



Kurs instruktora jogi twarzy Metody Danielle Collins Face Yoga Method poszerzony o techniki masażu twarzy Luanhi gua sha bian

Numer usługi 2025/02/26/172405/2584405

7 000,00 PLN brutto

7 000,00 PLN netto

218,75 PLN brutto/h

218,75 PLN netto/h

BIOMEDSKIN
AGNIESZKA
WYSZYŃSKA-
PALUCH

Brak ocen dla tego dostawcy

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

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 32 h

📅 10.05.2025 do 13.05.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Uroda
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Kosmetolodzy i fizjoterapeuci zarówno początkujący jak i praktykujący. Masażyści, terapeuci twarzy i ciała oraz pasjonaci naturalnej pielęgnacji. Osoby indywidualne, które z własnej inicjatywy chcą podnieść swoje kompetencje. Udział w szkoleniu nie wymaga wcześniejszego przygotowania.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	6
Data zakończenia rekrutacji	09-05-2025
Forma prowadzenia usługi	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
Liczba godzin usługi	32
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia "Kurs instruktora jogi twarzy Metody Danielle Collins Face Yoga Method poszerzony o techniki masażu twarzy Luanhi gua sha bian" jest przygotowanie uczestników do samodzielnego prowadzenia sesji i warsztatów jogi twarzy, indywidualnych i grupowych oraz samodzielnego wykonania masażu Luanshi Gua Sha Bian.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Analizuje i stosuje techniki z zakresu ćwiczeń mięśni twarzy oraz wykonywania masażu twarzy Rytuał Luanshi Gua Sha Bian	Omawia i charakteryzuje techniki wykonywania ćwiczeń mięśni twarzy oraz masażu twarzy Rytuał Luanshi Gua Sha Bian	Test teoretyczny
	Charakteryzuje anatomię i fizjologię twarzy	Test teoretyczny
	Omawia zakres technik ćwiczeń jogi twarzy i masażu twarzy Rytuał Luanshi Gua Sha Bian z ich oddziaływaniem na tkanki twarzy	Test teoretyczny
	Charakteryzuje przeciwwskazania do jogi twarzy i masażu twarzy Rytuał Luanshi Gua Sha Bian	Test teoretyczny
Wykonuje/prezentuje w sposób precyzyjny ćwiczenia mięśni twarzy oraz techniki masażu twarzy Rytuał Luanshi Gua Sha Bian	Wykorzystuje techniki jogi twarzy oraz masażu twarzy Rytuał Luanshi Gua Sha Bian	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Omawia zasady prezentacji ćwiczeń jogi twarzy i techniki masażu twarzy Rytuał Luanshi Gua Sha Bian	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Planuje i omawia odpowiednie ćwiczenia jogi twarzy oraz techniki masażu twarzy Rytuał Luanshi Gua Sha Bian, dostosowane do potrzeb twarzy	Obserwacja w warunkach symulowanych
Analizuje i stosuje kompetencje dotyczące pracy z klientem	Omawia zasady etyki zawodowej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Omawia jak utrzymać profesjonalny kontakt z klientem	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?

Po ukończeniu usługi rozwojowej wydawane jest zaświadczenie o ukończeniu szkolenia potwierdzające uzyskanie kompetencji, zawierające opis efektów uczenia się.

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

Zaświadczenie o ukończeniu szkolenia obejmuje opis walidacji oraz kryteria weryfikacji efektów uczenia się.

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

Zaświadczenie o ukończeniu szkolenia potwierdzi zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji

Program

Szkolenie skierowane jest do:

Kosmetologów i fizjoterapeutów zarówno początkujących jak i praktykujących.

Masażystów, terapeutów twarzy i ciała oraz pasjonatów naturalnej pielęgnacji.

Osób, które z własnej inicjatywy wyraziły chęć podniesienia swoich kompetencji.

W szkoleniu może wziąć udział maksymalnie 6 osób. Szkolenie prowadzone będzie w 2 grupach 3 osobowych. Każda osoba w grupie będzie pracować przy jednym stanowisku - łóżko do masażu. W razie potrzeby (jeśli ilość osób w grupach nie będzie równa), zapewniona zostanie modelka.

Ramowy plan:

10 maja: 10.00-18.00:

Teoria:

- czym jest joga twarzy
- na czym polega joga twarzy
- anatomia i fizjologia twarzy

Praktyka:

- praktyczna nauka ćwiczeń,
- automasażu,
- akupresury,

-relaksacji.

11 maja: 10.00-18.00:

Praktyka:

- powtórka zajęć praktycznych,

Teoria:

- czym jest stres,
- procedury bezpieczeństwa,
- jak prowadzić zajęcia, sesje i warsztaty,
- walidacja częściowa - prowadzona poprzez komunikator ZOOM z wykorzystaniem kamery. Z uwagi na to, iż osoba prowadząca walidację mieszka poza miejscem prowadzenia szkolenia, jednakże spełnia wysokie kryteria, posiada wieloletnie doświadczenie w zakresie jogi twarzy, walidacja zostanie poprowadzona w warunkach rzeczywistych symulowanych poprzez aplikację ZOOM. W godzinach wyznaczonych nastąpi połączenie się z Walidatorką, która poprzez kamerę będzie analizowała określony szkoleniem zakres.

12 maja: 10.00-18.00:

- Część teoretyczna: anatomia i fizjologia twarzy, rodzaje kamieni do masażu, działanie i przeciwwskazania.
- Część praktyczna: masaż pełnej obręczy barkowej;
- Rozgrzanie górnej części pleców ma na celu poruszyć przepływ krwi, uwolnić toksyny, pobudzić funkcję drenażu limfatycznego, aktywować punkty akupresurowe ciała odpowiedzialne za zrównoważenie napięć tego obszaru.
- Techniki pracy Luanshi Gua Sha Bian na obrzazse dekoltu rozgrzeją węzły chłonne, stonizują mięśnie klatki piersiowej, zharmonizują przeciążenia tego obszaru.
- Masaż głowy rozluźni napięcia obszaru czebca ścięgniętego, pobudzi cyrkulację skóry głowy, udroźni przepływ w tkankach i lepiej dotleni obszar twarzy.
- Techniki liftingujące, ujędrniające i redukujące zmarszczki.

13 maja: 10.00-18.00:

- Powtórzenie panelu dnia poprzedniego
- Techniki drenażu limfatycznego twarzy i oczu, który uwalnia zastoje w przepływie limfy, poprzez masaż punktów akupresurowych wpływamy na równoważenie w przepływie energii. Oczy stają się wypoczęte, opuchlizna znika.
- Akuprasura i relaksacja
- Walidacja końcowa - prowadzona poprzez komunikator ZOOM z wykorzystaniem kamery. Z uwagi na to, iż osoba prowadząca walidację mieszka poza miejscem prowadzenia szkolenia, jednakże spełnia wysokie kryteria, posiada wieloletnie doświadczenie w zakresie jogi twarzy, walidacja zostanie poprowadzona w warunkach rzeczywistych symulowanych poprzez aplikację ZOOM. W godzinach wyznaczonych nastąpi połączenie się z Walidatorką, która poprzez kamerę będzie analizowała określony szkoleniem zakres.

Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych (45 min). Przerwy nie zostały wliczone w godziny usługi.

Łączny czas szkolenia stacjonarego wynosi: 29 godzin zegarowych

Łączny czas szkolenia on-line w czasie rzeczywistym: 3 godziny zegarowe

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 45 Teoria: wstęp, o jodze twarzy, najważniejsze zagadnienia jogi twarzy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	10-05-2025	10:00	11:00	01:00	Tak
2 z 45 Teoria: anatomia: mięśnie twarzy, kości, skóra	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	10-05-2025	11:00	11:45	00:45	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
3 z 45 Przerwa	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	10-05-2025	11:45	12:00	00:15	Tak
4 z 45 Praktyka: omówienie i praktyka 20 minutowego treningu twarzy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	10-05-2025	12:00	13:30	01:30	Tak
5 z 45 Praktyka: omówienie i praktyka 5 minutowego treningu twarzy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	10-05-2025	13:30	14:00	00:30	Tak
6 z 45 Przerwa	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	10-05-2025	14:00	14:30	00:30	Tak
7 z 45 Praktyka: nauka liftingującego masażu twarzy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	10-05-2025	14:30	15:00	00:30	Tak
8 z 45 Praktyka: techniki akupresury	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	10-05-2025	15:00	16:00	01:00	Tak
9 z 45 Praktyka: ćwiczenia relaksacyjne karku, szyi oraz ramion	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	10-05-2025	16:00	16:45	00:45	Tak
10 z 45 Przerwa	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	10-05-2025	16:45	17:00	00:15	Tak
11 z 45 Praktyka: praca z relaksacją twarzy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	10-05-2025	17:00	18:00	01:00	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
12 z 45 Praktyka: powtórzenie panelu praktycznego: ćwiczenia	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	11-05-2025	10:00	11:30	01:30	Tak
13 z 45 Przerwa	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	11-05-2025	11:30	11:45	00:15	Tak
14 z 45 Praktyka: powtórzenie panelu praktycznego: akupresura, obręcz barkowa, relaksacja, automasaż	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	11-05-2025	11:45	13:00	01:15	Tak
15 z 45 Teoria: Jak stres może wpłynąć na kondycję twarzy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	11-05-2025	13:00	14:00	01:00	Tak
16 z 45 Przerwa	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	11-05-2025	14:00	14:30	00:30	Tak
17 z 45 Teoria: wskazówki na dobre samopoczucie i odprężenie, wskazówki na lepszy sen, podstawy żywienia a kondycja skóry	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	11-05-2025	14:30	15:00	00:30	Tak
18 z 45 Teoria: omówienie kwestionariusza za konsultacyjne go Jogi Twarzy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	11-05-2025	15:00	15:25	00:25	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
19 z 45 Przerwa	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	11-05-2025	15:25	15:40	00:15	Tak
20 z 45 Teoria: Lista kontrolna twarzy i Indywidualny program ćwiczeń twarzy,	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	11-05-2025	15:40	16:00	00:20	Tak
21 z 45 Teoria: Jak prowadzić sesję, joga twarzy jako biznes, zdrowie i procedury bezpieczeństwa, dodatkowe przydatne informacje	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	11-05-2025	16:00	16:30	00:30	Tak
22 z 45 Walidacja częściowa - weryfikacja poprawności wykonywania zabiegu oraz rozmowa	-	11-05-2025	16:30	18:00	01:30	Nie
23 z 45 Teoria: Co oznacza gua sha, podstawowe korzyści płynące z masażu twarzy gua sha, rodzaje kamieni gua sha stosowanych podczas masażu	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	10:00	10:30	00:30	Tak
24 z 45 Teoria: Anatomia i fizjologia twarzy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	10:30	11:15	00:45	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
25 z 45 Przerwa	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	11:15	11:30	00:15	Tak
26 z 45 Teoria: techniki masażu wraz z ich oddziaływanie m na tkanki twarzy, częstotliwość, zalety masażu, przeciwwskazania i wskazania do masażu gua sha	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	11:30	12:00	00:30	Tak
27 z 45 Przerwa	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	12:00	12:15	00:15	Tak
28 z 45 Teoria: praca z klientem	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	12:15	12:30	00:15	Tak
29 z 45 Teoria: Omówienie schematów masażu, drenaż limfatyczny twarzy, oczu, relaksacja	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	12:30	13:00	00:30	Tak
30 z 45 Praktyka: przygotowanie stanowiska pracy do masażu	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	13:00	13:15	00:15	Tak
31 z 45 Praktyka: masaż pełnej obręczy barkowej	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	13:15	14:15	01:00	Tak
32 z 45 Przerwa	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	14:15	14:45	00:30	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
33 z 45 Praktyka: masaż głowy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	14:45	15:15	00:30	Tak
34 z 45 Praktyka: Praktyka: techniki lifingujące dolnej części twarzy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	15:15	16:30	01:15	Tak
35 z 45 Przerwa	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	16:30	16:45	00:15	Tak
36 z 45 Praktyka: techniki lifingujące górną część twarzy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	12-05-2025	16:45	18:00	01:15	Tak
37 z 45 Praktyka: powtórka panelu praktycznego obręcz barkowa i masaż głowy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	13-05-2025	10:00	11:00	01:00	Tak
38 z 45 Praktyka: powtórka z dnia poprzedniego: masaż lifingujący dolnej i górnej części twarzy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	13-05-2025	11:00	12:00	01:00	Tak
39 z 45 Przerwa	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	13-05-2025	12:00	12:15	00:15	Tak
40 z 45 Praktyka: techniki drenażu limfatycznego twarzy	Agnieszka Wyszyńska - Paluch	13-05-2025	12:15	13:00	00:45	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
41 z 45 Praktyka: techniki drenażu limfatycznego oczu	Agnieszka Wyszynska - Paluch	13-05-2025	13:00	14:00	01:00	Tak
42 z 45 Praktyka: techniki akupresury	Agnieszka Wyszynska - Paluch	13-05-2025	14:00	14:45	00:45	Tak
43 z 45 Przerwa	Agnieszka Wyszynska - Paluch	13-05-2025	14:45	15:15	00:30	Tak
44 z 45 Praktyka: relaksacja i wyciszenie	Agnieszka Wyszynska - Paluch	13-05-2025	15:15	16:30	01:15	Tak
45 z 45 Walidacja końcowa - weryfikacja poprawności wykonywania zabiegu oraz rozmowa	-	13-05-2025	16:30	18:00	01:30	Nie

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	7 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	7 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	218,75 PLN
Koszt osobogodziny netto	218,75 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Agnieszka Wyszyńska - Paluch

Z wykształcenia licencjonowana Naturoterapeutka, Psychodietetyk, Opiekun Medyczny oraz mgr Ekonomii, instruktorka i trenerka jogi twarzy, promotorka healthy-aging. Oferuje holistyczne pakiety pielęgnacyjne. Opracowała metodę terapeutyczną, która ma na celu utrzymać skórę w jak najlepszej kondycji, opartą o pogłębiony wywiad funkcjonalny organizmu opierający się na rozbudowanej ankiecie.

Opracowała własną linię kosmetyków @biomedskin_cosmetics. Reprezentuje w Polsce szkołę jogi twarzy Danielle Collins Face Yoga Method. Posiada kwalifikacje trenerskie do prowadzenia kursów na instruktorów jogi twarzy wg jej metody. Stworzyła autorskie techniki manualne twarzy: metodę masażu próżniowego twarzy, Rytuał masażu twarzy Lunashi Gua Sha Bian, masaż twarzy BioLiftSkin Kobido, pineskowanie twarzy, Kinesiotaping estetyczny FaceHarmony. Swoją wiedzę dzieli się m.in. w Dzień Dobry TVN w publikacjach dla magazynów i portali o tematyce zdrowia i pielęgnacji: LNE, Yoga & Ayurveda czy Be Active. Właścicielka Instytutu BioMedSkin.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały w postaci prezentacji i skryptów zostaną udostępnione dla uczestników podczas usługi oraz po jej realizacji.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem skorzystania z usługi jest bezpośredni zapis na usługę za pośrednictwem Bazy Usług Rozwojowych oraz wypełnienie ankiety oceniającej usługę rozwojową.

Informacje dodatkowe

Usługa jest zwolniona z podatku VAT w przypadku, kiedy przedsiębiorstwo zwolnione jest z podatku VAT lub dofinansowanie wynosi co najmniej 70%. W innej sytuacji do ceny netto doliczany jest podatek VAT w wysokości 23%. Podstawa: §3 ust. 1 pkt. 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz szczegółowych warunków stosowania zwolnień (Dz.U. z 2018 r., poz. 701).

Warunki techniczne

1. Komputer z dostępem do Internetu.
2. Platforma /rodzaj komunikatora, za pośrednictwem którego prowadzona będzie walidacja: Zoom Bezpłatna aplikacja Zoom – do pobrania ze strony <https://zoom.us/support/download> lub oficjalnego przedstawiciela i dostawcy w Polsce rozwiązań firmy Zoom Video Communications Inc. z siedzibą w San Jose w Stanach Zjednoczonych Ameryki <https://zoom-video.pl/>
3. Minimalne wymagania sprzętowe, jakie musi spełniać: Komputer PC/Laptop Uczestnika:
Procesor: Dwurdzeniowy 2Ghz lub szybszy (Intel i3/i5/i7 lub odpowiednik AMD), RAM: 4 Gb

Głośniki (obligatoryjnie) – wbudowane, podłączane przez USB lub bezprzewodowe Bluetooth,

Mikrofon (obligatoryjnie)

Kamera internetowa lub kamera internetowa HD – wbudowana, podłączana przez USB lub bezprzewodowa

Uwagi: Laptopy dwurdzeniowe i jednordzeniowe mają obniżoną częstotliwość odświeżania obrazu podczas udostępniania ekranu(około 5 klatek na sekundę). Aby uzyskać optymalną wydajność udostępniania ekranu na laptopach, zalecamy procesor czterordzeniowy lub szybszy.

Urządzenia przenośne/mobilne typu tablet, smartfon:

Urządzenia z systemem iOS, Android i Harmony

Urządzenia Blackberry

Surface PRO 2 lub nowszy, z systemem Windows 8.1 lub nowszym

Uwagi: Tablety PC z systemem Windows 10 muszą być wyposażone w system Windows 10 Home, Pro lub Enterprise. Tryb S nie jest obsługiwany.

Obsługiwane przeglądarki Windows:

Internet Explorer 11+, Edge 12+, Firefox 27+, Chrome 30+.

macOS: Safari 7+, Firefox 27+, Chrome 30+

Linux: Firefox 27+, Chrome 30+

Uwaga: Przeglądarki internetowe nie obsługują niektórych funkcji jakie posiada aplikacja

4. Minimalne wymagania dotyczące parametrów łącza sieciowego, jakim trzeba dysponować:

Połączenie internetowe – szerokopasmowe przewodowe lub bezprzewodowe (3G lub 4G/LTE)

5. Niezbędne oprogramowanie umożliwiające dostęp do prezentowanych treści:

Komputery PC/Laptopy

macOS X z systemem macOS 10.9 lub nowszym Windows 10*.

Uwaga: Urządzenia z systemem Windows 10 muszą być wyposażone w system Windows 10 Home, Pro lub Enterprise. Tryb S nie jest obsługiwany.

Windows 8 lub 8.1

Windows 7

Ubuntu 12.04 lub nowszy

Mint 17.1 lub nowszy

Red Hat Enterprise Linux 6.4 lub nowszy

Oracle Linux 6.4 lub nowszy

CentOS 6.4 lub nowszy

6. Okres ważności linku umożliwiającego uczestnictwo w spotkaniu on-line:

Link umożliwiający udział w walidacji dostępny po podpisaniu umowy.

Adres

ul. Kluczborska 15/1 LU
31-271 Kraków

woj. małopolskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Agnieszka Wyszynska-Paluch

E-mail biuro@biomedskin.pl

Telefon (+48) 502 604 568