



PHU DOMAR
DOMINIKA
GRZESIEWICZ

★★★★★ 4,9 / 5
5 ocen

Masaż Kobido z elementami kinesiotapingu estetycznego – japońska technika liftingu twarzy, drenażu limfatycznego i relaksacji z praktyczną nauką tapingu kosmetycznego, dla branży beauty.

Numer usługi 2025/06/26/176078/2839256

📍 Zabrze / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 23 h

📅 06.09.2025 do 07.09.2025

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

217,39 PLN brutto/h

217,39 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie praktyczne, stacjonarne, przeznaczone dla małych grup, zapewniające indywidualne podejście i wysoką jakość nauczania. Kierowane do osób dorosłych działających lub planujących działalność w branży beauty i wellness, w szczególności: kosmetyczek, kosmetologów, fizjoterapeutów, masażyстів oraz osób wykonujących zabiegi estetyczne na twarz. Dla właścicieli lub przyszłych właścicieli gabinetów kosmetycznych, masaży i SPA, którzy chcą wzbogacić ofertę o techniki liftingujące twarzy i kinesiotaping estetyczny. Także dla osób chcących się przekwalifikować, posiadających podstawową wiedzę z zakresu anatomii twarzy i pracy manualnej.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

03-09-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

23

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do samodzielnego i profesjonalnego wykonywania masażu Kobido z elementami kinesiotalingu estetycznego, poprzez nabycie wiedzy teoretycznej i umiejętności praktycznych w zakresie naturalnego liftingu twarzy, pracy na tkankach głębokich, drenażu limfatycznego oraz aplikacji taśm kinesiotalingu, z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa, anatomii oraz holistycznego podejścia do pracy z klientem.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje struktury anatomiczne twarzy i ich znaczenie w masażu	Wymienia główne mięśnie twarzy	Test teoretyczny
	Opisuje punkty nacisku i przebieg naczyń	Test teoretyczny
	Wyjaśnia wpływ struktur anatomicznych na skuteczność masażu	Test teoretyczny
Rozróżnia rodzaje taśm i techniki aplikacji kinesiotalingu estetycznego	Wskazuje różnice między rodzajami taśm	Test teoretyczny
	Dobiera techniki aplikacji do określonego efektu	Test teoretyczny
	Wyjaśnia przeciwwskazania do kinesiotalingu	Test teoretyczny
Wykonuje masaż Kobido zgodnie z zasadami higieny i bezpieczeństwa	Przeprowadza pełny masaż twarzy i szyi w odpowiedniej sekwencji	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje techniki zgodnie z etapami masażu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Zachowuje płynność i precyzję ruchów	Obserwacja w warunkach symulowanych
Aplikuje taśmy kinesiotalingowe w celu uzyskania efektu liftingu lub relaksacji	Przestrzega zasad przygotowania skóry	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje aplikację zgodnie z celem estetycznym	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dobiera kierunek, naciągnięcie i technikę klejenia	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Komunikuje się profesjonalnie z klientem w trakcie realizacji usługi	Rozpoznaje potrzeby klienta podczas rozmowy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Proponuje techniki adekwatne do oczekiwań	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Utrzymuje uprzejmy i profesjonalny kontakt z klientem	Obserwacja w warunkach symulowanych
Przestrzega zasad etyki zawodowej i estetyki osobistej	Zapewnia komfort i dyskrecję klientowi	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dbą o estetykę stanowiska i wygląd osobisty	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje się do zasad higieny i organizacji przestrzeni	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Fundacja My Personality Skills
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Tak

Program

Masaż Kobido z elementami kinesiotapingu estetycznego – japońska technika lifting u twarzy, drenażu limfatycznego i relaksacji z praktyczną nauką tapingu kosmetycznego, dla branży beauty.

UWAGA

Przed zapisaniem się na szkolenie prosimy o wcześniejszy kontakt telefoniczny lub mailowy w celu potwierdzenia dostępności miejsc oraz możliwości udziału w wybranym terminie.

PROGRAM RAMOWY

Trener: Yelena Sobolevskaya

DZIEŃ 1: Teoria i praktyka Kobido + Kinesiotaping estetyczny

Część teoretyczna – Masaż Kobido

1. Historia masażu Kobido
2. Filozofia i holistyczne podejście do pracy z twarzą
3. Anatomia twarzy, szyi i dekoltu
4. Wskazania i przeciwwskazania do masażu
5. Omówienie etapów masażu Kobido
6. Formularz świadomej zgody i wywiad z klientem
7. Przygotowanie przestrzeni do wykonania usługi

Część teoretyczna – Kinesiotaping estetyczny

1. Działanie taśm kinesiologicznych
2. Przeciwwskazania do stosowania kinesiotapingu
3. Efekty zastosowania kinesiotapingu
4. Rodzaje taśm i ich zastosowanie
5. Przygotowanie skóry i techniki aplikacji

Część praktyczna – ćwiczenia aplikacji na sobie

- Aplikacja taśm przez kursantki na sobie (ćwiczenia indywidualne)

Część praktyczna na modelkach – Etapy Kobido + integracja z kinesiotapingiem (dzień 1)

1. Masaż tkanek głębokich – praca z tkankami na sucho
2. Masaż relaksacyjny – techniki rozluźniające wykonane na olejkach
3. Masaż limfatyczny – aktywacja przepływu limfy, opracowanie węzłów

DZIEŃ 2: Praktyka zaawansowana Kobido + integracja z kinesiotapingiem - praca na modelkach

Powtórka dnia 1 (techniki + taping)

- przejście przez techniki dnia poprzedniego
- korekta chwytów, dopracowanie sekwencji

Zaawansowane techniki Kobido + integracja tapingu z masażem (na modelkach)

1. Masaż liftingujący – praca w 8 pasmach twarzy, ruchy intensywne: szczypanie, naciąganie, drobienie, podrzucanie
2. Akupresura – punkty refleksologiczne twarzy
3. Kończenie sesji – zamknięcie zabiegu

Zamykająca sesja praktyczna

- pełna sesja rytuału Kobido z elementami tapingu
- ocena techniki i dopracowanie szczegółów

Podsumowanie i zakończenie szkolenia

- Sesja pytań i odpowiedzi

- Omówienie najczęstszych błędów
- Walidacja

Szkolenie trwa **17 godzin 15min zegarowych**, w tym:

- **2 godziny teorii**
- **12 godzin i 45minut praktyki**
- **2 godziny przerwy obiadowej (wliczana do czasu czasu trwania usługi)**
- **0,5 godziny walidacji (egzamin końcowy, walidacja wliczana do czasu trwania usługi)**

Warunki organizacyjne dla przeprowadzenia usługi

Szkolenie realizowane jest w formie stacjonarnej, w kameralnej grupie maksymalnie 3 uczestników, co umożliwia indywidualne podejście, skuteczną korektę techniki i zapewnienie bezpieczeństwa pracy. Zajęcia odbywają się w odpowiednio przygotowanej przestrzeni gabinetowej, wyposażonej w stanowiska do masażu i aplikacji kinesiotapingu, z zachowaniem zasad BHP i higieny pracy.

Każdy uczestnik ma do dyspozycji:

- własne stanowisko z profesjonalnym stołem do masażu,
- lusterko kosmetyczne, akcesoria do aplikacji taśm, środki do dezynfekcji,
- zestaw do kinesiotapingu (taśmy, nożyczki, płyn do odtłuszczenia),
- komplet materiałów dydaktycznych w formie drukowanej (skrypt z opisem technik, ilustracjami i notatkami).

Praktyka odbywa się z udziałem modelek oraz na sobie nawzajem (ćwiczenia indywidualne i w parach). Zapewniona jest odpowiednia liczba modelek dostosowana do liczby uczestników.

W ramach usługi przewidziano czas na przerwy obiadowe (1 godz. dziennie), które są wliczane do całkowitego czasu trwania szkolenia. Walidacja efektów uczenia się odbywa się na zakończenie drugiego dnia szkoleniowego i została wyraźnie oddzielona od procesu nauczania – przeprowadza ją inna osoba niż trener prowadzący.

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 szkolenia może ulec drobnym zmianom czasowym w zależności od tempa pracy uczestników oraz czasu potrzebnego na wykonanie poszczególnych etapów zabiegów.

Walidacja

- Egzaminator: Osoba niezależna od instruktora prowadzonego szkolenia

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Teoria: Wprowadzenie, anatomia, wskazania i przeciwwskazania, etapy masażu Kobido, zgoda i wywiad, przygotowanie stanowiska.	Yelena Sobolevskaya	06-09-2025	09:00	10:00	01:00
2 z 12 Teoria kinesiotapingu estetycznego. Rodzaje taśm i aplikacja – ćwiczenia na sobie	Yelena Sobolevskaya	06-09-2025	10:00	11:00	01:00
3 z 12 Praktyka: masaż tkanek głębokich (modelki) + kinesiotaping	Yelena Sobolevskaya	06-09-2025	11:00	13:00	02:00
4 z 12 Praktyka: masaż relaksacyjny (modelki) +kinesiotaping	Yelena Sobolevskaya	06-09-2025	13:00	15:00	02:00
5 z 12 Przerwa obiadowa (wliczona w czas trwania usługi szkoleniowej)	Yelena Sobolevskaya	06-09-2025	15:00	16:00	01:00
6 z 12 Praktyka: masaż limfatyczny (modelki) + kinesiotaping	Yelena Sobolevskaya	06-09-2025	16:00	17:30	01:30
7 z 12 Praktyka: Powtórka technik dnia 1 (taping + masaż)	Yelena Sobolevskaya	07-09-2025	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 12 8 z 12 Praktyka: Masaż liftingujący	Yelena Sobolevskaya	07-09-2025	10:30	12:30	02:00
9 z 12 9 z 12 Praktyka: Akupresura twarzy	Yelena Sobolevskaya	07-09-2025	12:30	13:30	01:00
10 z 12 10 z 12 Przerwa obiadowa (wliczona w czas trwania usługi)	Yelena Sobolevskaya	07-09-2025	13:30	14:30	01:00
11 z 12 11 z 12 Zamknięcie sesji masażu, integracja tapingu. Praktyka: sesje pełnego rytuału Kobido	Yelena Sobolevskaya	07-09-2025	14:30	17:15	02:45
12 z 12 12 z 12 Podsumowanie, walidacja (wliczona w czas trwania usługi szkoleniowej)	-	07-09-2025	17:15	17:45	00:30

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	217,39 PLN
Koszt osobogodziny netto	217,39 PLN
W tym koszt walidacji brutto	125,00 PLN

W tym koszt walidacji netto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	125,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Yelena Sobolevskaya

Yelena Sobolevskaya to specjalistka w dziedzinie naturalnego manualnego odmładzania, łącząca wiedzę z zakresu naturoterapii, pracy z ciałem i technik estetycznych. Prowadzi gabinet w Zabrze, gdzie stosuje m.in. masaż Kobido, Gua Sha, kinesiotaping estetyczny i terapię powięziową.

Od 2023 roku prowadzi profesjonalne szkolenia w branży beauty. Ukończyła kurs Holistic Fascia Release z egzaminem 17 marca 2024 r. (Klimek Academy) oraz kurs Naturoterapia – naturalne metody leczenia 3 lutego 2025 r. (Centrum Rozwoju Personalnego), co potwierdza jej aktywność edukacyjną i zawodową w ostatnich 5 latach.

Posiada certyfikat trenera branży beauty oraz uprawnienia w zakresie Facefitness, Face Yogi i holistycznej pracy z ciałem. Wszystkie kwalifikacje zostały zdobyte i udokumentowane zgodnie z wymaganiami BUR (certyfikaty, zaświadczenia, dyplomy).

W pracy szkoleniowej stawia na technikę, świadome podejście do pielęgnacji oraz skuteczne łączenie metod estetycznych i terapeutycznych. Ceniona za profesjonalizm i zaangażowanie, dzieli się wiedzą również w mediach społecznościowych, wspierając rozwój uczestników poprzez praktykę i edukację.

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

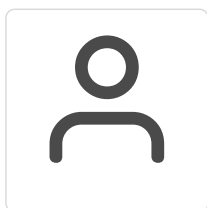
- Przed zapisaniem się na szkolenie prosimy o wcześniejszy kontakt telefoniczny lub mailowy w celu potwierdzenia dostępności miejsc oraz możliwości udziału w wybranym terminie.

- 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