



"Akademia Zdrowia"
Izabela Łajs



Masaż XIN'AN - "Święty spokój" z elementami medytacji

Numer usługi 2024/06/24/8973/2195908

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 08.07.2024 do 09.07.2024

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

187,50 PLN brutto/h

187,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Uroda
Identyfikator projektu	WUP_02
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Kosmetyczki Osoby bez doświadczenia Fizjoterapeuci i masażyści
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	02-07-2024
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Uczestnik po ukończonym szkoleniu potrafi samodzielnie wykonać Masaż XIN'AN. Zna przeciwwskazania i wskazania do wykonywania zabiegu. Potrafi wykonać poszczególne etapy masażu XIN'AN: przygotowanie do relaksacji, stosowanie różnorodnych technik masażu, wprowadzenie ćwiczeń oddechowych, zastosowanie misy tybetańskiej oraz zakończenie do odnowionej równowagi..

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Kursant zna historię i filozofię masażu XIN'AN jak również zagadnienia dotyczące przeciwwskazań i wskazań do wykonania masażu. Potrafi omówić procedury zabiegowe oraz zna techniki wykonywania masażu.	Kursant potrafi omówić na czym polega masaż XIN'AN. Wie jak wygląda przykładowa sesja masażu XIN'AN oraz zna jego korzyści. Potrafi omówić wskazania oraz przeciwwskazania do wykonania masażu XIN'AN. Wie o efektach jakich można spodziewać się po masażu oraz jak często należy go wykonywać.	Test teoretyczny

Cel biznesowy

Zdobycie nowych kwalifikacji - zwiększenie zakresu proponowanych zabiegów i poszerzenie oferty świadczonych usług. Pozyskanie umiejętności, pozwalających na rozpoczęcie samodzielnej działalności.

Poszerzenie grupy docelowej, gdyż nie tylko kobiety, ale również mężczyźni korzystają z tej oferty salonów kosmetycznych.

Zwiększenie rentowności i zysku z działalności.

Efekt usługi

Celem kursu jest pozyskanie wiedzy na temat masażu XIN'AN. Jest to autorska procedura relaksacyjna, która łączy w sobie najlepsze techniki tradycyjnego masażu orientalnego. Bazując na hawajskich, koreańskich i chińskich metodykach, ten masaż prowadzi do głębokiego stanu relaksacji, błogości i równowagi duchowej.

Cele procedury:

- Indukowanie głębokiego stanu relaksacji
- Łagodzenie stresu i zmęczenia
- Poprawa krążenia krwi i limfy
- Normalizacja funkcji wewnętrznych organizmu
- Łagodzenie obrzęków
- Wzmacnianie układu odpornościowego
- Przywracanie równowagi duchowej i psychicznej

Elementy procedury:

1. Przygotowanie: Rozpoczynamy sesję poprzez delikatny dotyk i masaż wykonywany przez okrywające ciało przykrycie, mający na celu wstępne rozluźnienie ciała i umysłu.
2. Główna część: Wykorzystując różnorodne techniki masażu, głęboko penetrujemy tkanki mięśniowe, uwalniając napięcie i stymulując przepływ energii życiowej.

3. Ćwiczenia oddechowe: W trakcie masażu skupiamy się na głębokim, rytmicznym oddychaniu, co pomaga w zanurzeniu się w stan relaksu i wzmocnieniu efektów masażu.
4. Misa tybetańska: Wprowadzamy element dźwięku poprzez delikatne uderzanie w misę tybetańską, co pomaga w indukowaniu stanu medytacyjnego i jeszcze głębszej relaksacji.
5. *Zakończenie*: Powoli przywraca się odbiorcę masażu do stanu pełnej świadomości, pozostawiając go z uczuciem błogości, spokoju i odnowionej równowagi.

Metoda potwierdzenia osiągnięcia efektu usługi

Zaliczenie testu teoretycznego i pozytywna ocena z obserwacji pracy podczas zajęć praktycznych przez prowadzącego.

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Kursant zna historię i filozofię masażu XIN'AN jak również zagadnienia dotyczące poszczególnych elementów strategii przeprowadzenia zabiegu, przeciwwskazania i wskazania do wykonania masażu. Potrafi omówić procedury zabiegowe oraz zna techniki wykonywania masażu.

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

tak

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

tak

Program

Masaż Xin'An oferuje nie tylko fizyczne korzyści, ale także zapewnia klientowi nieomal medytacyjne doświadczenie, umożliwiające osiągnięcie stanu błogości i spokoju, to podróż w głąb siebie, pomocna w odnalezieniu spokoju i harmonii wewnętrznej.

Krótki opis procedury

1. Wstęp:

- Krótka rozmowa z klientem w celu zrozumienia jego potrzeb i oczekiwań.
- Stworzenie spokojnej i relaksującej atmosfery w pomieszczeniu, przy użyciu delikatnej muzyki, aromaterapii i przyjemnego oświetlenia.

2. Przygotowanie ciała:

- Wstępne przygotowanie mięśni za pomocą technik ugniatań i ucisków.

3. Wykonywanie masażu:

- Stosowanie technik pochodzących z tradycyjnych masażu orientalnych.

- Skupienie się na delikatnych ruchach, które stymulują przepływ energii i równoważą ciało oraz umysł.

- Wykonywanie technik głębokiego ucisku, zwłaszcza w obszarach napięcia mięśniowego.

- Używanie ciepłego olejku do masażu w celu zwiększenia efektów relaksacyjnych.

4. Ćwiczenia oddechowe:

- W trakcie masażu zachęcanie klienta do głębokiego oddychania, synchronizowanego z ruchami masażu.

- Wykonywanie prostych ćwiczeń oddechowych, które pomagają w osiągnięciu głębokiego stanu relaksacji.

5. Dźwiękoterapia:

- Wprowadzenie klienta w stan głębokiej relaksacji poprzez delikatne dźwięki i wibracje

- Dźwiękoterapia pojawia się zarówno na początku sesji, aby uspokoić umysł, jak i na końcu, aby zakończyć sesję w harmonii.

6. Zakończenie:

- Delikatne zakończenie masażu poprzez masaż głowy, terapię akupresurową i kołysanie

- Pozwolenie klientowi na chwilę wyciszenia się i powrót do teraźniejszości.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 2

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 2 Masaż XIN'AN	Marek Majchrzak	08-07-2024	09:00	17:00	08:00
2 z 2 Masaż XIN'AN z elementami medytacji	Marek Majchrzak	09-07-2024	09:00	17:00	08:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	187,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	187,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Marek Majchrzak

Marek Majchrzak jest technikiem masażystą od 2015 roku. Zajmuje się szeroko rozumianymi zabiegami z zakresu modelowania sylwetki, kosmetologii, masażu oraz terapii manualnych. Oprócz masażu klasycznego wykonuje również zabiegi spa z wykorzystaniem gorących kamieni, baniek chińskich oraz przynoszącej spektakularne efekty procedury liftingująco-modelującej "Kobido-up!". Jest współautorem procedury termoaktywnego zabiegu redukującego cellulit - Cell Away Therapy, a masaż gorącymi kamieniami wykonuje w ramach autorskiej procedury w której łączy techniki masażu klasycznego, kamieniami oraz terapii punktów spustowych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypty szkoleniowe.

Informacje dodatkowe

1h = 45 min

Adres

ul. Winorośli 8/69

03-142 Warszawa

woj. mazowieckie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Monika Lefelt

E-mail monika.lefelt@akademia-zdrowia.pl

Telefon (+48) 692 592 960