



Agata Olszewska-  
Sarapata Warsztat  
Rozwoju

★★★★★ 4,9 / 5  
605 ocen

## Lomi Lomi Nui od podstaw – Kurs masażu hawajskiego i świadomej pracy z ciałem. Moduł 1

Numer usługi 2025/07/03/34566/2856900

📍 Wapienne / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 48 h

📅 15.09.2025 do 21.09.2025

4 320,00 PLN brutto

4 320,00 PLN netto

90,00 PLN brutto/h

90,00 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kategoria                       | Styl życia / Uroda                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Identyfikatory projektów        | Małopolski Pociąg do kariery                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Grupa docelowa usługi           | <p>Szkolenie dedykowane dla osób początkujących, zainteresowanych rozwijaniem kompetencji w obszarze relaksacyjnej (terapeutycznej) pracy z ciałem, oraz masażyistów i terapeutów zainteresowanych poszerzeniem kompetencji.</p> <p>Usługa jest adresowana również dla Uczestników Projektu MP.</p> |
| Minimalna liczba uczestników    | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Maksymalna liczba uczestników   | 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Data zakończenia rekrutacji     | 10-09-2025                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Forma prowadzenia usługi        | stacjonarna                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Liczba godzin usługi            | 48                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Podstawa uzyskania wpisu do BUR | Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0                                                                                                                                                                                                            |

## Cel

### Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnego wykonywania masażu hawajskiego Lomi Lomi Nui.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się                                                                     | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                                                                 | Metoda walidacji                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| Samodzielnie organizuje stanowisko pracy.                                              | Dopasowuje wysokość stołu do swojego wzrostu i komfortowej postawy przy stole.<br>Bada poziom wygody klienta (przeprowadza wywiad) i proponuje rozwiązania zwiększające poziom wygody (np. regulacja wysokości podgółwka).<br>stanowiska pracy.                      | Wywiad ustrukturyzowany<br><br>Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Określa potrzeby i ograniczenia klienta i dostosowuje do nich masaż.                   | Przeprowadza wywiad w celu rozpoznania ograniczeń ruchowych klienta.<br>Przeprowadza wywiad w celu określenia potrzeb klienta.<br>Dopasowuje pracę i stosowane techniki do pozyskanych informacji.                                                                   | Wywiad ustrukturyzowany                                            |
|                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obserwacja w warunkach symulowanych                                |
| Definiuje i wykorzystuje podstawowe elementy masażu Lomi Lomi Nui.                     | Definiuje i wykorzystuje:<br>- Technikę ruchu podstawowego<br>- Rotacje na nogach z tyłu<br>- Techniki ruchów na klatce piersiowej i brzuchu<br>- Techniki ruchów dla głowy i szyi.<br>- Rotacje na ramionach<br>- Rotacje na nogach z przodu<br>- Wjazdy pod plecy. | Wywiad ustrukturyzowany<br><br>Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Definiuje i wykorzystuje elementu początkowe i końcowe ceremonii masażu Lomi Lomi Nui. | Definiuje i wykonuje poprawnie:<br>- Przywitanie ciała<br>- Zaproszenie intencji, śpiew.<br>- Rytuał zakończenia masażu.                                                                                                                                             | Wywiad ustrukturyzowany<br><br>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

Uczestnicy kursu pracują w grupach po 2 osoby na 1 stanowisko, na które składa się stół do masażu oraz wszelkie materiały jednorazowe niezbędne do przeprowadzenia masażu Lomi Lomi Nui. Uczestnicy praktykują na sobie wzajemnie, na zmianę.

Godzina usługi szkoleniowej = 60 min. Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.

1. Przygotowanie miejsca pracy i odpowiednie dopasowanie wysokości stołu.

2. Krok fregaty i podstawowe zasady poruszania się wokół stołu.

3. Automasaż

4. Ćwiczenia i praktyki pogłębiające świadomość ciała.

5. Podstawy budowania relacji z klientem :

- Praktyka uważnego dotyku.

- Budowanie poczucia bezpieczeństwa w kontakcie z ciałem.

- Nastawienie oparte na akceptacji, szacunku i zaufaniu.

6. Podstawowe techniki masażu Lomi Lomi Nui.

- płynne ruchy w pracy z ciałem przy użyciu oleju

- ruch podstawowy na plecach

- ruchy podstawowe na brzuchu i klatce piersiowej

- rozluźnianie głowy i szyi

- rozluźnianie obręczy barkowej

- masowanie ramion i dłoni

- masowanie nóg i stóp

- unoszenia rąk i nóg

- rotacje na nogach i rękach

7. Elementy ceremonii masażu Lomi Lomi Nui w oparciu o genezę masażu świątynnego z tradycji Hawajskiej.

8. Hawajska filozofia Huny i jej znaczenie w podejściu do pracy z ciałem w masażu Lomi Lomi Nui.

Usługa obejmuje: 30% teorii, 70% praktyki.

Ćwiczenia praktyczne w formie wzajemnych sesji masażu przy stołach masażowych.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 43

| Przedmiot / temat zajęć                                                                   | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 43</div> Wprowadzenie w zakres szkolenia. Cele uczestników na szkolenie.         | Zofia Gadomska | 15-09-2025            | 18:00               | 19:00               | 01:00         |
| <div>2 z 43</div> Walidacja początkowa - arkusz samooceny                                 | -              | 15-09-2025            | 19:00               | 20:00               | 01:00         |
| <div>3 z 43</div> Hawajskie powitanie dnia, automasaż.                                    | Zofia Gadomska | 16-09-2025            | 07:30               | 09:30               | 02:00         |
| <div>4 z 43</div> Przerwa śniadaniowa.                                                    | Zofia Gadomska | 16-09-2025            | 09:30               | 10:45               | 01:15         |
| <div>5 z 43</div> Spotkanie w kręgu, część teoretyczna z elementami filozofii hawajskiej. | Zofia Gadomska | 16-09-2025            | 10:45               | 11:45               | 01:00         |
| <div>6 z 43</div> Przerwa.                                                                | Zofia Gadomska | 16-09-2025            | 11:45               | 12:00               | 00:15         |
| <div>7 z 43</div> Praktyka uważnego dotyku, i rotacje, sesja 1.                           | Zofia Gadomska | 16-09-2025            | 12:00               | 14:30               | 02:30         |
| <div>8 z 43</div> Przerwa obiadowa.                                                       | Zofia Gadomska | 16-09-2025            | 14:30               | 16:30               | 02:00         |
| <div>9 z 43</div> Praktyka uważnego dotyku i rotacje, sesja 2.                            | Zofia Gadomska | 16-09-2025            | 16:30               | 19:00               | 02:30         |
| <div>10 z 43</div> Automasaż i ćwiczenia pogłębiające świadomość ciała.                   | Zofia Gadomska | 17-09-2025            | 07:30               | 09:30               | 02:00         |
| <div>11 z 43</div> Przerwa śniadaniowa.                                                   | Zofia Gadomska | 17-09-2025            | 09:30               | 10:45               | 01:15         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>12 z 43</b> Spotkanie w kręgu, część teoretyczna z elementami filozofii hawajskiej. | Zofia Gadomska | 17-09-2025            | 10:45               | 11:45               | 01:00         |
| <b>13 z 43</b> Przerwa.                                                                | Zofia Gadomska | 17-09-2025            | 11:45               | 12:00               | 00:15         |
| <b>14 z 43</b><br>Zastosowanie oleju i masaż pleców, sesja 1.                          | Zofia Gadomska | 17-09-2025            | 12:00               | 14:30               | 02:30         |
| <b>15 z 43</b> Przerwa obiadowa.                                                       | Zofia Gadomska | 17-09-2025            | 14:30               | 16:30               | 02:00         |
| <b>16 z 43</b><br>Zastosowanie oleju i masaż pleców, sesja 2.                          | Zofia Gadomska | 17-09-2025            | 16:30               | 19:00               | 02:30         |
| <b>17 z 43</b><br>Automasaż i ćwiczenia pogłębiające świadomość ciała.                 | Zofia Gadomska | 18-09-2025            | 07:30               | 09:30               | 02:00         |
| <b>18 z 43</b> Przerwa śniadaniowa.                                                    | Zofia Gadomska | 18-09-2025            | 09:30               | 10:45               | 01:15         |
| <b>19 z 43</b> Spotkanie w kręgu, część teoretyczna z elementami filozofii hawajskiej. | Zofia Gadomska | 18-09-2025            | 10:45               | 11:45               | 01:00         |
| <b>20 z 43</b> Przerwa.                                                                | Zofia Gadomska | 18-09-2025            | 11:45               | 12:00               | 00:15         |
| <b>21 z 43</b> Masaż tyłu ciała, sesja 1.                                              | Zofia Gadomska | 18-09-2025            | 12:00               | 14:30               | 02:30         |
| <b>22 z 43</b> Przerwa obiadowa.                                                       | Zofia Gadomska | 18-09-2025            | 14:30               | 16:30               | 02:00         |
| <b>23 z 43</b> Masaż tyłu ciała, sesja 2.                                              | Zofia Gadomska | 18-09-2025            | 16:30               | 19:00               | 02:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>24 z 43</b><br>Automasaż i ćwiczenia pogłębiające świadomość ciała.                 | Zofia Gadomska | 19-09-2025            | 07:30               | 09:30               | 02:00         |
| <b>25 z 43</b> Przerwa śniadaniowa.                                                    | Zofia Gadomska | 19-09-2025            | 09:30               | 10:45               | 01:15         |
| <b>26 z 43</b> Spotkanie w kręgu, część teoretyczna z elementami filozofii hawajskiej. | Zofia Gadomska | 19-09-2025            | 10:45               | 11:45               | 01:00         |
| <b>27 z 43</b> Przerwa.                                                                | Zofia Gadomska | 19-09-2025            | 11:45               | 12:00               | 00:15         |
| <b>28 z 43</b> Masaż przodu ciała, sesja 1.                                            | Zofia Gadomska | 19-09-2025            | 12:00               | 14:30               | 02:30         |
| <b>29 z 43</b> Przerwa obiadowa.                                                       | Zofia Gadomska | 19-09-2025            | 14:30               | 16:30               | 02:00         |
| <b>30 z 43</b> Masaż przodu ciała, sesja 2.                                            | Zofia Gadomska | 19-09-2025            | 16:30               | 19:00               | 02:30         |
| <b>31 z 43</b><br>Automasaż i ćwiczenia pogłębiające świadomość ciała.                 | Zofia Gadomska | 20-09-2025            | 07:30               | 09:30               | 02:00         |
| <b>32 z 43</b> Przerwa śniadaniowa.                                                    | Zofia Gadomska | 20-09-2025            | 09:30               | 10:45               | 01:15         |
| <b>33 z 43</b> Spotkanie w kręgu, część teoretyczna z elementami filozofii hawajskiej. | Zofia Gadomska | 20-09-2025            | 10:45               | 11:45               | 01:00         |
| <b>34 z 43</b> Przerwa.                                                                | Zofia Gadomska | 20-09-2025            | 11:45               | 12:00               | 00:15         |
| <b>35 z 43</b> Pełen masaż Lomi Lomi Nui                                               | Zofia Gadomska | 20-09-2025            | 12:00               | 14:30               | 02:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                   | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>36 z 43</b> Przerwa obiadowa.                                          | Zofia Gadomska | 20-09-2025            | 14:30               | 16:30               | 02:00         |
| <b>37 z 43</b> Pełen masaż Lomi Lomi Nui - obserwacja do walidacji        | Zofia Gadomska | 20-09-2025            | 16:30               | 19:00               | 02:30         |
| <b>38 z 43</b> Hawajskie powitanie dnia, praktyka słuchania ciała - Kahi. | Zofia Gadomska | 21-09-2025            | 07:30               | 09:30               | 02:00         |
| <b>39 z 43</b> Przerwa śniadaniowa.                                       | Zofia Gadomska | 21-09-2025            | 09:30               | 10:45               | 01:15         |
| <b>40 z 43</b> Podsumowanie wiedzy -pokaz                                 | Zofia Gadomska | 21-09-2025            | 10:45               | 12:45               | 02:00         |
| <b>41 z 43</b> Przerwa.                                                   | Zofia Gadomska | 21-09-2025            | 12:45               | 13:00               | 00:15         |
| <b>42 z 43</b> Podsumowanie indywidualne, praktyka w kręgu.               | Zofia Gadomska | 21-09-2025            | 13:00               | 14:30               | 01:30         |
| <b>43 z 43</b> Walidacja końcowa - arkusz samooceny                       | -              | 21-09-2025            | 14:30               | 15:00               | 00:30         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 4 320,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 4 320,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 90,00 PLN    |
| Koszt osobogodziny netto                  | 90,00 PLN    |

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## Zofia Gadomska

od 2014 roku certyfikowana masażystka i praktyk Lomi Lomi Nui.

Od 2020 r. certyfikowana nauczycielka masażu Lomi Lomi Nui

W latach 2015 – 2020 – nauczycielka Tanga Argentyńskiego w szkole Tangonuevo w Krakowie.

Ukończone szkolenia w zakresie masażu Hawajskiego Lomi Lomi Nui i Świadomej Pracy z Ciałem:  
2014 rok:

-Kurs Masażu Hawajskiego Lomi Lomi Nui i Świadomej Pracy z Ciałem – KinoMana I i II

-Prowadząca Marta Gierczyńska – certyfikowana nauczycielka „Aloha International”

2019 rok:

-Lomi Advance Intensive – poświęcony doskonaleniu technik Masażu Lomi Lomi Nui i Świadomej Pracy z Ciałem

Prowadząca Marta Gierczyńska – certyfikowana nauczycielka „Aloha International Hawaiian Massage

-Lomi Lomi Nui and Conscious Bodywork Training – poziom zaawansowany

Prowadząca Aga Rybak – certyfikowana nauczycielka „Aloha International”

-KINO MANA III - hawajska praca z ciałem

Prowadząca SUSAN PA'INIY FLOYD, autorka programu szkoleniowego Kino Mana w Aloha International na Hawajach

2022 rok:

-Kursy instruktorskie KINO MANA IV i KINO MANA V (Hawaje) i uzyskanie certyfikatu nauczyciela z ramienia Aloha International

Prowadząca SUSAN PA'INIY FLOYD, autorka programu szkoleniowego Kino Mana w Aloha International na Hawajach

-Obecnie w trakcie szkoły poszerzającej kompetencje nauczycielskie LOMI EXPERT w Akademi Lomi Lomi Marty Gierczyńskiej

W ostatnich dwóch latach (2022-2024) przeprowadziła min 120 godzin usług szkoleniowych o podobnej tematyce.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje materiały jednorazowe do wykonywania masażu, wszystkie niezbędne produkty i narzędzia do części praktycznej.

### Warunki uczestnictwa

Usługa jest zwolniona z VAT w przypadku, gdy uczestnik uzyskał możliwość dofinansowania udziału w usługach rozwojowych i dokonał zapisu z użyciem nadanego nr ID.

W przypadku braku dofinansowania do ceny usługi zostanie doliczony podatek VAT w wysokości 23%.

Usługa jest adresowana również dla Uczestników Projektu MP.

Warunku organizacyjne:

- Jedno stanowisko pracy dla uczestnika (podgrzewany stół do masażu z podłokietnikami)

- Wszystkie potrzebne kosmetyki oraz narzędzia do dyspozycji na szkoleniu typu: olej do masażu, podgrzewacz oleju do masażu, grzejnik elektryczny, ręczniki materiałowe, ręczniki papierowe, płyn do dezynfekcji, żel do dezynfekcji rąk

## Informacje dodatkowe

Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi. Godzina usługi szkoleniowej = 60 min.

Usługa jest adresowana również dla Uczestników Projektu MP.

Szkolenie odbywa się stacjonarnie w ośrodku oferującym pobyt z wyżywieniem. Informacja na temat kosztów pobytu i wyżywienia u organizatora.

## Adres

Wapienne 59

38-307 Wapienne

woj. małopolskie

ośrodek Buczynowa Dolina, Wapienne, gmina Gorlice

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**Agata Olszewska-Sarapata**

**E-mail** [coaching.agata.olszewska@gmail.com](mailto:coaching.agata.olszewska@gmail.com)

**Telefon** (+48) 668 820 300