



Masaż relaksacyjny całego ciała - szkolenie

Numer usługi 2025/03/06/156609/2602911

1 800,00 PLN brutto

1 800,00 PLN netto

180,00 PLN brutto/h

180,00 PLN netto/h

IT ENGINEERING &
CONSULTING

SPÓŁKA Z

OGRANICZONĄ

ODPOWIEDZIALNOŚĆ

CIAŁ



📍 Olsztyn / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 10 h

📅 27.03.2025 do 27.03.2025

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Sposób dofinansowania

wsparcie dla osób indywidualnych
wsparcie dla pracodawców i ich pracowników

Grupa docelowa usługi

Szkolenie „**Masaż relaksacyjny całego ciała**” skierowane jest do osób, które chcą zdobyć lub poszerzyć umiejętności w zakresie technik masażu odprężającego i regeneracyjnego. Dedykowane jest zarówno początkującym masażystom, kosmetologom, terapeutom SPA, jak i osobom pracującym w branży wellness, które chcą wzbogacić swoją ofertę o profesjonalne techniki relaksacyjne. Kurs będzie również odpowiedni dla fizjoterapeutów oraz instruktorów fitness, którzy pragną uzupełnić swoje kompetencje o masaż jako formę regeneracji po wysiłku fizycznym. Szkolenie może zainteresować także osoby, które chcą nauczyć się wykonywać masaż w warunkach domowych, aby poprawić komfort bliskich i pomóc im w redukcji napięcia mięśniowego. Program obejmuje zarówno teorię dotyczącą anatomii i fizjologii, jak i intensywne zajęcia praktyczne, dzięki którym uczestnicy nauczą się efektywnych technik pracy z ciałem, poprawiających samopoczucie i głęboko odprężających.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

5

Data zakończenia rekrutacji

26-03-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

10

Cel

Cel edukacyjny

Usługa "Masaż relaksacyjny całego ciała - szkolenie" przygotowuje do samodzielnego wykonania zabiegów polegających na wykonywaniu masażu relaksacyjnego całego ciała.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą dotyczącą zasad wykonywania masażu relaksacyjnego	opisuje procedurę masażu relaksacyjnego	Test teoretyczny
	opisuje i charakteryzuje anatomię ciała	Test teoretyczny
	definiuje wskazania i przeciwwskazania do przeprowadzenia masażu	Test teoretyczny
	opisuje zasady higieny pracy przy wykonywaniu zabiegu	Test teoretyczny
	rozdzieli techniki wykonywania masażu	Test teoretyczny
Wykonuje samodzielnie masaż relaksacyjny całego ciała	określa procedurę zabiegową i przygotowuje stanowisko pracy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje zasady i techniki wykonywania masażu relaksacyjnego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje różne techniki masażu relaksacyjnego, w tym ruchy głaskania, rozcierania i ugniatania.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	rozpoznaje napięcia w ciele klienta i redukować je przy pomocy odpowiednich technik masażu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Samodzielnie wykonuje masaż relaksacyjny całego ciała, dostosowując siłę nacisku i tempo ruchów do klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą dotyczącą procedur zabiegowych	przeprowadza wywiad z klientką, rozpoznaje jej potrzeby i wypełnia kartę zabiegową	Obserwacja w warunkach symulowanych
	ocenia swoje działania oraz przyjmuje odpowiedzialność za skutki wykonywanych zabiegów	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje zasady etyki zawodowej	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 wydane zostanie 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 ukończenia szkolenia 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?

Zaświadczenie o ukończeniu szkolenia potwierdzać będzie zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

Usługa "Masaż relaksacyjny całego ciała - szkolenie" przygotowuje do samodzielnego wykonywania zabiegów masażu relaksacyjnego całego ciała. Szkolenie realizowane jest na poziomie podstawowym. Brak wymagań co do poziomu wiedzy i umiejętności w zakresie masażu.

Każdy z uczestników na czas szkolenia otrzymuje do własnej dyspozycji: podczas części teoretycznej stanowisko biurowe z materiałami piśmienniczymi i edukacyjnymi. Podczas zajęć praktycznych: fotel/łóżko kosmetyczne z pomocnikiem kosmetycznym, oświetleniem i zestawem niezbędnych narzędzi i akcesoriów do wykonywania zabiegów z zakresu objętego szkoleniem, z ciągiem sterylizacyjnym wyposażonym zgodnie z zasadami BHP.

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych. Przerwy zostały wliczone w godziny usługi.

Część teoretyczna (2h dydaktyczne, 30min)

- Masaż relaksacyjny, a masaż klasyczny - różnice
- Zastosowanie masażu relaksacyjnego w obniżaniu stresu
- Wskazania i przeciwwskazania do masażu relaksacyjnego
- Poszczególne ruchy i techniki masażu relaksacyjnego pleców
- Poszczególne ruchy i techniki masażu relaksacyjnego całego ciała
- Produkty stosowane w masażu relaksacyjnym
- Zasady i metodyka masażu relaksacyjnego
- Nauka masażu olejami
- Nauka masażu olejami w oparciu o techniki masażu relaksacyjnego
- Nauka technik masażu relaksacyjnego

Część praktyczna (6h dydaktyczne)

- przygotowanie stanowiska do zabiegu
- pokaz zabiegu przez szkoleniowca - zabieg na modelce z omówieniem etapów zabiegu
- przygotowanie modelek do zabiegu przez kursantki
- wykonanie zabiegu na modelkach pod okiem szkoleniowca

Walidacja (30 min)

Walidacja przeprowadzana na zakończenie szkolenia - test teoretyczny.

Walidacja umiejętności praktycznych odbywa się w trakcie zajęć z zastosowaniem metody Obserwacja w warunkach symulowanych prowadzoną przez walidatora usługi, nie ingerując w część edukacyjną usługi rozwojowej. Proces ten pozwala na bieżącą ocenę kompetencji uczestników nabywanych podczas szkolenia. Ostateczne potwierdzenie zdobytych kompetencji następuje po części edukacyjnej, poprzez napisanie przez uczestnika testu wiedzy, w którym uwzględniane są wyniki zarówno obserwacji praktycznej, jak i testu teoretycznego. Czas trwania testu 20 minut pisany łącznie ze wszystkimi uczestnikami szkolenia + 10 minut dla każdego uczestnika na omówienie wyników pracy praktycznej podczas szkolenia, łączny czas przeprowadzanej walidacji to 30 min na każdego uczestnika. Walidacja wszystkich uczestników zakończy się do godziny 17:10 (licząc po 10 min na osobę na omówienie wyników obserwacji).

Podczas trwania szkolenia kursant wykonuje zabiegi na modelkach, ich ilość zależna jest od umiejętności i doświadczenia Uczestników szkolenia, a także tempa ich pracy. Minimalna ilość modelek do ćwiczeń zabiegowych: 2 na jednego kursanta

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 6

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 6 Część teoretyczna: Masaż relaksacyjny, zastosowanie, techniki, zasady, wskazania i przeciwwskazania	Lucyna Łazarewicz-Lorens	27-03-2025	09:00	11:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 6 Część praktyczna: wykonanie masażu relaksacyjnego na modelce przez trenera wraz z omówieniem etapów	Lucyna Łazarewicz-Lorens	27-03-2025	11:00	12:15	01:15
3 z 6 Część praktyczna: przygotowanie stanowiska, wykonanie masażu relaksacyjnego pod okiem trenera	Lucyna Łazarewicz-Lorens	27-03-2025	12:15	14:00	01:45
4 z 6 przerwa	Lucyna Łazarewicz-Lorens	27-03-2025	14:00	14:30	00:30
5 z 6 Część praktyczna: wykonanie masażu relaksacyjnego pod okiem trenera	Lucyna Łazarewicz-Lorens	27-03-2025	14:30	16:00	01:30
6 z 6 walidacja	-	27-03-2025	16:00	16:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	180,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	180,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Lucyna Łazarewicz-Lorens

Magister kosmetologii anti-aging oraz instruktor stylizacji rzęs i brwi.

Od 2014 roku związana na stałe z branżą beauty. Od 2015 roku prowadzi własną firmę. Założycielka marki własnej Famous Beauty - produktów do stylizacji rzęs i brwi, właścicielka Gabinetu Famous Beauty Place - gabinetu kosmetycznego w Olsztynie, właścicielka Famous Academy - akademii szkoleniowej z zakresu kosmetologii i medycyny estetycznej, stylizacji rzęs i brwi oraz kosmetologii. Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu stylizacji rzęs i brwi, masażu relaksacyjnym całego ciała oraz masażu twarzy i skóry głowy ze szczególnym uwzględnieniem masażu KOBIDO, liftingującego i ajurwedyjskiego. Dzięki wieloletniemu doświadczeniu zapewnia klientom usługi na najwyższym poziomie. Swoją wiedzę przekazuje w jasny i rzetelny sposób, a każdego kursanta traktuje indywidualnie. Cały czas podnosi własne kompetencje głównie w zakresie medycyny estetycznej.

Zdobywczyni nagród:

Laminacja rzęs - 1 miejsce w mistrzostwach Lash Games Championships 2020.

Henna pudrowa z geometrią - 3 miejsce kat. expert - Brow Master Championships 2021.

Lifting rzęs - 2 miejsce w mistrzostwach Lash Games Championships 2021.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały w postaci prezentacji i skryptu zostaną udostępnione uczestnikom 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 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 tych zwolnień (Dz.U. z 2018 r., poz. 701).

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Uczestnikom/-czkom projektu, kosztów dojazdu i zakwaterowania

Adres

ul. Jana Kasprowicza 4/23

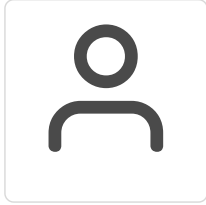
10-220 Olsztyn

woj. warmińsko-mazurskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Marta Skraba

E-mail szkolenia@it-ec.pl

Telefon (+48) 451 055 967