



ASKCREATE.COM
ALEKSANDRA
SKOWRONEK



Kobido w praktyce – mistrzowski kurs masażu liftingującego twarz

Numer usługi 2025/04/07/154524/2675437

📍 Bielsko-Biała / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 09.06.2025 do 10.06.2025

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

250,00 PLN brutto/h

250,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych
Grupa docelowa usługi	Szkolenie kierowane jest do osób, które chcą rozwinąć swoje umiejętności w zakresie naturalnych i holistycznych metod odmładzania oraz pracy z twarzą, a także wzbogacić swoją ofertę terapeutyczną lub kosmetyczną o wyjątkowy rytuał masażu Kobido. Uczestnikami szkolenia mogą być m.in: Kosmetolodzy i kosmetyczki, którzy chcą poszerzyć zakres oferowanych zabiegów o naturalne metody liftingu twarzy; Masażyści i fizjoterapeuci, pragnący wprowadzić do swojej praktyki elementy masażu twarzy o działaniu terapeutycznym i estetycznym; Terapeuci holistyczni i wellness, oferujący zabiegi łączące pracę z ciałem, relaksacją i energią; Pasjonaci naturalnych metod odmładzania i pracy z ciałem, którzy chcą nauczyć się wykonywać masaż Kobido w sposób profesjonalny; wszystkie osoby, które chcą poznać techniki masażu Kobido. Szkolenie nie wymaga wcześniejszego doświadczenia w masażu twarzy, choć mile widziana jest znajomość podstaw anatomii oraz praktyka w pracy manualnej.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	6
Data zakończenia rekrutacji	06-06-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	20

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnego i świadomego wykonywania masażu Kobido zgodnie z tradycyjną japońską techniką, z uwzględnieniem aspektów anatomicznych, terapeutycznych oraz estetycznych. Szkolenie umożliwi uczestnikom zdobycie wiedzy i praktycznych umiejętności w zakresie pracy manualnej na twarzy, szyi i dekolcie, a także zastosowania masażu jako naturalnej metody liftingu, relaksacji i wspierania procesów regeneracyjnych skóry.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje anatomię i budowę skóry w kontekście masażu	Rozróżnia poszczególne kości i mięśnie. Opisuje funkcje i działanie układu limfatycznego. Charakteryzuje pojęcie drenażu limfatycznego i masażu tkanek głębokich.	Test teoretyczny
	Identyfikuje obszary anatomiczne istotne w kontekście masażu. Stosuje wiedzę o układzie limfatycznym do planowania technik masażu.	Test teoretyczny
	Definiuje pojęcie masażu japońskiego i wyjaśnia jego filozofię. Wyróżnia rodzaje i właściwości masażu Kobido. Opisuje schemat masażu, wskazując na jego poszczególne etapy.	Test teoretyczny
Uczestnik charakteryzuje zaawansowane techniki masażu Kobido	Rozróżnia techniki i ich zastosowanie w praktyce masażu Kobido. Precyzyjnie wykonuje zaawansowane techniki w zgodzie z ich przeznaczeniem.	Analiza dowodów i deklaracji
	Charakteryzuje wybrane techniki zaawansowane (np. liftingujące, drenujące, tonizujące) z uwzględnieniem ich działania, celów terapeutycznych oraz sposobu wykonania	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik przygotowuje stanowisko pracy do zabiegu	Wyjaśnia zasady przygotowania stanowiska do masażu. Charakteryzuje narzędzia i preparaty niezbędne do masażu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Organizuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami higieny i ekologii. Dobiera odpowiednie preparaty.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik stosuje odpowiednią metodykę przeprowadzania wywiadu z klientem	Wyjaśnia wskazania i przeciwwskazania do masażu w konkretnych przypadkach. Opisuje możliwe reakcje organizmu na masaż. Wyjaśnia klientowi zalecenia pozabiegowe oraz zasady wypełniania świadomej zgody	Analiza dowodów i deklaracji
	Prowadzi wywiad, identyfikując indywidualne potrzeby i oczekiwania klienta. Informuje klienta o efektach i możliwych reakcjach na zabieg.	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik charakteryzuje prawny zakres odpowiedzialności za wykonywanie zabiegów kosmetologicznych	Wyróżnia podstawy prawne oraz wymagane kwalifikacje do wykonywania masażu Kobido. Charakteryzuje wymagania sanitarne dotyczące zabiegów masażu.	Test teoretyczny
	Stosuje się do obowiązujących przepisów w zakresie wykonywania masażu. Przestrzega zasad higieny i bezpieczeństwa.	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik prawidłowo planuje zabieg	Opisuje spodziewane efekty zabiegu. Rozumie znaczenie doboru technik w zależności od potrzeb klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Ustala z klientem zakres i cel zabiegu. Diagnozuje rodzaj technik masażu i dobiera je do indywidualnych potrzeb klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wyjaśnia zasady demakijażu i oczyszczania skóry przed zabiegiem. Rozróżnia preparaty higieniczne i dezynfekcyjne.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik prawidłowo przygotowuje klienta do zabiegu	Wykonuje demakijaż, oczyszczenie i dezynfekcję obszaru zabiegowego. Zapewnia odpowiednie warunki higieniczne klientowi.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Opisuje techniki masażu i ich wpływ na organizm.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik przeprowadza zabieg masażu	Dobiera techniki masażu do zamierzonych efektów. Wykonuje masaż z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa i higieny. Ocenia jakość przeprowadzonego zabiegu. • Wykorzystuje posiadaną wiedzę w praktyce z odpowiedzialnością za swoje działania.	Obserwacja w warunkach symulowanych
W zakresie kompetencji społecznych: Empatia i asertywność w relacjach z klientem	Charakteryzuje empatię i asertywność w kontekście pracy z klientem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Buduje relację opartą na zrozumieniu potrzeb klienta. Komunikuje się z klientem, uwzględniając jego oczekiwania.	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?

Tak, dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji (certyfikat ukończenia szkolenia) 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 (certyfikat 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?

Tak, dokument (certyfikat ukończenia szkolenia) potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

Usługa realizowana będzie w godzinach dydaktycznych. Przerwy nie są wliczone są w czas trwania usługi. Szkolenie składa się z części teoretycznej i części praktycznej, które opisane są w harmonogramie szkolenia jako część warsztatowa.

Organizator szkolenia zapewnia kompleksowo wyposażoną salę szkoleniową, która umożliwia przeprowadzenie szkolenia tj.:

-materiały i akcesoria potrzebne do pracy, wraz z materiałami jednorazowego użytku oraz preparatami niezbędnymi do wykonania zabiegu.

-w pełni wyposażone stanowisko pracy wraz z niezbędnymi urządzeniami w zależności o tematyki szkolenia (np. łóżko kosmetyczne, taboret kosmetyczny, lampa kosmetyczna, stolik kosmetyczny na kółkach).

Szkolenie przeprowadzane są w grupach maksymalnie 6 osobowych, każdy uczestnik ma zapewnione własne stanowisko pracy w trakcie trwania szkolenia. Podczas trwania szkolenia Uczestnik wykonuje zabiegi na modelkach/modelce, ich ilość zależna jest od umiejętności i doświadczenia Uczestników, a także tempa ich pracy. Minimalna ilość modelek do ćwiczeń zabiegowych :1.

Usługodawca odpowiada na miejscu za zorganizowanie modelek, trener decyduje o pracy praktycznej. Dostawca usługi zapewnia kursantom materiały dydaktyczne w formie skryptu. Harmonogram szkolenia może ulegać nieznacznemu przesunięciu czasowemu ze względu na czas wykonywanych zabiegów i umiejętności uczestników.

Dzień 1: Wprowadzenie i praktyka podstaw zaawansowanych technik

09:00 – 09:30

Powitanie uczestników, wprowadzenie do szkolenia, cele i zasady pracy

09:30 – 11:00

Teoria: Anatomia twarzy i układ limfatyczny w kontekście masażu Kobido

- Budowa skóry i mięśni twarzy
- Funkcja układu limfatycznego
- Przeciwwskazania do masażu

11:00 – 11:15

Przerwa kawowa

11:15 – 13:00

Praktyka: Przygotowanie do zabiegu i demonstracja techniki Kobido

- Organizacja stanowiska pracy
- Wywiad z klientem i analiza potrzeb
- Pokaz pełnego rytuału masażu Kobido

13:00 – 13:30

Przerwa obiadowa

13:30 – 17:15

Praktyka: Nauka rytmu, pracy dłoni i sekwencji ruchów

- Praca nad symetrią i płynnością ruchu
- Technika liftingu i masażu głębokiego
- Ćwiczenia w parach z korektą trenerską

Dzień 2: Integracja technik i samodzielna praca

09:00 – 11:00

Teoria: Filozofia masażu Kobido i zaawansowane techniki manualne

- Historia i założenia Kobido
- Różne style i podejścia
- Dobór technik do potrzeb klienta

11:00 – 11:15

Przerwa kawowa

11:15 – 13:00

Praktyka: Elementy drenażu limfatycznego i akupresury w masażu Kobido

- Etapowy masaż głęboki
- Integracja z relaksacyjnym masażem twarzy

13:00 – 13:30

Przerwa obiadowa

13:30 – 16:00

Praktyka: Samodzielne wykonanie pełnego zabiegu na modelce

- Utrwalenie rytuału
- Technika pracy z klientem
- Ocena jakości wykonania przez trenera

16:00 – 17:15

Walidacja, Podsumowanie szkolenia i wręczenie certyfikatów

- Sesja pytań i odpowiedzi
- Omówienie najczęstszych błędów i indywidualne wskazówki

Szkolenie będzie trwało 2 dni i będzie miało formę głównie warsztatową. Zarówno pierwszy jak i drugi dzień trwać będzie 10 godzin dydaktycznych. Na każdy dzień szkoleniowy przypada 15 min przerwy kawowej i 30 min przerwy obiadowej, która zaplanowana jest na ok. godzinę 13.30 (zaplanowany czas przerwy obiadowej może się różnić w zależności od wymagań grupy i procesu wykonywania programu szkolenia). Przerwy nie wliczone są w czas szkolenia.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Część 1 (Teoria): przygotowanie gabinetu higiena, BHP i świadomość ekologiczna	Nizar Mliki	09-06-2025	09:00	11:15	02:15
2 z 12 Przerwa	Nizar Mliki	09-06-2025	11:15	11:30	00:15
3 z 12 Część 2 (Praktyka): Przygotowanie do zabiegu i pokaz zaawansowanej techniki masażu	Nizar Mliki	09-06-2025	11:30	13:00	01:30
4 z 12 przerwa obiadowa	Nizar Mliki	09-06-2025	13:00	13:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 12 Część 3 (Praktyka): Ćwiczenie zaawansowanych ruchów i sekwencji masażu	Nizar Mliki	09-06-2025	13:30	17:15	03:45
6 z 12 Część 4 (Teoria): Anatomia twarzy, fizjologia skóry i filozofia masażu Kobido	Nizar Mliki	10-06-2025	09:00	11:15	02:15
7 z 12 Przerwa	Nizar Mliki	10-06-2025	11:15	11:30	00:15
8 z 12 Część 5 (Praktyka): Zaawansowane techniki masażu i elementy dodatkowe	Nizar Mliki	10-06-2025	11:30	13:00	01:30
9 z 12 Przerwa obiadowa	Nizar Mliki	10-06-2025	13:00	13:30	00:30
10 z 12 Część 6 (Praktyka): Samodzielna praca i tworzenie ekologicznej dokumentacji zabiegu	Nizar Mliki	10-06-2025	13:30	16:30	03:00
11 z 12 Walidacja szkolenia	-	10-06-2025	16:30	17:00	00:30
12 z 12 Zakończenie szkolenia, rozdanie Certyfikatów	Nizar Mliki	10-06-2025	17:00	17:15	00:15

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	250,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	250,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Nizar Mliki

Nizar Mliki to doświadczony specjalista w dziedzinie masażu orientalnych i zabiegów terapeutyczno-estetycznych na ciało i twarz. Urodzony i wykształcony w Tunezji, zdobywał wiedzę i umiejętności pracując w jednym z największych ośrodków talasoterapii, gdzie doskonalił swój warsztat pod okiem francuskich wykładowców.

Ukończył liczne szkolenia i staże zawodowe we Francji (m.in. w prestiżowej Akademii Mikki School w Paryżu oraz Centrum Szkoleniowym Temana w Nicei), a także w Niemczech, w ramach specjalistycznego programu MISP. Jego kariera zawodowa rozwijała się dynamicznie – od pracy masażysty, przez stanowisko koordynatora masażu, aż po rolę instruktora masażu orientalnych, którym został dzięki wieloletniemu doświadczeniu i pasji do pracy z ciałem.

W Polsce mieszka od 2009 roku i od tego czasu z powodzeniem prowadzi szkolenia z masażu w wielu miastach, współpracując z akademiami masażu oraz centrami SPA i wellness. Specjalizuje się w szkoleniach z zakresu:

masażu tajskiego, balijskiego i ajurwedyjskiego,
masażu hawajskiego Lomi Lomi oraz Shiatsu,
japońskiego masażu liftingującego Kobido,
autorskiej techniki modelowania twarzy Sculpt Face Lifting,
Gua Sha – chińskiego liftingu twarzy,
kinesiotapingu estetycznego twarzy,
masażu gorącymi kamieniami oraz refleksoterapii.

Jego autorskie podejście łączy orientalne tradycje z nowoczesną wiedzą o ciele, dzięki czemu jego szkolenia są głęboko transformujące.

W przeciągu ostatnich pięciu lat zrealizował ok. 3000 godzin szkoleniowych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik szkolenia otrzyma:

1. Skrypty szkoleniowe z pełnym zakresem wiedzy teoretycznej i praktycznej przekazywane elektronicznie po zakończonym szkoleniu
2. Materiały i sprzęt potrzebny do wykonania zabiegu, w tym wszystkie niezbędne produkty i narzędzia.

Zapewniamy modelkę/modelki do zabiegów.

Informacja dotycząca realizacji usługi zgodnie z wytycznymi: Usługa rozwojowa zostanie realizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć usługi rozwojowej.

Karta niniejszej usługi rozwojowej została przygotowana zgodnie z obowiązującym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych Informacja o zwolnieniu z VAT: Dz. U. poz. 1722 §3, ust. 1, pkt 14 z dnia 20 grudnia 2013 roku.

Usługa zostanie zrealizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministra Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

Zapisując się na usługę wyrażasz zgodę na rejestrowanie/nagrywanie swojego wizerunku na potrzeby monitoringu, kontroli oraz w celu utrwalenia

Przed zapisem na szkolenie proszę o kontakt na adres mailowy: info@aleksandraskowronek.pl lub pod nr telefonu 517 555 871.

Informacje dodatkowe

Szkolenie zostanie przeprowadzone zgodnie z obecnie obowiązującymi przepisami prawa oraz zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

Karta niniejszej usługi rozwojowej została przygotowana zgodnie z obowiązującym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych.

Usługa zwolniona jest ze stawki VAT na podstawie par. 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013r. w sprawie zwolnień od podatków i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień, w przypadku gdy udział w usłudze jest finansowany co najmniej w 70% ze środków publicznych.

Adres

ul. Zajęcza 6/4
43-300 Bielsko-Biała
woj. śląskie

Gabinet masażu w Gabinecie Odnowy Biologicznej

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Aleksandra Skowronek

E-mail info@aleksandraskowronek.pl

Telefon (+48) 517 555 871