



Centrum
Kształcenia Kadry
Sportowych
Bartłomiej Cienciąła



Nowoczesne formy masażu w ujęciu praktycznym wykorzystywane w pracy w gabinetach, salonach kosmetycznych, hotelach, gabinetach SPA i działalności prywatnej.

Numer usługi 2025/03/17/28768/2628291

📍 Wilczyn / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 41 h

📅 24.03.2025 do 03.04.2025

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

121,95 PLN brutto/h

121,95 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Na szkolenie zapraszamy osoby, które chcą zacząć pracę jako masażyści i nauczyć się technik masażu. Zapraszamy także tych, którzy wszystkich, którzy chcą usystematyzować i uzupełnić swoją wiedzę oraz udoskonalić swój warsztat pracy wprowadzając nowe usługi do swojego cennika.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	16
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	41
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje uczestnika do wykonywania różnych form masażu. Nabyta wiedza umożliwi wprowadzenie nowej usługi w gabinetach, salonach kosmetycznych, hotelach, gabinetach SPA i działalności prywatnej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się podstawowymi pojęciami z anatomii, fizjologii i biomechaniki ruchu	Opisuje budowę anatomiczną człowieka	Test teoretyczny
	Wyjaśnia zasadę tensegracji i antagonistycznego hamowania	Test teoretyczny
	Omawia skutki i efekty zmiany środka ciężkości	Test teoretyczny
Wymienia jakie są rodzaje masażu	Opisuje masaż klasyczny profilaktyczny częściowy i całościowy	Test teoretyczny
	Omawia różnice między masażem tensegracyjnym a głębokim	Test teoretyczny
	Opisuje różne formy i schematy masażu relaksacyjnego	Test teoretyczny
	Opisuje masaż sportowy, limfatyczny, kontralateralny, segmentarny	Test teoretyczny
Stosuje odpowiednie bodźce, indywidualnie dostosowuje siłę nacisku zagłębiając się w odpowiednie tkanki	Samodzielnie wykonuje badanie powięzi	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Prawidłowo wyczuwa struktury takie jak: skóra, powięź, mięsień, kości	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykonuje samodzielnie każdą z uczonych się technik masażu	Płynnie wykonuje ruchy głaskania, rozcierania, ugniatania, oklepywania, oscylacji, wstrząsania	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Pokazuje ćwiczenia indywidualne i grupowe oraz narzędzia podtrzymujące efekt rozluźnienia uzyskany masażem	Samodzielnie prowadzi trening relaksacyjny	Test teoretyczny
	Pokazuje i prowadzi ćwiczenia stretchingowe	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Stosuje zasady współpracy i komunikowania się z innymi	Opisuje zagadnienia w sposób zrozumiały dla odbiorcy	Test teoretyczny
Stosuje zasady etyczne obowiązujące w pracy z drugim człowiekiem	Postępuje zgodnie z zasadą tajemnicy zawodowej	Test teoretyczny
	Zachowuje się empatycznie w stosunku do osoby masowanej	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

Tak, 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?

Tak, 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?

Tak, dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

Program kursu obejmuje 41 godzin dydaktycznych.

Godzina dydaktyczna = 45 minut.

- Wskazania i przeciwwskazania do masażu
- Teoria - formy masażu relaksacyjnego
- Jak dobrać odpowiednią formę masażu w wybranych jednostkach chorobowych.
- Podstawowe techniki masażu relaksacyjnego
- Masaż relaksacyjny całościowy i częściowy w praktyce.
- Masaż profilaktyczny. Teoria i praktyka.
- Fenomen techniki głaskania
- elementy masażu w SPA
- podstawowe zagadnienia teoretyczne dotyczące różnych form masażu
- kiedy i jaką formę masażu należy stosować w wybranych jednostkach chorobowych
- podstawy anatomii człowieka (jak skutecznie i szybko uczyć się anatomii)
- anatomia funkcjonalna
- masaż klasyczny w praktyce (całościowy i częściowy)
- masaż sportowy (w jakim okresie treningowym, jaki rodzaj masażu)
- masaż relaksacyjny (podstawowe techniki)
- terapia głaskaniem praktyka
- masaż izometryczny (odbudowa mięśniowa)
- masaż kontralateralny
- masaż segmentarny
- drenaż limfatyczny (prawidłowe rozumienie układu limfatycznego)
- wprowadzenie do masażu głębokiego (czyli jak świadomie leczyć masażem)

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 37

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 37 Wskazania i przeciwwskazania do masażu	Bartłomiej Cienciąła	24-03-2025	15:00	16:30	01:30
2 z 37 Teoria - formy masażu relaksacyjnego	Bartłomiej Cienciąła	24-03-2025	16:30	18:00	01:30
3 z 37 przerwa	Bartłomiej Cienciąła	24-03-2025	18:00	18:15	00:15
4 z 37 Jak dobrać odpowiednią formę masażu w wybranych jednostkach chorobowych. Podstawowe techniki masażu relaksacyjnego	Bartłomiej Cienciąła	24-03-2025	18:15	19:00	00:45
5 z 37 podstawy anatomii człowieka (jak skutecznie i szybko uczyć się anatomii)	Bartłomiej Cienciąła	24-03-2025	19:00	19:45	00:45
6 z 37 przerwa	Bartłomiej Cienciąła	24-03-2025	19:45	20:00	00:15
7 z 37 anatomia funkcjonalna	Bartłomiej Cienciąła	24-03-2025	20:00	20:45	00:45
8 z 37 Masaż relaksacyjny całościowy i częściowy w praktyce.	Bartłomiej Cienciąła	28-03-2025	15:00	17:15	02:15
9 z 37 przerwa kawowa	Bartłomiej Cienciąła	28-03-2025	17:15	17:30	00:15
10 z 37 Masaż profilaktyczny. Teoria i praktyka.	Bartłomiej Cienciąła	28-03-2025	17:30	19:45	02:15
11 z 37 przerwa	Bartłomiej Cienciąła	28-03-2025	19:45	20:00	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 37 masaż sportowy (w jakim okresie treningowym, jaki rodzaj masażu)	Bartłomiej Cienciąła	28-03-2025	20:00	20:45	00:45
13 z 37 Test cząstkowy	-	31-03-2025	14:45	15:00	00:15
14 z 37 Fenomen techniki głaskania	Bartłomiej Cienciąła	31-03-2025	15:00	15:45	00:45
15 z 37 elementy masażu w SPA	Bartłomiej Cienciąła	31-03-2025	15:45	17:15	01:30
16 z 37 przerwa	Bartłomiej Cienciąła	31-03-2025	17:15	17:30	00:15
17 z 37 podstawowe zagadnienia teoretyczne dotyczące różnych form masażu	Bartłomiej Cienciąła	31-03-2025	17:30	18:15	00:45
18 z 37 kiedy i jaką formę masażu należy stosować w wybranych jednostkach chorobowych	Bartłomiej Cienciąła	31-03-2025	18:15	19:00	00:45
19 z 37 przerwa	Bartłomiej Cienciąła	31-03-2025	19:00	19:15	00:15
20 z 37 doskonalenie poznanych technik	Bartłomiej Cienciąła	31-03-2025	19:15	20:00	00:45
21 z 37 masaż relaksacyjny (podstawowe techniki)	Bartłomiej Cienciąła	01-04-2025	15:00	17:15	02:15
22 z 37 przerwa	Bartłomiej Cienciąła	01-04-2025	17:15	17:45	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
23 z 37 masaż klasyczny w praktyce (całościowy i częściowy)	Bartłomiej Cienciąła	01-04-2025	17:45	20:45	03:00
24 z 37 Test cząstkowy	-	02-04-2025	14:30	14:45	00:15
25 z 37 terapia głaskaniem praktyka	Bartłomiej Cienciąła	02-04-2025	14:45	15:30	00:45
26 z 37 przerwa	Bartłomiej Cienciąła	02-04-2025	15:30	15:45	00:15
27 z 37 masaż izometryczny (odbudowa mięśniowa)	Bartłomiej Cienciąła	02-04-2025	15:45	17:15	01:30
28 z 37 przerwa	Bartłomiej Cienciąła	02-04-2025	17:15	17:30	00:15
29 z 37 masaż izometryczny (odbudowa mięśniowa)	Bartłomiej Cienciąła	02-04-2025	17:30	18:15	00:45
30 z 37 masaż kontralateralny	Bartłomiej Cienciąła	02-04-2025	18:15	19:00	00:45
31 z 37 przerwa	Bartłomiej Cienciąła	02-04-2025	19:00	19:15	00:15
32 z 37 masaż segmentarny	Bartłomiej Cienciąła	02-04-2025	19:15	20:45	01:30
33 z 37 drenaż limfatyczny (prawidłowe rozumienie układu limfatycznego)	Bartłomiej Cienciąła	03-04-2025	15:00	16:30	01:30
34 z 37 przerwa	Bartłomiej Cienciąła	03-04-2025	16:30	16:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
35 z 37 wprowadzenie do masażu głębokiego (czyli jak świadomie leczyć masażem)	Bartłomiej Cienciąła	03-04-2025	16:45	19:00	02:15
36 z 37 przerwa	Bartłomiej Cienciąła	03-04-2025	19:00	19:15	00:15
37 z 37 Walidacja	-	03-04-2025	19:15	20:15	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	121,95 PLN
Koszt osobogodziny netto	121,95 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Bartłomiej Cienciąła

Dyrektor CKKS - Centrum Kształcenia Kadr Sportowych.

Wykładowca akademicki.

Instruktor na kursach masażu głębokiego, tapingu, kursach instruktorskich i psychologiczno sprzedażowych.

Studia magisterskie w AWF w Białej Podlaskiej - kierunek: Wychowanie Fizyczne

Studia magisterskie w WSZiA w Zamościu - kierunek: Fizjoterapia

Studia podyplomowe:

- "Zarządzanie badaniami naukowymi i projektami rozwojowymi"

- "Andragogika"

- Zarządzanie Oświatą"

- Manualne Badanie i Leczenie Zaburzeń Czynności Narządu Ruchu wg koncepcji Praskiej Szkoły

- Medycyny Manualnej (egzamin u prof Karela Lewita) 2007-2009;
- Diagnostyka obrazowa narządu ruchu (dr Piotr Godek);
 - Specjalizacja instruktorska z odnowy biologicznej. AWF BP 2007
 - Taping Rehabilitacyjny (T. Tittinger, R. Słoniak) 2010;
 - Dynamic Tape (Jurn Depecker) 2015;
 - Techniki rozciągania i autorozciągania mięśni (dr Piotr Kwiatkowski) 2010;
 - Masaż medyczny (dr Sawicki) 2008;
 - Masaż tkanek głębokich 2012; 2022;
 - Ocena i terapia bólu kręgosłupa;
 - Podstawy masażu leczniczego;
 - Postępowanie fizjoterapeutyczne w geriatrici;
 - Masaż w SPA 2023;
 - M I i II stopnia 2021;

* Kursy trenerskie, instruktorskie i inne:

- Trener II klasy piłki siatkowej;
- Trener Personalny
- Medyczny Trener Personalny
- Instruktor piłki siatkowej;
- Instruktor narciarstwa;
- Instruktor koszykówki;
- Instruktor unihokeja;
- Kurs języka migowego KSS1 i KSS2;

Akademia Lidera

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

materiały opracowane przez prowadzącego

Warunki uczestnictwa

ukończone 18 lat oraz brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania masażu

Informacje dodatkowe

Po zakończeniu szkolenia uczestnicy otrzymują Zaświadczenie i dyplom z hologramem na oryginalnym druku Centrum Kształcenia Kadr Sportowych.

Skrypty, notatniki.

Adres

Wilczyn 29d
21-500 Wilczyn
woj. lubelskie

Sala szkoleniowa

Kontakt



Bartłomiej Cienciąła

E-mail dyrektor@ckks.pl

Telefon (+48) 793 244 744