



Karol Sitarz
Fizjoactiv

★★★★★ 4,7 / 5

972 oceny

ZOGA FACE Integration Integracja Strukturalna w obrębie mięśni mimicznych, dekoltu i czepca - Kurs

Numer usługi 2025/06/30/15046/2845920

📍 Lublin / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 24 h

📅 10.11.2025 do 12.11.2025

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

125,00 PLN brutto/h

125,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Grupa docelowa usługi	• Kurs skierowany dla fizjoterapeutów, kosmetologów, masażyistów, terapeutów manualnych. • Uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego. Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	24
Data zakończenia rekrutacji	06-11-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	24
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do samodzielnego, manualnego modelowania twarzy i ciała przy pomocy technik manipulacji mięśni, które oddziałują na tkanki w celu normalizacji napięcia mięśniowo-powięziowego obszaru dekolту, czepca i mięśni mimicznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opisuje metody pracy, charakteryzuje objawy napiętych mięśni twarzy oraz różnicuje metody pracy ze względu na obszar i ruch w kontekście terapii	Opisuje metody wykonywania prawidłowego zabiegu	Test teoretyczny
	Charakteryzuje objawy napiętych mięśni w obrębie twarzy	Test teoretyczny
	Różnicuje metody pracy ze względu obszar i ruch	Test teoretyczny
Wykonuje pracę terapeutyczną na mięśniowo-powięziowym obszarze dekoltu, czepca i mięśni mimicznych	Rozluźniania napięcia mięśniowe poprzez zastosowanie odpowiednich technik	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wprowadza techniki diagnostyki i korekcji w pracy z pacjentem	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wpływa na wzorce mięśniowo – powięziowe zlokalizowane w górnym obszarze ciała – szyi, dekoltu, czepca i mięśni mimicznych	Obserwacja w warunkach symulowanych
Współpracuje wewnątrz interdyscyplinarnych zespołów medycznych	Dokonyuje interpretacji oraz indywidualnie określa terapię na potrzeby swojego klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje specjalistyczne słownictwo przy opisie stanu pacjentów	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

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

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu:

- Szkolenie adresowane jest do fizjoterapeutów, osteopatów, lekarzy, trenerów, nauczycieli oraz studentów, posiadających podstawowe doświadczenie w swoim zawodzie. Uczestnik powinien znać podstawy anatomii.
- Uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego. Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia.

Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Do dyspozycji wykładowcy jest tablica flipchart. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły, maty, piłki, model szkieletu człowieka, modele anatomiczne stawów i kręgosłupa, model czaszki, poduszki, rękawiczki, płyn do dezynfekcji dłoni.

Zajęcia praktyczne odbywają się głównie na stołach rehabilitacyjnych, na jeden stół przypadają 2 osoby. Kursanci wykonują techniki na sobie nawzajem. Każdy uczestnik ma możliwość przećwiczenia każdej z technik. Cały sprzęt wykorzystywany do realizacji szkolenia zapewniony jest przez instytucję. W trakcie trwania szkolenia jest ogólnodostępny dla kursantów.

Czas trwania: 24 godziny dydaktyczne (w zakres godzinowy kursu nie są wliczane przerwy)

Liczba godzin zajęć teoretycznych: 5

Liczba godzin zajęć praktycznych: 19

Za jedną godzinę dydaktyczną przyjmuje się 45 minut.

Zakres tematyczny:

Część teoretyczna:

1. Anatomiczno-fizjologiczne podstawy metody oraz przyczyny dysfunkcji estetycznych
2. Techniki diagnostyki i korekcji
3. Analiza postaw ciała i jej wpływ na starzenie się twarzy
4. Podstawowe właściwości powięzi i zasady tensegracji
5. Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu
6. Normalizacja napięcia mięśniowo-powięziowego
7. Techniki rozluźniania napięć mięśniowych

Część praktyczna:

1. Praca nad zrównoważeniem stawów skroniowo-żuchwowych, mięśniami skrzydłowymi, żwaczami
2. Praca z połączeniem głowo-szyjnym przez głębokie mięśnie potyliczne, czepiec ścięgnisty
3. Praca z mięśniami mimicznymi poprzez techniki mięśniowo-powięziowe

Podsumowanie szkolenia

Walidacja efektów kształcenia

Walidacja umiejętności praktycznych odbywa się w trakcie zajęć praktycznych w trakcie trwania kursu, prowadzona przez walidatora usługi. Walidator nie ingeruje w proces kształcenia.

Do przeprowadzenia walidacji wykorzystane zostaną metody: obserwacja w warunkach symulowanych (w trakcie trwania kursu) oraz "test teoretyczny" dla części teoretycznej przeprowadzony po zakończeniu części edukacyjnej kursu.

Wyniki walidacji podawane są po usłudze. W harmonogramie uwzględniono czas walidacji na 1 uczestnika.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 11

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Anatomiczno-fizjologiczne podstawy metody oraz przyczyny dysfunkcji estetycznych, Analiza postaw ciała i jej wpływ na starzenie się twarzy, właściwości powięzi i zasady tensegracji. 2h dyd	Roksana Wrona	10-11-2025	10:00	11:30	01:30
2 z 11 Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu, techniki diagnostyki i korekcji. 1h dyd 30 min	Roksana Wrona	10-11-2025	11:45	13:00	01:15
3 z 11 Zasady manualnego modelowania twarzy i ciała, normalizacja napięcia mięśniowo-powięziowego. 3h dyd	Roksana Wrona	10-11-2025	14:00	16:15	02:15
4 z 11 Warsztaty praktyczne: metodyka wykonywania zabiegu, źródła i techniki rozluźniania napięć mięśniowych. 2h dyd	Roksana Wrona	10-11-2025	16:30	18:00	01:30
5 z 11 Warsztaty praktyczne: praca nad zrównoważeniem stawów skroniowo-żuchwowych. 3h dyd	Roksana Wrona	11-11-2025	09:00	11:15	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 11 Warsztaty praktyczne: praca nad mięśniami skrzydłowymi, żwaczami. 2h dyd	Roksana Wrona	11-11-2025	11:30	13:00	01:30
7 z 11 Warsztaty praktyczne: praca z mięśniami mimicznymi poprzez techniki mięśniowo-powięziowe. 3h dyd	Roksana Wrona	11-11-2025	14:00	16:15	02:15
8 z 11 Praca z połączeniem głowo-szyjnym przez głębokie mięśnie potyliczne. 2h dyd	Roksana Wrona	11-11-2025	16:30	18:00	01:30
9 z 11 Praca z wewnętrzną stroną ust i szyją; Praca ze zmarszczkami i bliznami po zabiegach chirurgii plastycznej. 3h dyd	Roksana Wrona	12-11-2025	09:00	11:15	02:15
10 z 11 Praca ze zmarszczkami i bliznami po zabiegach chirurgii plastycznej cd.; Źródła i techniki rozluźniania napięć mięśniowych. Pytania. Dyskusja. 2h dyd 5min	Roksana Wrona	12-11-2025	11:30	13:05	01:35
11 z 11 Walidacja efektów kształcenia. 10 min	-	12-11-2025	13:05	13:15	00:10

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	125,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	125,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Roksana Wrona

absolwentka Uniwersytetu Medycznego w Lublinie. Pasjonatka szeroko pojętej "aktywności fizycznej", która biomechanika ludzkiego ciała zaczęła interesować się jeszcze przed studiami, a na studiach rozpoczęła kształcenie wg koncepcji Anatomy Trains pod okiem Wojciecha Cackowskiego, uzyskując tytuł BodyWorker. Ponadto ukończyła liczne szkolenia, w tym: Zoga Movement, terapie uroginekologiczne wg Michała Koszli, szkolenia Sharon Wheeler (ScarWork, BoneWork, Integracja Strukturalna Czaszki) oraz wiele innych.

Na co dzień prowadzi swój gabinet, gdzie zajmuje się Strukturalnym Równoważeniem Ciała oraz Twarzy.

* Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy z uczestników otrzymuje skrypt z opisem technik prezentowanych na zajęciach. W skrypcie kursanci mogą także umieszczać własne notatki. Każdy z uczestników otrzymuje także długopis.

Warunki uczestnictwa

Przed zapisem na kurs prosimy o kontakt z organizatorem w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.

W celu dokonania zgłoszenia na kurs należy przesłać na adres mailowy formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie <http://www.fizjoactiv.pl/>

Po potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.

Adres

ul. Krochmalna 3

20-401 Lublin

woj. lubelskie

Pomieszczenia, w których odbędą się zajęcia mieszczą się przy ul. Krochmalna 3 w Lublinie. Pomieszczenie wyposażone jest w projektor multimedialny, stoły i sprzęt rehabilitacyjny, krzesła. Uczestnicy będą mieli do swojej dyspozycji szatnię na pozostawienie odzieży wierzchniej.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Karol Sitarz

E-mail ksfizjoactiv@gmail.com

Telefon (+48) 501 078 971