaires sur le plan pédagogique et vous permettant par exemple de transmettre la méthode dans les entreprises et/ou dans le cadre de la gestion du stress, d'un cabinet de naturopathie...).

Cette formation s'inscrit dans une action d'adaptation des salariés à leur poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi.

Dates, durée, effectif de la formation

- Dates de la formation :
 - **Du samedi 24 au dimanche 25 janvier 2026**
 - **Du samedi 21 au dimanche 22 février 2026**
 - **Le vendredi 13 mars 2026**
- Durée de la formation, nombre de jours, horaires de la formation :
9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00, soit 35h de formation sur 5 jours.
 - Justificatif de formation PSC1 datant de moins de 5 ans est exigé pour valider la certification (estimé à 7h)
- Effectif maximum pour les stages en présentiel : 20 personnes. Contrôle par fiches de présence avec les horaires.

Outils pédagogiques

En fonction de votre formation, l'École Plantasante mobilisera les outils pédagogiques les plus pertinents pour vous permettre de profiter au maximum de votre formation.

Le support de cours (en format papier) vous sera remis dans la salle de formation, au début de la session, vidéo-projection.



Objet, nature et caractéristiques de l'action de formation

L'action de formation entre dans la définition prévue à l'article L.6313-1 de la sixième partie du Code du travail. En exécution du présent contrat, l'organisme de formation s'engage à organiser l'action de formation indiquée dans le présent document.

Nature de l'action de formation : actions d'adaptation et de développement des compétences.

Dans le présent contrat vous trouverez explicité :

- Les modalités de déroulement
- Les moyens permettant d'apprécier les résultats de l'action et le contrôle des connaissances
- Les moyens pédagogiques et techniques
- Les moyens permettant de suivre l'exécution de l'action
- Le contenu de l'action de formation concourant au développement des compétences
- La sanction de la formation et type de certificat

Handicap et formation

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : nous consulter (certaines informations sont disponibles sur le site plantasante.fr, et notre référent handicap, Philippe Busser reste disponible au 06.45.33.75.04)

Public cible et niveau de connaissances nécessaires

La formation est ouverte à tout professionnel de santé, professions médicales, paramédicales, thérapeutes, professionnels du bien-être (ou cherchant à le devenir) ; mais également à tous autres professionnels, salariés ou non, en recherche d'emploi ou indépendants, en reconversion, et souhaitant acquérir ou développer les compétences liées à cette formation.

Cette formation s'adresse à toutes ces personnes motivées ayant besoin de cette compétence et intéressées par la thématique :

- Professionnels (salariés ou indépendants)
- Personnes en reconversion professionnelle
- Personnes souhaitant élargir leur éventail de compétences

Pour profiter pleinement de la formation, l'École Plantasante recommande le Niveau Baccalauréat. Toutefois, plus que l'obtention du diplôme du Baccalauréat ou de prérequis au niveau des compétences, cette mention correspond davantage à la capacité à assimiler des notions nouvelles, être en mesure d'organiser son travail personnel, gérer la prise de notes, et travailler en autonomie dans une certaine mesure.

En cas de doute, contactez-nous sur planta@plantasante.fr, ou sur le 06 45 33 75 04.



Formatrices, formateurs et rédacteurs

Pour chaque discipline enseignée, nous tenons à vous proposer des intervenants qualifiés et compétents, qui interviendront selon leurs disponibilités, lors des sessions de formation indiqués dans les modalités pratiques. Ces formateurs sont également les rédacteurs des contenus pédagogiques qui vous seront fournis.

- **Ralf SCHERER**, cabinet Recabic, coach sportif et Praticien Recabic depuis 40 ans ; la pratique du Recabic :

Informations sur les troubles musculosquelettiques et les problèmes de statique et de dynamique de la colonne vertébrale, sur la posturologie et leur impact sur l'anatomie... avec leurs fondements scientifiques et épigénétiques en lien avec l'activité Recabic.

Applications pratiques de Recabic : nombreux exercices pratiques basés sur 7 exercices respiratoires et dynamisants de base.

- **Pit FISCHER**, Heilpraktiker (naturopathe allemand) :

Vision naturopathique du Recabic. Pratique du Recabic. Présentation du Recabic dans le cadre de la pratique naturopathique.

Différences entre l'activité Recabic qui n'est pas une activité sportive et celles d'autres programmes de mouvements sportifs.

Travail sur l'argumentaire et les particularités de Recabic.

- **Dr. Hans NOBLE**, médecin colonel qui applique la méthode pour améliorer la vitalité de ses hommes :

Biocybernétique : effets des mouvements ciblés en particulier dans le domaine de la physiologie vasculaire et cardio-respiratoire :

Information sur la présentation médicale des spécificités de Recabic.

L'encadrement

Il est exercé par **Ralf SCHERER**, enseignant et entraîneur de la méthode Recabic. **Elisabeth BUSSE** (intervenant permanent, qui assurera les traductions), docteur en pharmacie, ex titulaire de pharmacie, formatrice en phyto-aromathérapie, homéopathie, et techniques de préparations (chargée de cours à la faculté de pharmacie de Strasbourg, animatrice dans les écoles et jardins botaniques), conseillère en fleurs de Bach, expérimentée pour les 38 fleurs de Bach originelles ainsi que les 96 élixirs contemporains, auteure des livres « ABC Les fleurs de Bach » et « Le remède d'urgence », « Animaux, Fleurs de Bach & Elixirs Floraux » aux Editions Grancher.

Christian BUSSE, directeur de l'Ecole, Docteur en pharmacie et en ethnologie, formation aux fleurs de Bach original (3^{ème} niveau sur le lieu de vie du Dr Bach à Mount Vernon en Angleterre), conseiller agréé en fleurs de Bach, ancien directeur de recherche, de laboratoire et producteur de plantes médicinales, ancien pharmacien d'officine, et formateur en facultés de pharmacie, de médecine et d'ethnologie, et dans diverses écoles privées en phyto-aromathérapie.

Lieu de l'action

Ecole Plantasante, 31 route de Grendelbruch 67560 ROSHEIM sous réserve de modification du lieu des stages.



Progression pédagogique de la formation

Alternance sur 5 jours entre les aspects théoriques et pratiques du Recabic et leur transmission lors des cours d'entraînement .

1er et 2ème jour :

1er jour

Présentation des formateurs, des participants.

Historique.

Tour de table d'éventuels maux ressentis physiquement.

Prise en main du Recabic.

Démonstration, explications et mise en pratique des 4 exercices pratiqués « debout ».

Mouvements de détente et d'étirements intermédiaires.

Commentaires sur l'organisation d'une séance d'entraînement.

Pratique.

Réponses aux questions.

2ème jour :

Tour de table pour les effets ressentis suite aux exercices pratiqués la veille.

Reprise des quatre mouvements appris la veille, explications complémentaires, vidéos explicatives, plus d'explications anatomo-physiologiques.

Pratique avec enchaînement des mouvements.

Présentation et mise en pratique des 3 exercices au sol.

Importance de la respiration, de l'épigénétique.

Tour de table du ressenti des deux journées, et exercices à faire pour la prochaine session.

3ème et 4ème Jour :

3ème jour :

Retour des effets observés.

Présentation des conséquences physiologiques d'une bonne respiration et des mouvements justes.

Pratique.

Comment Recabic s'inscrit dans une hygiène du mouvement au quotidien, ce n'est pas un « sport », mais une mise en mouvement.

Présentation du Recabic à son futur utilisateur, les avantages de la méthode, pour les personnes de tout âge.

Comment adapter une séance pour des personnes de condition physique différentes.

Trouver le bon rythme entre pratique et explications.

Pratique.

4ème jour :

Pratique.

Questions réponses sur les exercices debout et au sol.

Retour sur la respiration, comprendre les différentes « pompes » musculaires et leurs conséquences dans la mise en mouvement harmonieuse du corps.

Notion de biocybernétique.

Documents pour organiser une animation de cours.

Documents J0, J90.

Pratique.

Commentaires, observations, corrections...

**5ème jour :**

Bilan des effets ressentis et observés depuis la pratique du Recabic.

Réponses aux questions.

Pratique complète.

Chaque participant dirigera et commentera une séance d'entraînement, en guidant le groupe avec les exercices intermédiaires (détente, étirements), corrigera ce qui devra l'être et commentera sa séance.

Installation pour l'activité, comment se faire connaître, obligations...

Bilan de la formation.

6

Le suivi de l'exécution du programme

Evaluations pratiques durant la formation.

Appréciation des résultats : Certificat

La validation de la formation permet l'obtention des certificats suivants :

**« Certificat d'entraîneur dans l'art du mouvement respiratoire Recabic »
de l'École Plantasanté »**

**« Certificat d'entraîneur Recabic » délivré par M. Ralf Scherer
avec validation de la capacité d'organiser
des séances d'entraînement Recabic.**

La méthode RECABIC est propriété de M. Ralf SCHERER, un certificat officiel ne peut être délivré sans son accord.

La participation à cette formation permet l'obtention du certificat de réalisation correspondant.

Concept et fonctions de la pratique Recabic

C'est une méthode de mouvements justes très adaptée à la naturopathie, donnant une véritable spécialisation et déjà enseignée par André PASSEBECQ, et qui peut être pratiquée par des personnes de tout âge.

Voyez la vidéo : <http://www.recabic.de/> (vidéo en allemand mais les images parlent d'elles-mêmes).

La pratique Recabic est une activité respiratoire et dynamisante visant le bien-être et la gestion globale du stress ; l'entraînement régulier se fait par des mouvements dynamisants, de nature comparable aux mouvements de gymnastique douce comme en yoga :

La formation d'Entraîneur dans l'art du Mouvement Respiratoire et Dynamisant Recabic permet de :

- ✓ Prendre conscience de son corps et de découvrir ses possibilités et richesses à l'aide d'exercices simples.
- ✓ Les méthodes pratiquées permettent un travail corporel en douceur pour dénouer les tensions en général liées au stress, par des mouvements dynamisants et souples amplifiant la respiration en rythme et alternant avec des mouvements simples de balancement visant tous à la décontraction et au relâchement des tensions souvent amplifiées par le stress et une mauvaise gestion des émotions.
- ✓ Les mouvements visant à réduire les tensions sont amplifiés par l'instrument simple appelé Recabic en forme d'épingle à nourrice et en vente libre amplifiant la résistance à la décontraction lors de l'inspiration et de l'expiration.

L'adhésion de la personne est importante et doit comporter une notion de plaisir et non d'effort comme dans une discipline sportive.



Note : Les titulaires de BPJEPS et autres diplômes d'Etat peuvent aller plus loin en intégrant la pratique de cette gymnastique douce Recabic comme préalable à une discipline sportive pour se préparer mentalement et par une respiration efficace à un effort musculaire et sportif. Il y a là une synergie intéressante entre les mouvements dynamisants Recabic et la pratique de toute activité sportive.

Résultats :

Recabic prend soin du corps dans le sens d'une amélioration du capital vitalité et d'une amélioration du bien-être par les différents systèmes physiologiques.

Le concept Recabic conduit souvent à des résultats positifs en cas de problèmes respiratoires, dans les troubles articulaires et musculosquelettiques.

Recabic est un excellent programme (re)vitalisant dans le domaine du mouvement et de la respiration pour toute personne quel que soit son état physique initial.

7

Connaissances transversales à l'ensemble des modules

A l'issue de la formation, grâce à notre pédagogie et à notre approche globale des matières enseignées, vous serez capables de mobiliser vos connaissances et de faire des liens dans de nombreuses disciplines transversales.

Conditions générales de rétractation, désistement, abandon, report, annulation

L'Étudiant.e dispose d'un délai de 14 jours, à compter de la date de signature du document d'inscription pour se rétracter sans frais, à condition que ce délai couvre la période avant le début de la formation. Dans le cas contraire, le délai de rétractation est limité au nombre de jours avant le début de la formation.

La demande devra être faite par email sur l'adresse : planta@plantasante.fr, ou par courrier au 2A rue du maréchal Koenig 67210 Obernai.

Conditions applicables en cas de résiliation du fait de l'Étudiant.e :

- Si la formation débute dans moins de 10 jours au moment de la demande l'Étudiant.e sera redevable de 25 % du prix de la formation.
- Si la formation a déjà débuté l'Étudiant.e sera redevable de 50 % du montant des factures restant à émettre au moment de la demande.

Les arrhes resteront acquises par l'École Plantasanté.

Toute demande de report de formation faite par l'Étudiant.e pourra être étudiée. Les mêmes règles que les désistements s'appliqueront à cette dernière. Le report pourra se faire sous réserve de la disponibilité d'une session de formation similaire ultérieure.

En cas de force majeure (refus de congé pour formation par l'employeur / perte d'emploi ou mutation entre l'inscription et le début de la formation / maladie ou décès du stagiaire, d'un proche / interruption des transports empêchant le déplacement), tout remboursement des sommes avancées se fera exclusivement sur justificatif d'indisponibilité (document à en-tête signé par l'employeur ; justificatif des transports ; certificat médical ; attestation de décès).

En cas de résiliation du contrat du fait de l'École Plantasanté :

- Si la formation n'a pas encore débuté, le remboursement de l'intégralité des prestations payées et non réalisées sera effectué.
- Si la formation a déjà débuté, il vous sera proposé le remboursement des sommes avancées seules les prestations effectivement dispensées sont dues au prorata temporis de leur valeur prévue au présent contrat.
- Si la formation est reportée à une date ultérieure après votre inscription, un remboursement de l'intégralité des prestations payées sera possible, ou l'école conservera cette somme pour vous permettre de participer à une session ultérieure au programme identique ou valable pour toute autre formation.



Cas de différend

En cas de litige, les cocontractants conviendront, préalablement à toute action en justice, à une réunion amiable au siège de l'École Plantasanté sur les sujets litigieux, préalablement exposés à l'École Plantasanté par écrit.

Si une contestation ou un différend n'ont pu être réglés à l'amiable, voici les coordonnées du médiateur de la consommation dont relève l'organisme de formation : CNPM, médiation de la consommation - 27 Avenue de la Libération - 42400 SAINT CHAMOND - Tél. 09 83 24 74 88.

Si une contestation ou un différend n'ont pu être réglés suite à la médiation, le tribunal de Strasbourg sera seul compétent pour régler le litige.

Modalités de paiement

La validation de votre inscription se fera après réception de votre dossier complet, avec réception des arrhes d'un montant de 300 €.

Pour le règlement de votre formation, vous êtes libres d'opter pour un règlement par **virement**, en **espèces**, ou par **chèque** à l'ordre de l'École Plantasanté (les chèques ne sont valables qu'un an après la date indiquée sur ces derniers).

L'étudiant s'engage à verser à l'École Plantasanté, au titre de sa participation à la formation, et en contrepartie des actions de formation réalisées, une somme correspondant aux frais de formation selon le tarif ci-dessous :

- Le tarif « **Inscription individuelle** » est un tarif préférentiel qui s'applique à l'étudiant(e) lorsque celle-ci ou celui-ci finance personnellement sa formation : **1350.00 €** net de taxes pour l'ensemble de la formation. Ce montant comprend les arrhes d'un montant de **300 €** à l'inscription, puis **mensualisation** (selon échéancier plus bas, voir pour le montant des mensualités).

- Le tarif « Convention de Formation Professionnelle » :

Le tarif conventionnel est de 2500.00 € net de taxes : voir convention (envoyée sur demande).

Ce tarif de référence s'applique à la formation continue des salariés : les conventions avec devis et tarif formation professionnelle concernent une prise en charge par l'employeur ou un organisme externe, par exemple dans le cas d'un financement par un OPérateur de COmpétences (OPCO), d'un financement par une entreprise, d'un plan de licenciement, ou de toute autre solution de financement par une structure tierce. Envoi des documents sur demande par mail sur l'adresse : planta@plantasante.fr. Les Congés Individuels de Formation (CIF) sont remplacés depuis 2019 par le PTP (projet de transition professionnelle) ; le PTP comme le compte personnel de formation (CPF) ne concernent pas les formations de médecine non conventionnelle.

Un accompagnement dans votre recherche de prise en charge financière (France Travail, OPCO, etc.) peut vous être proposé. Pour en connaître les modalités pratiques, merci de contacter le secrétariat de l'école Plantasanté : planta@plantasante.fr en exposant votre situation.

**Engagement par Virement à effectuer à l'École Plantasanté**

À remplir uniquement si la formation est financée par un tiers :

Formation **Recabic 2026** financée par :

Nom – Prénom : _ _ _ _ _

1350,00 € net de taxes au total selon contrat

9

Si vous optez pour un règlement par virement bancaire, les montants sont à régler sur le compte de l'École Plantasanté en indiquant comme libellé pour le virement :

« **RECABIC-2026** » **suivi du nom et prénom du stagiaire** » (et non du payeur) :

Ecole Plantasanté :

BNP PARIBAS OBERNAI (01387)

19 RUE DU MARCHE

67210 OBERNAI

RIB : 30004 01387 00010091956 70

IBAN : FR76 3000 4013 8700 0100 9195 670

BIC : BNPAFRPPXXX

Selon Devis :

1350,00 € net de taxes

Soit 35 heures de formation sur 5 jours.

**Échéancier de paiement**

Lors de l'inscription, vous vous engagez à verser 300€ d'arrhes.

Le règlement de la formation est ensuite prévu selon l'échéancier suivant :

Arrhes lors de l'inscription :	300.00 €
Entre le 1er et le 5 de chaque mois	
DATES	REGLEMENTS
Janvier 2026	350.00 €
Février 2026	350.00 €
Mars 2026	350.00 €
TOTAL	1350.00 €

NB : Pour des raisons pratiques, il est préférable d'opter pour un règlement par virement bancaire. Toutefois, si vous le préférez, il est également possible de **régler par chèque, ou en espèces**, en respectant les échéances ci-dessus. Par ailleurs, il est également possible de régler votre formation en avance, par année, ou par trimestre par exemple.



Centre de formation en Naturopathie, Phyto-Aromathérapie,
Réflexologie, Fleurs de Bach et Médecines naturelles
www.plantasante.fr

11

Devis de la formation Recabic 2026

- **Du samedi 24 au dimanche 25 janvier 2026**
- **Du samedi 21 au dimanche 22 février 2026**
- **Le vendredi 13 mars 2026**

De 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00, soit 35 heures de formation sur 5 jours.

Tarif : 1350.00 € net de taxe



Le présent contrat prend effet à compter de la date de la signature et prendra fin le dernier jour de la formation selon programme.

Pour valider votre inscription, vous devez :

- **Envoyer 2 exemplaires signés de ce contrat à l'adresse suivante :**

ECOLE PLANTASANTE
2A rue du Mal Koenig
67210 OBERNAI

Un exemplaire signé par l'École Plantasanté vous sera rendu en début de formation.

12

- **Cocher la case suivante :**

- ☐ J'atteste avoir pris connaissance du règlement intérieur de l'École Plantasanté joint à ce contrat et l'avoir accepté.

Fait en double exemplaire à :

le :

Le stagiaire écrit de manière manuscrite, date et signe :

« **Lu et approuvé ; je m'engage à mettre en place un virement permanent selon l'échéancier ci-dessus** »

Signature :

Signature de Christian BUSSE, ou
Elisabeth BUSSE
Gérants de l'École Plantasanté

Je joindrai après le délai de rétractation :

- 1 chèque de 300 € d'arrhes à l'ordre de l'École Plantasanté pour valider mon inscription.

Pour le règlement de votre formation, vous êtes libres d'opter pour un règlement par **virement**, en **espèces**, ou par **chèque** à l'ordre de l'École Plantasanté (les chèques ne sont valables qu'un an après la date indiquée sur ces derniers).