



Holistic Beauty
Katarzyna Tlałka-
Sochal



HOLISTYCZNY TERAPEUTA TWARZY I CIAŁA - Masaż TRANSBUKALNY, MIOPLASTYCZNY, KORUGI, POLIWAGALNY, TAPING ESTETYCZNY, BAŃKA PRÓŻNIOWA-FACE CUPPING

Numer usługi 2025/03/11/157489/2613867

📍 Zawada / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 100 h
📅 01.07.2025 do 30.07.2025

9 100,00 PLN brutto
9 100,00 PLN netto
91,00 PLN brutto/h
91,00 PLN netto/h

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	Profesjonalni Masażyści: Osoby już pracujące w branży masażu i wellness, które chcą poszerzyć swoje umiejętności i ofertę o specjalistyczne techniki masażu KOBIDO. Kosmetolodzy i Terapeuci Urody: Specjaliści zajmujący się pielęgnacją i terapiami urody, którzy pragną wzbogacić swoje kompetencje o techniki masażu twarzy oparte na starożytnej japońskiej wiedzy. Początkujący w Branży Wellness: Osoby, które dopiero rozpoczynają swoją karierę w dziedzinie masażu, kosmetologii lub terapii urody i szukają specjalistycznych umiejętności, które wyróżnią ich na rynku. Entuzjaści Zdrowego Stylu Życia i Pielęgnacji Naturalnej: Osoby zainteresowane holistycznymi metodami dbania o urodę i zdrowie, które chcą nauczyć się technik masażu twarzy i ciała dla własnych potrzeb lub z zamiarem podzielenia się nimi z innymi. Idealne szkolenia dla osób, które pragną nie tylko zdobyć nowe umiejętności, ale także pogłębić swoją wiedzę o holistycznych metodach dbania o ciało i umysł.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	4
Data zakończenia rekrutacji	29-06-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna

Liczba godzin usługi	100
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia „Holistyczny Terapeuta Twarzy i Ciała” jest przekazanie uczestnikom kompleksowej wiedzy i praktycznych umiejętności w zakresie manualnych terapii twarzy i ciała, które bazują na naturalnych metodach modelowania, odmładzania oraz poprawy funkcji mięśni i powięzi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Nabycie umiejętności w zakresie masażu twarzy i ciała	Obserwacja i egzamin końcowy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Cel biznesowy

Uczestnicy nauczą się jak efektywnie zarządzać własnym biznesem masażu, w tym aspekty marketingowe i prawne. Ostatecznym celem jest przygotowanie uczestników do samodzielnego prowadzenia działalności masażowej, która będzie przynosić zyski i zadowolenie zarówno im, jak i ich klientom.

Efekt usługi

Prawidłowe wykonanie masażu, egzamin końcowy

Metoda potwierdzenia osiągnięcia efektu usługi

Egzamin końcowy

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

MASAŻ TRANSBUKALNY

Wprowadzenie do Masażu Transbukalnego

Omówienie anatomii mięśni wewnętrznych twarzy i jamy ustnej

Wskazania i przeciwwskazania do masażu transbukalnego

Bezpieczeństwo i higiena pracy – zasady pracy wewnątrz jamy ustnej

Wpływ masażu na napięcia mięśniowe, asymetrię twarzy i funkcjonowanie stawu skroniowo-żuchwowego

Techniki Manualne i Praktyka

Techniki pracy manualnej wewnątrz jamy ustnej

Nauka masażu mięśni żwaczy, okolic ust i policzków

Praca z napięciem mięśniowym w obszarze skroni i czoła

Połączenie technik transbukalnych z elementami drenażu i liftingu

Zaawansowana Praktyka i Planowanie Terapii

Pełna sesja masażu transbukalnego na modelach

Łączenie masażu transbukalnego z innymi technikami odmładzającymi

Jak dostosować zabieg do różnych problemów klientów (asymetria, napięcia, bruksizm)

Egzamin praktyczny i podsumowanie

MASAŻ MIOPLASTYCZNY

Wprowadzenie do Mioplastycznego Masażu Twarzy

Omówienie anatomii mięśniowej twarzy i jej wpływu na starzenie się skóry

Rola napięć mięśniowych w powstawaniu zmarszczek i zmian w owalu twarzy

Znaczenie rozluźniania pleców w mioplastycznej terapii twarzy

Wskazania i przeciwwskazania do masażu

Techniki Manualne i Praca Praktyczna

Techniki głębokiego rozluźniania mięśni twarzy

Masaż pleców jako element przygotowujący do terapii twarzy

Praca na poszczególnych partiach twarzy: czoło, okolice oczu, policzki, owal twarzy

Techniki drenażu i poprawy mikrokrążenia

Praktyka i Zaawansowane Techniki

Pełna procedura masażu mioplastycznego na modelach

Połączenie technik masażu z terapią powięziową

Indywidualne dostosowanie terapii do problemów klienta

Sesja pytań i odpowiedzi, egzamin praktyczny

MASAŻ KORUGI

Wprowadzenie do terapii powięziowej i pracy na układzie kostnym

Czym są taśmy powięziowe i jak wpływają na estetykę twarzy?

Anatomia powięzi twarzy i jej znaczenie w procesie starzenia

Kluczowe techniki pracy z powięzią – na czym polega metoda Masażu Korugi?

Wskazania i przeciwwskazania

Techniki Manualne i Praca Praktyczna

Techniki pracy z taśmami powięziowymi twarzy i kośćmi

Redukcja napięć i poprawa owalu twarzy

Integracja masażu powięziowego z innymi metodami terapeutycznymi

Sesje praktyczne – nauka wykonywania masażu Korugi

Praktyka i Zaawansowane Techniki

Pełna procedura masażu Korugi na modelach

Indywidualizacja terapii dla różnych typów klientów

Jak łączyć techniki Korugi z innymi metodami manualnymi?

Sesja pytań i odpowiedzi, egzamin praktyczny

MASAŻ POLIWAGALNY

Wprowadzenie do Teorii Poliwagalnej

Podstawy funkcjonowania nerwu błędnego i jego wpływ na ciało

Równowaga między układem współczulnym i przywspółczulnym

Związek napięć mięśniowych ze stresem i zaburzeniami psychosomatycznymi

Techniki Oddechowe i Relaksacyjne

Ćwiczenia oddechowe wspierające regulację układu nerwowego

Praca z przeponą i jej wpływ na nerw błędny

Relaksacja poprzez świadomy oddech

Elementy Refleksoterapii Uszu i Stóp w Regulacji Układu Nerwowego

Mapa refleksologiczna uszu i jej znaczenie w stymulacji nerwu błędnego

Techniki ucisku i masażu punktów refleksyjnych w uchu

Mapa refleksologiczna stóp i jej wpływ na układ nerwowy

Praktyczne zastosowanie refleksoterapii w masażu poliwagalnym

Praktyka – Integracja Refleksoterapii i Technik Relaksacyjnych

Pełna sesja masażu refleksologicznego uszu i stóp

Połączenie pracy ze stopami i uszami w celu głębokiej harmonizacji organizmu

Dostosowanie technik do indywidualnych potrzeb klienta

Masaż Brzucha i Kompleksowa Sesja Poliwagalna

Znaczenie Masażu Brzucha w Regulacji Układu Nerwowego

Oś jelitowo-mózgowa i jej wpływ na emocje oraz napięcia w ciele

Powiązanie napięć w jamie brzusznej ze stresem i dysfunkcjami narządów

Praca z przeponą, spletem słonecznym i jelitami

Techniki Masażu Brzucha

Delikatne i głębokie techniki masażu wspierające trawienie i regulację emocji

Praktyka – Kompleksowa Sesja Masażu Poliwagalnego

Pełna procedura masażu poliwagalnego łącząca refleksoterapię, masaż brzucha i techniki relaksacyjne

Ćwiczenia praktyczne na modelach

Dostosowywanie technik do różnych problemów klientów

Sesja pytań i odpowiedzi, egzamin końcowy

Indywidualne wskazówki dotyczące doskonalenia technik

TAPING ESTETYCZNY

Wprowadzenie do Taping Estetycznego

Podstawy tapingu – historia, założenia i mechanizmy działania

Wpływ tapingu na skórę, mięśnie i układ limfatyczny

Wskazania i przeciwwskazania do stosowania tapingu twarzy

Anatomia Twarzy i Biomechanika Mięśniowa

Kluczowe mięśnie twarzy i ich funkcje

Związek napięć mięśniowych z procesem starzenia się skóry

Jak prawidłowo aplikować taśmy w celu modelowania owalu twarzy

Techniki Tapingowe i Praktyka

Taping liftingujący – poprawa napięcia skóry i uniesienie owalu twarzy

Taping przeciwzmarszczkowy – redukcja zmarszczek mimicznych (czoło, okolice oczu, usta)

Taping limfatyczny – redukcja obrzęków i poprawa mikrokrążenia

Taping rozluźniający – zmniejszenie napięcia w okolicy żuchwy i skroni

Nauka różnych technik aplikacji na modelach

Indywidualne dostosowanie tapingu do problematycznych obszarów twarzy

Sesja pytań i odpowiedzi

BAŃKA PRÓŻNIOWA - FACE CUPPING

Wprowadzenie do Face Cuppingu

Historia terapii bańką próżniową i jej zastosowanie w kosmetologii

Jak działa face cupping na skórę, mięśnie i układ limfatyczny?

Wskazania i przeciwwskazania do zabiegów z użyciem baniek

Dobór Baniek i Technika Pracy

Rodzaje baniek (szklane, silikonowe) i ich zastosowanie

Siła ssania – jak dostosować intensywność zabiegu do rodzaju skóry

Bezpieczna technika pracy – unikanie siniaków i uszkodzeń skóry

Techniki Masażu Bańką Próżniową

Drenaż limfatyczny – usuwanie toksyn i redukcja obrzęków

Masaż liftingujący – poprawa napięcia skóry i stymulacja produkcji kolagenu

Praca na różnych obszarach twarzy: czoło, policzki, okolice oczu i żuchwa

Praktyka na Modelach

Łączenie face cuppingu z innymi metodami terapeutycznymi

Analiza przypadków i indywidualne dopasowanie technik do potrzeb klienta

Egzamin Praktyczny i Certyfikacja

Indywidualne wskazówki do dalszego doskonalenia technik

Po ukończeniu wszystkich modułów uczestnicy zdobędą zaawansowaną wiedzę i umiejętności w zakresie manualnych technik terapii twarzy i ciała. Każdy kursant otrzyma certyfikat ukończenia oraz materiały edukacyjne wspierające dalszy rozwój w zawodzie terapeuty manualnego.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 10 Taping Estetyczny	Katarzyna Tłałka-Sochal	01-07-2025	09:00	19:00	10:00
2 z 10 Bańka Próżniowa -Face Cupping	Katarzyna Tłałka-Sochal	02-07-2025	09:00	19:00	10:00
3 z 10 Masaż Transbukalny	Katarzyna Tłałka-Sochal	03-07-2025	09:00	19:00	10:00
4 z 10 Masaż Transbukalny	Katarzyna Tłałka-Sochal	04-07-2025	09:00	19:00	10:00
5 z 10 Masaż Poliwagalny	Katarzyna Tłałka-Sochal	09-07-2025	09:00	19:00	10:00
6 z 10 Masaż Poliwagalny	Katarzyna Tłałka-Sochal	10-07-2025	09:00	19:00	10:00
7 z 10 Masaż Mioplastyczny	Katarzyna Tłałka-Sochal	15-07-2025	09:00	19:00	10:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 10 Masaż Mioplastyczny	Katarzyna Tłałka-Sochal	16-07-2025	09:00	19:00	10:00
9 z 10 Masaż Korugi	Katarzyna Tłałka-Sochal	23-07-2025	09:00	19:00	10:00
10 z 10 Masaż Korugi	Katarzyna Tłałka-Sochal	24-07-2025	09:00	19:00	10:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	9 100,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	9 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	91,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	91,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Katarzyna Tłałka-Sochal

Właścicielka Gabinetu Holistic Beauty i Recovery Box • Dyplomowana kosmetyczka, Terapeutka twarzy • Absolwentka Wyższej Szkoły Zawodowej w Przemyślu; kierunek- Kosmetologia Lecznicza • Certyfikowany trener VCC - Standard Training Sessions In Beautician • Certyfikowana Terapeutka Sculptural Face Lifting Method by Yakov Gershkovich • Trener liftingującego masażu twarzy KOBIDO (Kobido Japan dr Shogo Mochizuki), Masażu Transbukalnego oraz Rozluźniania Mięśniowo-Powięziowego MyoFacial – Masaż Mioplastyczny • Trener i specjalistka w zakresie pracy z Nerwem Błędnym w Masażu Poliwagalnym • Trener technologii TECAR • Zwolenniczka naturalnych metod odmładzania, swoją pracę opiera na terapiach skojarzonych – łączeniu technik manualnych z innowacyjnymi technologiami, np. TECAR • Zwolenniczka nauki poprzez praktykę zgodnie z filozofią Davida Kolba mówiącą o tym, że „Człowiek uczy się głównie przez doświadczenie” • Pasjonatka holistycznego podejścia do dbania o twarz i ciało • Interesuje się rozwojem osobistym, medytacją, uwielbia kontakt z ludźmi, podróże i aktywny wypoczynek

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uzyskasz dostęp do materiałów edukacyjnych, w tym filmów instruktażowych i skryptów, które umożliwią Ci dalszą naukę i doskonalenie nabytych umiejętności w dogodnym dla Ciebie czasie. Po zakończeniu kursu zapewniamy także ciągłe wsparcie ze strony naszych trenerów.

Informacje dodatkowe

Zapewniamy kawę, herbatę, napoje, przekąski oraz obiad jednodaniowy.

Adres

ul. Jesionowa 59

Zawada

woj. opolskie

Lokal znajduje się na parterze.

Dogodny Dojazd: Lokal jest łatwo dostępny zarówno komunikacją miejską, jak i samochodem, z możliwością parkowania. W pobliżu znajduje się duży bezpłatny parking, baza noclegowa.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



Katarzyna Tłałka-Sochal

E-mail ktsochal@gmail.com

Telefon (+48) 886 269 681