



PHU DOMAR
DOMINIKA
GRZESIEWICZ

Brak ocen dla tego dostawcy

Guasha oraz Kinesiotaping – praktyczne szkolenie z technik estetycznych i terapeutycznych

Numer usługi 2025/05/09/176078/2735820

📍 Zabrze / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 12 h
📅 05.07.2025 do 05.07.2025

2 500,00 PLN brutto
2 500,00 PLN netto
208,33 PLN brutto/h
208,33 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	Szkolenie skierowane jest do osób pracujących lub planujących pracę w zawodach związanych z terapią manualną, masażem, fizjoterapią, kosmetologią, wellness oraz osób zainteresowanych rozwojem umiejętności w tych obszarach, także bez doświadczenia zawodowego. Uczestnikami mogą być fizjoterapeuci, masażyści, kosmetolodzy, rehabilitanci, trenerzy personalni, instruktorzy fitness, pracownicy spa i wellness, a także osoby początkujące, które chcą zdobyć nowe kwalifikacje. Szkolenie nie wymaga wcześniejszego doświadczenia, jednak podstawowa wiedza z anatomii i fizjologii człowieka będzie przydatna. Uczestnicy poznają techniki od podstaw, z możliwością praktycznego zastosowania.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	4
Data zakończenia rekrutacji	04-07-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	12
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do samodzielnego i profesjonalnego wykonywania masażu Gua Sha oraz aplikacji kinesiotapingu estetycznego. Uczestnicy zdobędą wiedzę o wskazaniach i przeciwwskazaniach, nauczą się prawidłowej techniki oraz łączenia obu metod w kompleksowej terapii estetycznej i manualnej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Omawia historię i efekty masażu Gua Sha	Przedstawia genezę masażu Gua Sha i opisuje efekty zabiegu	Wywiad swobodny
Rozpoznaje przeciwwskazania do masażu Gua Sha i tapingu estetycznego	Wskazuje i uzasadnia przeciwwskazania do wykonania masażu i tapingu	Wywiad swobodny
Wyjaśnia zasady działania taśm kinesio i dobiera odpowiedni rodzaj taśmy	Omawia zastosowanie różnych rodzajów taśm oraz dobiera właściwy materiał do potrzeb klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje techniki masażu Gua Sha na wybranych obszarach ciała	Prawidłowo wykonuje masaż barków, twarzy, szyi i głowy zgodnie z instrukcją	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje aplikacje kinesiotapingu estetycznego na twarzy i dekolcie	Prawidłowo zakłada taśmy na określone obszary (twarz, dekol, okolice karku)	Obserwacja w warunkach symulowanych
Łączy techniki masażu Gua Sha z kinesiotapingiem w kompletnej procedurze zabiegowej	Poprawnie prezentuje przebieg kompletnego zabiegu łączącego obie techniki	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 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 szkolenia: Masaż kamieniem Gua Sha + Kinesiotaping estetyczny

Czas trwania: 1 dzień (9.00 – 18:00)

Prowadząca: Yelena Sobolevskaya

Moduł 1: Wprowadzenie do masażu Gua Sha – część teoretyczna

- Zapoznanie się z metodą pracy kamieniem Gua Sha
- Historia masażu
- Efekty zabiegu
- Grupa docelowa – dla kogo jest przeznaczony ten masaż
- Przeciwwskazania – bezpieczeństwo i odpowiedzialna praktyka

Moduł 2: Komunikacja z klientem i podstawy marketingu

- Jak przeprowadzić profesjonalną rozmowę wstępną z klientem
- Jak opowiadać o korzyściach zabiegu, aby budować zaufanie
- Wskazówki marketingowe – jak promować masaż Gua Sha + taping w gabinecie

Moduł 3: Kinesiotaping estetyczny – teoria

- Działanie taśm kinesio na poziomie tkanek i układu limfatycznego
- Przeciwwskazania – kiedy nie stosować tapingu
- Efekty zastosowania tapingu estetycznego
- Rodzaje taśm – jak dobrać odpowiedni materiał
- Przygotowanie skóry, techniki aplikacji, zasady napięcia i klejenia

Moduł 4: Praktyka masażu kamieniem Gua Sha

1. Masaż barków i okolicy tzw. wdowiego garbu – opracowanie napięć
2. Masaż limfatyczny – delikatna praca na twarzy, szyi i węzłach chłonnych
3. Masaż czepca ścięgnistego – uwolnienie napięć głowy, rozluźnienie tkanek
4. Masaż liftingujący – techniki unoszące, wygładzające i modelujące rysy twarzy

Moduł 5: Praktyka kinesiotapingu estetycznego – aplikacje

- Taping liftingujący twarzy – redukcja zmarszczek na czole oraz łwiej zmarszczki, poprawa owalu, niwelowanie bruzd nosowo-wargowych, rozluźnienie żwaczy (bruksizm)
- Aplikacje na dekolt – estetyka, wygładzenie i ujędrnienie tkanek dekoltu
- Aplikacje na okolice wdowiego garbu – zmniejszenie napięcia karku i drenaż zastoju w tkankach

🌟 **Moduł 6: Integracja i podsumowanie**

- Łączenie technik Gua Sha z tapingiem – kompletna procedura zabiegowa
- Wymiana doświadczeń z uczestnikami, dopracowanie techniki
- Odpowiedzi na pytania i podsumowanie

INFORMACJE DODATKOWE

- Czas trwania usługi rozwojowej został określony w **godzinach dydaktycznych**, gdzie **1 godzina dydaktyczna = 45 minut zegarowych**, zgodnie z obowiązującymi zasadami dotyczącymi organizacji usług szkoleniowych.
- Harmonogram szkolenia przewiduje czas na realizację walidacji (egzaminu końcowego) oraz przerwy obiadowe, które są **wliczane do całkowitego czasu trwania usługi rozwojowej**. Łączna liczba godzin usługi obejmuje zarówno część dydaktyczną, jak i wskazane elementy organizacyjne, zgodnie z zasadami określonymi w Regulaminie BUR.

- Harmonogram szkolenia oparty jest na czasie rzeczywistym (zegarowym), natomiast liczba godzin usługi została przeliczona na godziny dydaktyczne według przelicznika stosowanego w systemie BUR.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 11

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Wprowadzenie do masażu Gua Sha – teoria	Yelena Sobolevskaya	05-07-2025	09:00	09:30	00:30
2 z 11 Komunikacja z klientem i marketing	Yelena Sobolevskaya	05-07-2025	09:30	10:00	00:30
3 z 11 Kinesiotaping estetyczny – teoria + aplikowanie taśm	Yelena Sobolevskaya	05-07-2025	10:00	10:30	00:30
4 z 11 Praktyka masażu Gua Sha: barki i wdowi garb	Yelena Sobolevskaya	05-07-2025	10:30	11:00	00:30
5 z 11 Praktyka masażu Gua Sha: masaż limfatyczny	Yelena Sobolevskaya	05-07-2025	11:00	11:30	00:30
6 z 11 Praktyka masażu Gua Sha: masaż czepca ścięgnistego	Yelena Sobolevskaya	05-07-2025	11:30	12:00	00:30
7 z 11 Praktyka masażu Gua Sha: masaż liftingujący	Yelena Sobolevskaya	05-07-2025	12:00	13:00	01:00
8 z 11 Praktyka kinesiotapingu: twarz, dekolt, wdowi garb	Yelena Sobolevskaya	05-07-2025	13:00	14:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 11 Przerwa Obiadowa (wliczona w czas trwania usługi szkoleniowej)	Yelena Sobolevskaya	05-07-2025	14:00	15:00	01:00
10 z 11 Praktyka kinesiotapingu oraz pełnego rytuału masażu kamieniem GuaSha	Yelena Sobolevskaya	05-07-2025	15:00	17:30	02:30
11 z 11 Walidacja (Wliczona w czas trwania usługi szkoleniowej)	Yelena Sobolevskaya	05-07-2025	17:30	18:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	208,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	208,33 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Yelena Sobolevskaya

Yelena Sobolevskaya to specjalistka w dziedzinie naturalnego manualnego odmładzania - pracy z twarzą i ciałem w podejściu holistycznym. Prowadzi własny gabinet w Zabrze, gdzie łączy nowoczesne techniki liftingujące z głęboką wiedzą z zakresu naturoterapii i terapii powięziowej. W swojej codziennej praktyce wykorzystuje m.in. masaż Kobido, terapię kamieniem Gua Sha, terapię próżniową, estetyczny kinesiotaping oraz Holistyczne Uwalnianie Powięzi – pracę z ciałem, która łączy dotyk, oddech i uważność, by przywracać przepływ ruchu, równowagę i integralność układu

nerwowego, mięśniowego i energetycznego. Dzięki tym metodom nie tylko uwalnia napięcia w obrębie twarzy i ciała, ale też wspiera głębsze procesy psychosomatyczne i regeneracyjne. Jako certyfikowana trenerka, od 2023 roku prowadzi profesjonalne szkolenia z zakresu masażu Kobido oraz Kinesiotapingu Estetycznego. Jej podejście i zaangażowanie zyskały uznanie uczestników jej kursów nie tylko z Polski, ale też z zagranicy. Posiada certyfikat trenera branży Beauty, jest trenerką Facefitness oraz Face yogi, a także posiada wykształcenie z zakresu naturoterapii i bioenergoterapii. Ukończyła szereg szkoleń specjalistycznych, m.in. z zakresu pracy z ciałem – Holistyczne Uwalnianie Powięzi. Jej doświadczenie obejmuje nie tylko pracę gabinetową, ale także działalność edukacyjną i popularyzatorską – aktywnie dzieli się wiedzą w mediach społecznościowych, rozwijając świadomość kobiet w zakresie naturalnej pielęgnacji, ćwiczeń mięśni

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W trakcie szkolenia zapewniamy wszystkie niezbędne produkty do praktyki oraz profesjonalne narzędzia do pracy, dzięki czemu uczestnicy mogą w pełni skoncentrować się na nauce i doskonaleniu umiejętności. Każdy uczestnik otrzymuje **profesjonalnie opracowany skrypt szkoleniowy**, przygotowany przez doświadczonego instruktora, zawierający szczegółowe opisy technik, ilustracje oraz praktyczne wskazówki, które będą pomocne również po zakończeniu kursu.

Warunki uczestnictwa

Aby wziąć udział w szkoleniu, konieczne jest posiadanie konta w Bazie Usług Rozwojowych (BUR) oraz zapisanie się na szkolenie bezpośrednio poprzez system BUR.

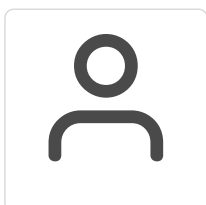
Informacje dodatkowe

- Przed zapisaniem się na szkolenie prosimy o wcześniejszy kontakt telefoniczny lub mailowy w celu potwierdzenia dostępności miejsc oraz możliwości udziału w wybranym terminie.
- W przypadku uzyskania przez uczestnika dofinansowania ze środków publicznych w wysokości **co najmniej 70%**, usługa szkoleniowa będzie **zwolniona z podatku VAT**, zgodnie z § 3 ust. 1 pkt 14 **Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r.** w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz.U. 2013 poz. 1722, z późn. zm.).
- W przypadku szkoleń, które **nie są dofinansowane na poziomie minimum 70%**, do podanej ceny netto należy doliczyć **23% podatku VAT**.

Adres

ul. ks. Konstantego Damrota 2
41-800 Zabrze
woj. śląskie

Kontakt



Dominika Grzesiewicz

E-mail studio.jagodowe@gmail.com

Telefon (+48) 660 273 608