



SPASJA CENTRUM  
SZKOLENIOWE  
DAWID MARCINIAK  
SPÓŁKA  
KOMANDYTOWA



## Kurs Masażu relaksacyjno- aromaterapeutycznego

Numer usługi 2024/12/19/168153/2471936

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 11 h

📅 12.12.2025 do 12.12.2025

750,00 PLN brutto

750,00 PLN netto

68,18 PLN brutto/h

68,18 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kategoria</b>                       | Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Sposób dofinansowania</b>           | wsparcie dla osób indywidualnych<br>wsparcie dla pracodawców i ich pracowników                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Grupa docelowa usługi</b>           | <p>Kurs masażu relaksacyjno-aromaterapeutycznego jest dostępny dla szerokiej grupy odbiorców, zarówno dla doświadczonych profesjonalistów, jak i osób bez wcześniejszego doświadczenia w dziedzinie leczenia, terapii czy masażu.</p> <p>Wcześniejsze doświadczenie jako masażysty nie jest wymagane, ponieważ na kursie masażu relaksacyjno-aromaterapeutycznego poznasz podstawy techniki masażu tak, aby wykonywać go w sposób profesjonalny.</p> |
| <b>Minimalna liczba uczestników</b>    | 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Maksymalna liczba uczestników</b>   | 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Data zakończenia rekrutacji</b>     | 04-12-2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Forma prowadzenia usługi</b>        | stacjonarna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Liczba godzin usługi</b>            | 11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b> | Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

# Cel

## Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnego wykonania masażu relaksacyjno-aromaterapeutycznego, z wykorzystaniem podstawowych chwytów z masażu klasycznego oraz elementami masażów Lomi Lomi, tajskiego, Abyanga. Uczestnicy poznają również podstawy aromaterapii. Kurs uczy również prawidłowej ergonomii pracy przy stole – jak pracować efektywnie, nie przeciążając swojego ciała, co jest szczególnie ważne dla osób spędzających dużo czasu masując innych.

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

| Efekty uczenia się                                                                                    | Kryteria weryfikacji                                                                                              | Metoda walidacji                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Uczestnik zdobył wiedzę i umiejętności w zakresie masażu relaksacyjno-aromaterapeutycznego            | Uczestnik opisuje czym jest masaż relaksacyjno-aromaterapeutyczny i jego wpływ na człowieka.                      | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                       | Uczestnik opisuje podstawowe zasady aromaterapii oraz zasady dobierania i komponowania olejów.                    | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                       | Uczestnik opisuje zasady BHP oraz ergonomii podczas masażu.                                                       | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                       | Uczestnik wymienia wskazania i przeciwwskazania do przeprowadzenia masażu relaksacyjno-aromaterapeutycznego       | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                       | Uczestnik wymienia poszczególne etapy przygotowania do masażu oraz przebiegu masażu.                              | Test teoretyczny                    |
| Uczestnik prawidłowo stosuje techniki w zakresie masażu relaksacyjno-aromaterapeutycznego             | Uczestnik przeprowadza prawidłowo masaż tylnej części ciała                                                       | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                       | Uczestnik przeprowadza prawidłowo masaż przedniej części ciała                                                    | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                       | Kurs stosuje prawidłowo ergonomię pracy przy stole do masażu – pracuje efektywnie, nie przeciążając swojego ciała | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Uczestnik stosuje kompetencje społeczne podczas wykonywania masażu relaksacyjno-aromaterapeutycznego. | Uczestnik komunikuje się z pacjentem uwzględniając aspekty emocjonalne i fizyczne podczas sesji masażu.           | Obserwacja w warunkach symulowanych |

# Kwalifikacje

## Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

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

Dokument potwierdza uzyskanie kompetencji i zawiera opis efektów uczenia się.

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

Dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

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

Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

## Program

Kształcenie ma charakter stacjonarny i trwa 1 dzień. Są to zajęcia teoretyczno-praktyczne. Uczestnicy pracują w parach i ćwiczą dane techniki na sobie nawzajem. Uczestnicy pracują przy kozetkach, znajdujących się w sali pod okiem Instruktora.

Kurs masażu relaksacyjno-aromaterapeutycznego jest dostępny dla szerokiej grupy odbiorców, zarówno dla doświadczonych profesjonalistów, jak i osób bez wcześniejszego doświadczenia w dziedzinie leczenia, terapii czy masażu.

Wcześniejsze doświadczenie jako masażysty nie jest wymagane, ponieważ na kursie masażu relaksacyjno-aromaterapeutycznego poznasz podstawy techniki masażu tak, aby wykonywać go w sposób profesjonalny.

Kurs trwa łącznie 11 godzin szkoleniowych, które są ujęte w harmonogramie. Liczba godzin szkolenia została podana w godzinach szkoleniowych (1h szkoleniowa = 45 minut).

### Przerwy:

Przerwy o łącznym czasie 60 minut nie są wliczone do czasu kursu.

Przerwy ujęte w harmonogramie (niewliczone do czasu kursu) nie zostały ujęte oddzielnie ze względu na praktyczny charakter kursu. Osoba prowadząca szkolenie robi je w momencie zakończenia danego etapu zabiegu. Tempo wykonywania zabiegu może się różnić dla każdego uczestnika, zależy też od szybkości rozluźniania się tkanek (sprawa indywidualna), więc nie ma możliwości podania precyzyjnego czasu rozpoczęcia i zakończenia przerwy.

### PROGRAM

1. Czym właściwie jest masaż relaksacyjny
2. Wskazania i przeciwwskazania do masażu
3. Wpływ masażu na ciało
4. Oleje nośnikowe, jakich używamy podczas masażu:
  1. jaki olej dobrać jeśli chodzi o jego cechy fizyczne
  2. jaki olej dobrać do konkretnego typu skóry
5. Podstawowe zasady aromaterapii
  1. w jaki sposób możemy używać olejków eterycznych ?
  2. w jaki sposób możemy wykorzystać olejki podczas masażu?
  3. podział/ kategoryzacja olejków
  4. dobór olejków do potrzeb osoby masowanej

5. w jaki sposób zrobić swój pierwszy olej do masażu z olejkami eterycznymi?
  - sposoby blendowania/ budowania kompozycji zapachowej
  - gotowe formuły na konkretne potrzeby
  - zestawienie jakie olejki dopełniają się zapachowo
  - spis olejków, których nie powinno się używać u dzieci i matek karmiących/ kobiet w ciąży
  - spis olejków fotouczulających
6. Przygotowanie do masażu:
  1. czego potrzebujesz, aby przeprowadzić masaż?
  2. dobór wysokości stołu
  3. pozycje ułożeniowe osoby masowanej i pozycje masażysty
  4. ogólne zasady masażu relaksacyjnego
  5. pokaz i wprawki chwytów
  6. stylizacja masażu - czyli jak stworzyć z masażu rytuał i poprawić komfort osoby masowanej?
  7. czas masażu
7. Masaż tylnej części ciała:
  - otwarcie masażu
  - faza wstępna - przygotowawcza:
    - namaszczenie ciała olejem – różne typy nakładania oleju
    - masaż "ósemkowy"
  - masaż główny:
    - protokół masażu dla kończyny dolnej (stopa, łydka, udo, pośladki)
    - protokół masażu dla pleców, szyi i kończyn górnych
8. Masaż przedniej części ciała
  - otwarcie masażu
  - faza wstępna przygotowawcza
  - masaż główny:
    - masaż kończyny dolnej (stopa, łydka, udo)
    - masaż powłok brzusznych i klatki piersiowej (wariant na ciele kobiety i mężczyzny)
    - masaż linii ramion i szyi
    - masaż kończyn górnych (dłonie, przedramię, ramię)
  - Zakończenie masażu
9. Walidacja i zakończenie kursu

Walidacja w formie testu odbywa się na zakończenie kursu. Obserwacja w warunkach symulowanych odbywa się poprzez zebranie nagrań podczas wykonywania *wybranych* ćwiczeń praktycznych. Testy i nagrania są sprawdzane przez osobę prowadzącą walidację najpóźniej w dzień następujący po kursie i wtedy znane są wyniki walidacji.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 6

| Przedmiot / temat zajęć                                                          | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 6</div> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Punkty 1-3 programu. | Izabela Wyrodek | 12-12-2025            | 09:00               | 10:00               | 01:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                               | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>2 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Punkty 4-5 programu.                                          | Izabela Wyrodek | 12-12-2025            | 10:00               | 12:00               | 02:00         |
| <b>3 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Punkt 6 programu. W bloku szkol. uwzględniono 45 min. przerwy | Izabela Wyrodek | 12-12-2025            | 12:00               | 14:00               | 02:00         |
| <b>4 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Punkt 7 programu. W bloku szkol. uwzględniono 15 min. przerwy | Izabela Wyrodek | 12-12-2025            | 14:00               | 16:00               | 02:00         |
| <b>5 z 6</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - Punkt 8 programu.                                             | Izabela Wyrodek | 12-12-2025            | 16:00               | 18:00               | 02:00         |
| <b>6 z 6</b> Walidacja                                                                                                | -               | 12-12-2025            | 18:00               | 18:15               | 00:15         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena       |
|-------------------------------------------|------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 750,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 750,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 68,18 PLN  |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Izabela Wyrodek

Doświadczona terapeutka bazująca na holistycznym podejściu do człowieka, stosująca zróżnicowane metody diagnostyczne i uzdrawiające. Certyfikowana naturoterapeutka, masażystka i praktyk Medycyny Chińskiej. Dyplomowana akupunkturzystka Międzynarodowej Szkoły Akupunktury Klasycznej Acuart. Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

Wykształcenie w dziedzinie Medycyny Chińskiej zdobywała u wybitnych praktyków z Chin, Francji, Izraela, Danii oraz Polski, m.in. kursy:

2- letnie studia Tradycyjnej Medycyny Chińskiej  
Ginekologia i położnictwo  
Stench and Branches  
Badanie pulsu  
Akupunktura fizjoterapeutyczna  
Diagnostyka Akabane  
Guasha  
Ziołolecznictwo wg TCM  
Akupunktura dr Tana  
Masaż Tu-in  
Akupresura, Moksoterapia, wstęp do Akupunktury  
Techniki Pracy Manualnej w TCM  
Psychosomatyka  
Kurs suchego igłowania  
Akupunktura kosmetyczna  
Kosmetologia chińska  
Moksoterapia  
Naturopatia Zawód Naturopata (Kod zawodu 323009)  
Terapie Bańkami (lekarskie, chińskie, ogniowe, bezogniowe)  
Access the bars  
Tera-Mai Reiki  
Kursy i szkolenia naturoterapeutki Marty Dul (dietetyka, ziołarstwo, fitoterapia)  
Technik masażysta (masaże lecznicze, sportowe, relaksacyjne)  
Podstawy masażu Shiatsu  
Masaż tajski  
Kurs lomi lomi nui  
Masaż Kobido  
Masaż powięziowy i tkanek głębokich  
Ajuwerdyjski masaż Abyanga

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W cenie kursu masażu relaksacyjno-aromaterapeutycznego każdy uczestnik otrzymuje:

1. obszerny skrypt z materiałami dydaktycznymi
2. narzędzia do pracy podczas kursu
3. certyfikat ukończenia szkolenia w języku polskim
4. zaświadczenie MEN-III/1

## Warunki uczestnictwa

- Przed dokonaniem zapisu na usługę, prosimy o kontakt z Organizatorem w celu potwierdzenia dostępności miejsc. Prosimy o kontakt mailowy [spasja@spasja.pl](mailto:spasja@spasja.pl) lub telefoniczny.
- Następnie należy wypełnić formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://spasja.pl> pod opisem wybranego szkolenia. Procedura opisana jest na stronie.
- W komentarzu należy zaznaczyć, że kurs będzie dofinansowany ze środków BUR oraz podać pełne dane do faktury.
- Po wysłaniu formularza i potwierdzeniu zapisu przez organizatora, można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.
- Wymagane jest przeczytanie i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych SPASJA.

## Informacje dodatkowe

- Kurs odbywa się w języku polskim
- Zwolnienie z VAT ze względu na rodzaj prowadzonej działalności (art. 43 ust 1 ustawy o VAT)
- Liczba godzin szkolenia została podana w godzinach szkoleniowych (1h szkoleniowa = 45 minut)
- Kurs trwa łącznie 11 godzin szkoleniowych, które są ujęte w harmonogramie
- Przerwy ujęte w harmonogramie (60 min. niewliczone do czasu kursu) nie zostały ujęte oddzielnie ze względu na praktyczny charakter kursu. Osoba prowadząca kurs robi je w momencie zakończenia danego etapu zabiegu. Tempo wykonywania zabiegu może się różnić dla każdego uczestnika, więc nie ma możliwości podania precyzyjnego czasu rozpoczęcia i zakończenia przerwy.
- Walidacja w formie testu odbywa się na zakończenie kursu. Obserwacja w warunkach symulowanych odbywa się poprzez zebranie nagrań podczas wykonywania *wybranych* ćwiczeń praktycznych. Testy i nagrania są sprawdzane przez osobę prowadzącą walidację najpóźniej w dzień następujący po kursie i wtedy znane są wyniki walidacji.

## Adres

ul. Wyścigowa 56E  
53-012 Wrocław  
woj. dolnośląskie

Budynek ProConcept - numer sali szkoleniowej przesyłany jest uczestnikowi mailowo na kilka dni przed kursem.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Sala szkoleniowa spełnia wymogi Sanepidu i Straży Pożarnej: bezpieczne i higieniczne warunki pracy.

## Kontakt



**Magdalena Gubała**

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

**Telefon** (+48) 534 226 006