



SPASJA CENTRUM  
SZKOLENIOWE  
DAWID MARCINIAK  
SPÓŁKA  
KOMANDYTOWA

★★★★★ 4,8 / 5  
216 ocen

## Kurs Refleksologia stóp

Numer usługi 2024/12/23/168153/2476407

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 19 h

📅 21.11.2025 do 22.11.2025

1 200,00 PLN brutto

1 200,00 PLN netto

63,16 PLN brutto/h

63,16 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kategoria</b>                       | Zdrowie i medycyna / Medycyna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Sposób dofinansowania</b>           | wsparcie dla osób indywidualnych<br>wsparcie dla pracodawców i ich pracowników                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Grupa docelowa usługi</b>           | Kurs refleksologii stóp jest dostępny dla szerokiej grupy odbiorców, zarówno dla doświadczonych profesjonalistów, jak i osób bez wcześniejszego doświadczenia w dziedzinie leczenia, terapii czy masażu. Bez względu na to, czy jesteś masażystą, terapeutą, fizjoterapeutą, kosmetyczką czy podologiem, czy też dopiero zaczynasz swoją przygodę z refleksologią, szkolenie refleksologii stóp jest dostępne dla Ciebie, jeśli chcesz rozpocząć praktykę refleksologii w warunkach domowych. |
| <b>Minimalna liczba uczestników</b>    | 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Maksymalna liczba uczestników</b>   | 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Data zakończenia rekrutacji</b>     | 13-11-2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Forma prowadzenia usługi</b>        | stacjonarna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Liczba godzin usługi</b>            | 19                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <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 zabiegów z zakresu refleksologii stóp. Uczestnicy poznają różne techniki wykonywania profesjonalnych zabiegów refleksologicznych, technik relaksacyjnych, ale przede wszystkim dopasowywania ich do konkretnych schorzeń i problemów pacjentów.

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

| Efekty uczenia się                                                                              | Kryteria weryfikacji                                                                                               | Metoda walidacji                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Uczestnik zdobył wiedzę w zakresie refleksologii stóp                                           | Uczestnik omawia czym jest refleksologia stóp i jej wpływ na człowieka                                             | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                 | Uczestnik wymienia wskazania i przeciwwskazania do zabiegu refleksologii stóp                                      | Test teoretyczny                    |
| Uczestnik zdobył umiejętności prawidłowego wykonywania zabiegu refleksologii stóp               | Uczestnik lokalizuje punkty refleksologiczne na stopach i opisuje za co odpowiadają                                | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                                                                                 | Uczestnik charakteryzuje i zna zastosowanie poszczególnych technik refleksologicznych                              | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Uczestnik zdobył kompetencje społeczne stosowane podczas wykonywania zabiegu refleksologii stóp | Uczestnik komunikuje się z pacjentem uwzględniając aspekty emocjonalne i fizyczne podczas sesji refleksologii stóp | 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 potwierdzający uzyskanie kompetencji 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 2 dni. Są to zajęcia teoretyczno-praktyczne. Uczestnicy pracują w parach i wykonują poznane techniki na sobie nawzajem, pracując pod okiem Instruktorki przy kozetkach, znajdujących się w sali.

Szkolenia z refleksologii są dostępne dla szerokiej grupy odbiorców, zarówno dla doświadczonych profesjonalistów, jak i osób bez wcześniejszego doświadczenia w dziedzinie leczenia, terapii czy masażu. Bez względu na to, czy jesteś masażystą, terapeutą, fizjoterapeutą, kosmetyczką czy podologiem, czy też dopiero zaczynasz swoją przygodę z refleksologią, szkolenie refleksologii stóp jest dostępne dla Ciebie, jeśli chcesz rozpocząć praktykę refleksologii w warunkach domowych.

Dzięki takiemu podejściu, szkolenia z refleksologii są dostępne dla szerokiej publiczności, co sprzyja propagowaniu tej korzystnej praktyki i umożliwia rozwijanie umiejętności zarówno profesjonalistom, jak i amatorom.

Kurs trwa łącznie 19 godzin szkoleniowych, które są ujęte w harmonogramie. Liczba godzin szkolenia została podana w godzinach szkoleniowych (1h szkoleniowa = 45 minut).

## Przerwy:

Przerwy 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 pracy podczas kursu może się różnić dla każdego uczestnika, więc nie ma możliwości podania precyzyjnego czasu rozpoczęcia i zakończenia przerwy.

## Program

### Dzień 1

1. Powitanie uczestników
2. Przedstawienie części teoretycznej szkolenia
3. Wprowadzenie w najważniejsze zagadnienia refleksologii
4. Teoria refleksologii
5. Historia refleksologii
6. Działanie refleksologii
7. Wskazania do refleksologii
8. Przeciwwskazania do refleksologii
9. Anatomia stóp
10. Obszary i punkty na stopach
11. Linie pionowe i poziome na stopach
12. Omówienie mapy stóp
13. Lokalizacja receptorów i meridianów
14. Przedstawienie części praktycznej szkolenia
15. Przygotowanie do zabiegu refleksologii
16. Przedstawienie technik relaksacyjnych
17. Przedstawienie technik rozluźniania całych stóp
18. Przedstawienie technik rozluźniania poszczególnych części stóp
19. Technika rozluźniania palców
20. Technika relaksacji obszaru klatki piersiowej
21. Technika rozluźnienia obszaru przepony (ucisk z oddechem)
22. Technika rozluźnienia stawu skokowego
23. Technika zrelaksowania obszaru kręgosłupa (wyciskanie stopy)
24. Przedstawienie chwytów w refleksologii
25. Podstawowe techniki refleksologiczne
26. Technika kciuka
27. Technika kilku palców
28. Technika przeciwbólowa
29. Technika pobudzająca
30. Technika uspokajająca
31. Technika uziemiająca
32. Kilka technik azjatyckich

33. Użycie narzędzi refleksologicznych
34. Nauka wykonywania zabiegu terapeutycznego na stopach
35. Obserwacja stóp i analiza stóp
36. Lokalizacja stref refleksyjnych i ich stymulacja
37. Strefa głowy i szyi
38. Strefa obręczy barkowej i karku
39. Strefa klatki piersiowej
40. Obszar narządów trawiennych

## Dzień 2

1. Pytania i wnioski z dnia pierwszego
2. Nauka wykonywania zabiegu terapeutycznego na stopach - cd.
3. Strefa dróg moczowych i nerek
4. Obszar miednicy
5. Okolice narządów rozrodczych
6. Strefa nerwu kulszowego
7. Strefa kręgosłupa
8. Obszar grzbietu stopy
9. Obserwacja stóp i analiza stóp - cd.
10. Odczytywanie informacji ze stóp uczestników
11. Dopasowanie odpowiednich technik do konkretnych schorzeń
12. Ugruntowanie zdobytej wiedzy poprzez wspólną praktykę na stopach
13. Wspólna praktyka na stopach - cd.
14. Podsumowanie kluczowych tematów
15. Zebranie opinii od uczestników na temat szkolenia.
16. 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: 7

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                               | Prowadzący    | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 7</div> <b>Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień I, punkty 1-13. W bloku szkol. uwzględniono 20 min. przerwy</b>  | Joanna Szabat | 21-11-2025            | 09:00               | 12:00               | 03:00         |
| <div>2 z 7</div> <b>Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień I, punkty 14-33. W bloku szkol. uwzględniono 10 min. przerwy</b> | Joanna Szabat | 21-11-2025            | 12:00               | 14:00               | 02:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                     | Prowadzący    | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>3 z 7</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień I, punkty 34-40. W bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy  | Joanna Szabat | 21-11-2025            | 14:00               | 17:00               | 03:00         |
| <b>4 z 7</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień II, punkty 1-8. W bloku szkol. uwzględniono 10 min. przerwy   | Joanna Szabat | 22-11-2025            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| <b>5 z 7</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień II, punkty 9-12. W bloku szkol. uwzględniono 20 min. przerwy  | Joanna Szabat | 22-11-2025            | 11:00               | 14:00               | 03:00         |
| <b>6 z 7</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień II, punkty 13-15. W bloku szkol. uwzględniono 30 min. przerwy | Joanna Szabat | 22-11-2025            | 14:00               | 17:00               | 03:00         |
| <b>7 z 7</b> Walidacja                                                                                                      | -             | 22-11-2025            | 17:00               | 17:15               | 00:15         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 1 200,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 1 200,00 PLN |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Joanna Szabat

Dyplomowana refleksolożka, specjalistka i pasjonatka refleksologii stóp i rąk. Zwolenniczka wielu różnych naturalnych terapii związanych ze zdrowiem. Interesuje się kulturą dalekiego wschodu, naukami o naturze umysłu, psychologią, medycyną chińską i akupunkturą. Podczas warsztatów Refleksologii dzieli się swoją wieloletnią wiedzą i doświadczeniem a także pokazuje jak wielki potencjał zdrowotny tkwi w człowieku. Uczy jak wykorzystywać techniki refleksologii do aktywizacji procesów samoleczenia i samoregulacji. Stawia na holistyczne podejście do człowieka, ciało i umysł to według niej jedna całość.

Wykształcenie z zakresu refleksologii otrzymała:

u Takashi Yoshizawy – wieloletniego praktyka refleksologii i masażu tajskiego, ucznia i asystenta Ajana Pichesta

w Polskim Instytucie Refleksologii, gdzie naukę zakończyła egzaminem certyfikującym.

Ukończyła kursy:

Refleksologia stóp – Takashi Yoshizawa

Refleksologia rąk – Takashi Yoshizawa

I, II, III stopnie refleksologii stóp – Polski Instytut Refleksologii

Refleksologia rąk – Polski Instytut Refleksologii

I, II stopień Refleksologia twarzy i głowy – Polski Instytut Refleksologii

Warsztaty dla zaawansowanych refleksologów – Praca na paznokciach. Głowa i mózg w refleksologii

Warsztaty dla zaawansowanych refleksologów – Zaburzenia w życiu seksualnym a praca refleksologii

Warsztaty dla zaawansowanych refleksologów – Refleksologia terapeutyczna dla dzieci

Dietetyka TCM u Agnieszki Krzemińskiej – Szkoła Tradycyjnej Medycyny Chińskiej

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W cenie kursu Refleksologii stóp uczestnik otrzymuje:

1. skrypt z materiałami dydaktycznymi
2. narzędzia do pracy podczas kursu
3. certyfikat ukończenia szkolenia Refleksologii stóp 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. 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)
  - Przed zgłoszeniem prosimy o kontakt mailowy [spasja@spasja.pl](mailto:spasja@spasja.pl) lub telefoniczny
  - Liczba godzin szkolenia została podana w godzinach szkoleniowych (1h szkoleniowa = 45 minut)
  - Kurs trwa łącznie 19 godzin szkoleniowych, które są ujęte w harmonogramie.
- Przerwy ujęte w harmonogramie (nie wliczone do czasu kursu) nie zostały ujęte oddzielnie ze względu na praktyczny charakter kursu. Osoba prowadząca szkolenie robi je w momencie zakończenia danego etapu masażu. Tempo wykonywania zabiegu może się różnić dla każdego uczestnika, więc nie ma możliwości podania precyzyjnego czasu rozpoczęcia i zakończenia przerwy.
- Walidacja w formie testu jednokrotnego wyboru odbywa się na zakończenie kursu. Testy 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