

Polska Akademia  
Treningu Spółka z  
ograniczoną  
Odpowiedzialnością



## Kurs - Pakiet masażu Premium-Kobido, masaż transbukalny, kamienie GuaSha, bańki chińskie, Kinesiotaping ,Abhisek- oczyszczająco liftingujący.[Kierunek - Rozwój]

Numer usługi 2024/09/29/159337/2333915

📍 Bydgoszcz / mieszana (stacjonarna połączona z usługą  
zdalną w czasie rzeczywistym)

📄 Usługa szkoleniowa

🕒 42 h

📅 23.10.2024 do 27.10.2024

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

119,05 PLN brutto/h

119,05 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
<b>Identyfikator projektu</b>	Kierunek - Rozwój
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<p>Kurs skierowany jest dla fizjoterapeutów, masażystów, rehabilitantów, kosmetologów, kosmetyczek i osób związanych z branżą beauty oraz SPA, które chcą podnieść jakość świadczonych usług oraz wprowadzić do gabinetu zaawansowane techniki masażu. Kurs prowadzony jest od podstaw, a zatem, jest również dedykowany dla osób, które rozpoczynają swoją pracę z branżą beauty. Uczestnik nie musi posiadać umiejętności z zakresu masowania.</p> <p><b>Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek - Rozwój</b></p>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	4
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	10
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	22-10-2024
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
<b>Liczba godzin usługi</b>	42

# Cel

## Cel edukacyjny

Przygotowuje do samodzielnego wykonywania masażu Kobido, masażu transbukalnego, tapingu estetycznego, masażu kamieniami GuaSha, masażu bańkami chińskimi i masażu Abhisek- liftingująco-oczyszczającego.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozróżnia czynniki i mechanizmy determinujące starzenie się skóry Definiuje anatomię twarzy	charakteryzuje i wymienia zmiany w naskórku, skórze właściwej, naczyniach krwionośnych, układzie mięśniowym, kostnym i tkance podskórnej	Wywiad swobodny
	omawia i wymienia, wskazuje położenie mięśni, budowa układu limfatycznego	Wywiad swobodny
Posługuje się wiedza o historii Kobido, kamieni GuaSha, baniek chińskich, masażu oczyszczająco-liftingujący Abhisek oraz tejpingu.  Charakteryzuje przeciwwskazania do wykonania Kobido kamieni GuaSha, baniek chińskich, masażu oczyszczająco-liftingujący Abhisek oraz tejpingu i zasady higieny.	Omawia historie masażu Kobido, kamieni GuaSha, baniek chińskich, masażu oczyszczająco-liftingujący Abhisek oraz tejpingu.	Wywiad swobodny
	Rozróżnia rodzaje masażu liftingujących	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Charakteryzuje efekty masażu Kobido, kamieni GuaSha, baniek chińskich, masażu oczyszczająco-liftingujący Abhisek oraz tejpingu  Definiuje zasady BHP i zasady wykonywania masażu	Dobiera i wypełnia odpowiedni formularz świadomej zgody na zabieg uwzględniając przeciwwskazania do zabiegu	Wywiad ustrukturyzowany
	Ocenia efekty masażu na przykład - ujędrniona skóra twarzy, rozluźnienie tkanek głębokich, dotlenienie skóry, niwelowanie zmarszczek	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Charakteryzuje wykonanie demakijażu i oczyszczenia skóry.	Przygotowuje stanowisko do pracy zgodnie z zasadami BHP	Wywiad swobodny
	Omawia poszczególne kroki demakijażu skóry i wykonuje demakijaż na modelce	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozróżnia techniki wykonywania masaży liftingujących	Stosuje różne techniki i sekwencje ruchów w poszczególnych etapach masażu Kobido: mięśniowopowięziowym, relaksacyjnym, drenującym, liftingującym i akupresury oraz kamieni GuaSha, baniek chińskich, masażu oczyszczająco-liftingujący Abhisek oraz tejpingu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykonuje pełną sesję masażu liftingująco oczyszczającego	Charakteryzuje poszczególne kroki i wykonuje masaż Kobido, masaż kamieniami GuaSha, masaż bańkami chińskimi, masaż oczyszczającoliftingujący Abhisek oraz aplikuje tejpę	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

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

tak

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

Ilość oraz częstotliwość przerw w czasie szkolenia może ulec zmianie wg potrzeb indywidualnych uczestników. Jednak łączny czas przerw nie przekroczy wskazanych w harmonogramie usługi. Przerwy wliczone są do czasu usługi.

Dla każdego uczestnika jest przewidziane samodzielne sztanowisko oraz 6 modelek. Pierwszego dnia stacjonarnego szkolenia grupa połączona jest w grupy 2 osobowe do przeprowadzenia ćwiczeń na sobie nawzajem.

Szkolenie odbywa się w Centrum Szkoleniowym, składającym się z sali wykładowej oraz 4 wyposażonych gabinetów zabiegowych.

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych (1 godzina dydaktyczna szkolenia = 45 minut), w maksymalnie 10 osobowej grupie.

Usługa zdalna w czasie rzeczywistym trwa 5 godzin i 15min dydaktycznych, a usługa stacjonarna 36 godzin i 45min dydaktycznych.

## 1. CZĘŚĆ TEORETYCZNA - zdalna w czasie rzeczywistym

Czynniki i mechanizmy determinujące starzenie się skóry:

- zmiany w obrębie naskórka i skóry właściwej,
- zmiany w naczyniach krwionośnych,
- zmiany w układzie mięśniowym,
- zmiany w układzie kostnym,
- zmiany w tkance podskórnej.

Anatomia twarzy:

- położenie mięśni w okolicy twarzy,
- budowa układu limfatycznego w okolicy twarzy.

Rys historyczny Kobido., banki chińskie, GuaSha

Przeciwwskazania do wykonania masażu, zasady higieny

Efekty masażu.

Formularz świadomej zgody na zabieg.

## 2. CZĘŚĆ PRAKTYCZNA - stacjonarna

Przygotowanie kosmetologa/masażysty oraz stanowiska do pracy.

Przygotowanie klienta do masażu. Nauka demakijażu i oczyszczania skóry.

Nauka poszczególnych technik i sekwencji ruchów z rozróżnieniem na pięć etapów zabiegu:

- etap mięśniowo-powięziowy
- etap relaksacyjny,
- etap drenujący,
- etap liftingująca,
- etap akupresury i wyciszający.

Wykonywanie pełnej sesji masażu Kobido.

Nauka masażu transbuklanego

- przeciwwskazania do masażu
- wskazania do masażu
- efekty
- wykonanie masażu transbuklanego na sobie

Nauka poprawnie aplikowania taśm do tapingu

- omówienie czym jest taping, rodzaje taśm
- przeciwwskazania do aplikacji
- przygotowanie skóry przed aplikacją
- metoda terapii powięziowej
- efekty tapingu
- aplikowanie taśm na twarzy, szyi, dekolcie
- Nauka masażu kamieniami GuaSha
- rodzaje i znaczenie kamieni
- przeciwwskazania do masażu
- wskazania do masażu efekty
- wykonanie masażu kamieniami GuaSha

Nauka masażu baniek chińskimi

- rodzaje i znaczenie baniek chińskich
- przeciwwskazania do masażu
- wskazania do masażu
- efekty wykonanie masażu baniek chińskimi
- masaż oczyszczająco-liftingujący Abhisek

Walidacja szkolenia

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 21

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<b>1 z 21</b> Część teoretyczna - jak starzeje się skóra i zmienia twarz - czaszka, anatomia twarzoczaszki	Lidia Dytkiewicz	23-10-2024	17:00	19:00	02:00	Nie
<b>2 z 21</b> Przerwa	Lidia Dytkiewicz	23-10-2024	19:00	19:15	00:15	Nie
<b>3 z 21</b> Rys historyczny Kobido, banki chińskie, GuaSha,	Lidia Dytkiewicz	23-10-2024	19:15	19:30	00:15	Nie
<b>4 z 21</b> Formularz świadomej zgody na zabieg	Lidia Dytkiewicz	23-10-2024	19:30	20:00	00:30	Nie
<b>5 z 21</b> Przeciwwskazania do wykonywania masażu i efekty	Lidia Dytkiewicz	23-10-2024	20:00	21:00	01:00	Nie
<b>6 z 21</b> Część praktyczna - przygotowanie stanowiska i modelki do zabiegu	Hanna Razanova	25-10-2024	08:00	09:30	01:30	Tak
<b>7 z 21</b> Część praktyczna - masaż mięśniowo - powięziowy	Hanna Razanova	25-10-2024	09:30	13:00	03:30	Tak
<b>8 z 21</b> Przerwa	Hanna Razanova	25-10-2024	13:00	13:15	00:15	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<b>9 z 21</b> Część praktyczna - masaż relaksacyjny, drenujący, liftingujący, akupresura	Hanna Razanova	25-10-2024	13:15	15:00	01:45	Tak
<b>10 z 21</b> Przerwa	Hanna Razanova	25-10-2024	15:00	15:15	00:15	Tak
<b>11 z 21</b> Część praktyczna - masaż relaksacyjny, drenujący, liftingujący, akupresura	Hanna Razanova	25-10-2024	15:15	18:00	02:45	Tak
<b>12 z 21</b> Część praktyczna - powtórka wszystkich technik masażu Kobido	Hanna Razanova	26-10-2024	08:00	13:00	05:00	Tak
<b>13 z 21</b> Przerwa	Hanna Razanova	26-10-2024	13:00	13:15	00:15	Tak
<b>14 z 21</b> Część praktyczna - masaż transbukalny	Hanna Razanova	26-10-2024	13:15	15:00	01:45	Tak
<b>15 z 21</b> Przerwa	Hanna Razanova	26-10-2024	15:00	15:15	00:15	Tak
<b>16 z 21</b> Część praktyczna - taping estetyczny	Hanna Razanova	26-10-2024	15:15	18:00	02:45	Tak
<b>17 z 21</b> Część praktyczna - nauka technik pracy GuaSha, bańka chińska	Hanna Razanova	27-10-2024	08:00	11:30	03:30	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<b>18 z 21</b> Część praktyczna - praktyczna - nauka masażu Abishek - oczyszczający o liftingujący	Hanna Razanova	27-10-2024	11:30	13:00	01:30	Tak
<b>19 z 21</b> Przerwa	Hanna Razanova	27-10-2024	13:00	13:15	00:15	Tak
<b>20 z 21</b> część praktyczna - praktyczna - nauka masażu Abishek - oczyszczający o liftingujący	Hanna Razanova	27-10-2024	13:15	15:15	02:00	Tak
<b>21 z 21</b> Walidacja	-	27-10-2024	15:15	15:30	00:15	Tak

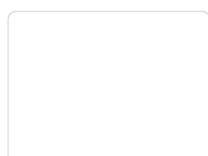
## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	119,05 PLN
Koszt osobogodziny netto	119,05 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



**1 z 2**

**Hanna Razanova**



Szkoleniowiec z 5cioletnim doświadczeniem w wykonywaniu masażu Kobido, bańki chińskie, GuaSha, Abishek - Certyfikat Federacji Masażu WMF



2 z 2

## Lidia Dytkiewicz

Lidia Dytkiewicz to kosmolog z 18 letnim stażem. Prowadzi kursy i szkolenia z zakresu kosmologii estetycznej, wypełnianie skórne i tkankowe, biostymulatory, mezoterapia mikroigłowa oraz igłowa I i II stopień oraz Master, Lipoliza iniekcyjna, Trychologia. Absolwentka Polish Open University – Oxford Brookes University, dyplom – kosmologa, słuchacz Akademii Medycznej Dr Beut, Certyfikat World Massage Federation – Dyplom Masażysty, Certyfikaty Japoński masaż twarzy – KOBIDO- podstawowy oraz Hadado-zaawansowany (Kobido 2), Kinesiotaping Bio -Estetyczny, Facemolding – wielopłaszczyznowa multiterapia, masaż twarzy Gua-Sha, Lifting naturalny twarzy. Szkoleniowiec, Instruktor z 20 letnim stażem. W ciągu ostatnich 3 lat przeprowadziła ponad 3500 godzin szkoleniowych. Właściciel Centrum Szkoleniowego oraz Glow Studio Urody i masażu, Szkoleniowiec - praktyk a nie tylko teoretyk

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Kursant otrzymuje po szkoleniu skrypt szkoleniowy, prezentacja pdf, filmy - nagrania z każdą techniką, która była ćwiczona.

### Informacje dodatkowe

Usługa realizowana w formie usługi stacjonarnej zostanie w całości zrealizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego. Podstawy prawne zwolnienia z vat : 1. Rozporządzenie Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. paragraf 3 ust 1 pkt.14. Zwalnia się od podatku usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego , finansowane w co najmniej 70 % ze środków publicznych oraz świadczenie usług i dostawę towarów ściśle z tymi usługami związane

Kursant otrzymuje certyfikat Polskiej Akademii Treningu

**Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek - Rozwój**

## Warunki techniczne

**Wymagania techniczne:** Komputer podłączony do Internetu z prędkością łącza od 512 KB/sek.

**Minimalne wymagania sprzętowe, jakie musi spełniać komputer Uczestnika lub inne urządzenie do zdalnej komunikacji oraz niezbędne oprogramowanie umożliwiające Uczestnikom dostęp do prezentowanych treści i materiałów**

- system operacyjny Windows 7/8/10 lub Mac OS X

Platforma, na której zostanie przeprowadzone szkolenie to Zoom

## Adres

ul. Karola Szajnochy 4  
85-738 Bydgoszcz



woj. kujawsko-pomorskie

Centrum Szkoleniowe - wejście Glow Studio Urody, II piętro. Duży parking przed budynkiem

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Joanna Górecka**

**E-mail** [szkolenia@polskaakademiatreningu.pl](mailto:szkolenia@polskaakademiatreningu.pl)

**Telefon** (+48) 453 107 008