



Szkolenie: Praktyczne techniki masażu tkanek głębokich i kinesiotapingu.

Numer usługi 2025/07/18/51136/2887334

4 900,00 PLN brutto

4 900,00 PLN netto

158,06 PLN brutto/h

158,06 PLN netto/h

Smart Idea Spółka z
ograniczoną
odpowiedzialnością

★★★★★ 4,8 / 5

4 193 oceny

📍 Leszno / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 31 h

📅 19.09.2025 do 21.09.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane do fizjoterapeutów, techników fizjoterapii, studentów fizjoterapii, studentów medycyny, lekarzy, masażyistów, terapeutów manualnych, trenerów personalnych, osób pracujących z ciałem człowieka.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	18-09-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	31
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie ma na celu przygotowanie uczestników do samodzielnego stosowania omawianych technik masażu tkanek głębokich oraz do stosowania kinesiotapingu w praktyce. Usługa przygotowuje do wykonywania masażu tkanek głębokich i aplikacji taśm na wybranych obszarach ciała.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą z podstawy masażu tkanek głębokich	Wyjaśnia mechanizmy działania masażu tkanek głębokich na mięśnie, powięź i układ nerwowy	Test teoretyczny
	Opisuje wskazania i przeciwwskazania do stosowania masażu tkanek głębokich.	Test teoretyczny
	Opisuje różnice pomiędzy masażem klasycznym a masażem tkanek głębokich	Test teoretyczny
	Lokalizuje kluczowe struktury anatomiczne obręczy barkowej, w tym mięśnie, powięzie i punkty spustowe	Analiza dowodów i deklaracji
Wykonuje masaż obręczy barkowej zgodnie z zasadami techniki masażu tkanek głębokich	Dobiera odpowiednią technikę masażu do celu terapeutycznego (np. rozluźnienie napięcia mięśniowego).	Analiza dowodów i deklaracji
	Stosuje poprawną biomechanikę pracy dłoni i ciała podczas wykonywania masażu.	Analiza dowodów i deklaracji
Wykonuje masaż kończyny górnej z uwzględnieniem różnic w budowie i funkcji poszczególnych struktur	Stosuje techniki masażu na mięśniach ramienia, przedramienia i dłoni w celu poprawy funkcji ruchowych	Analiza dowodów i deklaracji
	Rozpoznaje i usuwa napięcia w mięśniach kończyny górnej związane z przeciążeniami.	Analiza dowodów i deklaracji
	Dostosowuje siłę nacisku do indywidualnych potrzeb pacjenta	Analiza dowodów i deklaracji
	Komunikuje się z pacjentem w celu uzyskania informacji zwrotnych o odczuciach podczas masażu.	Analiza dowodów i deklaracji
Stosuje zasady etyki i komfortu pacjenta podczas wykonywania masażu	Przygotowuje odpowiednio stanowisko pracy, w tym warunki higieniczne i ergonomiczne.	Analiza dowodów i deklaracji
	Dbą o komfort fizyczny i psychiczny pacjenta w trakcie zabiegu	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje masaż obręczy biodrowej z uwzględnieniem anatomii funkcjonalnej tej okolicy.	Identyfikuje kluczowe struktury obręczy biodrowej, takie jak mięsień biodrowo-lędźwiowy, pośladkowy czy pasmo biodrowo-piszczelowe.	Analiza dowodów i deklaracji
	Stosuje techniki rozluźniania powięziowego na mięśniach obręczy biodrowej.	Analiza dowodów i deklaracji
	Rozmasowuje napięcia w obszarze miednicy, które mogą wpływać na postawę ciała.	Analiza dowodów i deklaracji
Wykonuje masaż uda i podudzia zgodnie z zasadami masażu tkanek głębokich	Rozróżnia struktury mięśniowe uda (np. czworogłowy, przywodziciele) i podudzia (np. mięsień piszczelowy przedni).	Analiza dowodów i deklaracji
	Aplikuje techniki masażu redukujące napięcia powstałe na skutek przeciążeń lub urazów.	Analiza dowodów i deklaracji
	Dostosowuje techniki masażu do potrzeb pacjenta, np. sportowca lub osoby z ograniczeniami ruchowymi.	Analiza dowodów i deklaracji
Wykonuje masaż odcinka szyjnego, piersiowego i lędźwiowego kręgosłupa.	Wykrywa napięcia w obrębie kręgosłupa, lokalizując punkty spustowe w mięśniach przykręgosłupowych.	Analiza dowodów i deklaracji
	Stosuje techniki elongacji i rozluźniania powięziowego w celu poprawy ruchomości kręgosłupa.	Analiza dowodów i deklaracji
Ocenia efektywność przeprowadzonego masażu i wprowadza korekty w technice	Analizuje reakcje pacjenta na masaż i dostosowuje intensywność zabiegu	Analiza dowodów i deklaracji
	Identyfikuje obszary wymagające dodatkowej pracy na podstawie palpacji tkanek	Analiza dowodów i deklaracji
Posługuje się wiedzą z podstawy kinesiotapingu.	Wyjaśnia zasady działania kinesiotapingu na układ mięśniowy, limfatyczny i nerwowy.	Test teoretyczny
	Opisuje wskazania i przeciwwskazania do stosowania kinesiotapingu.	Test teoretyczny
	Charakteryzuje różne rodzaje aplikacji taśm, w tym techniki mięśniowe, korekcyjne i powięziowe.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje aplikacje kinesiotalingu na obręcz barkową i kończynę górną, na kompleks lędźwiowo-miedniczo-biodrowy oraz kończynę dolną.	Lokalizuje kluczowe struktury anatomiczne wymagające wsparcia taśmą	Analiza dowodów i deklaracji
	Stosuje aplikacje poprawiające stabilizację, zmniejszające napięcie mięśniowe lub wspomagające regenerację.	Analiza dowodów i deklaracji
	Dbą o prawidłowe napięcie taśmy i jej odpowiednią aplikację na skórze pacjenta.	Analiza dowodów i deklaracji
	Analizuje reakcje pacjenta na aplikację taśmy i wprowadza korekty w napięciu lub ułożeniu taśmy.	Analiza dowodów i deklaracji
Ocenia efektywność aplikacji kinesiotalingu i dostosowuje technikę do potrzeb pacjenta.	Obserwuje zmiany w ruchomości i odczuciach pacjenta po aplikacji.	Analiza dowodów i deklaracji

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	ICVC Certyfikacja Sp. z o.o.
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak
Nazwa Podmiotu certyfikującego	ICVC Certyfikacja Sp. z o.o.
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Tak

Program

DZIEŃ 1 Masaż tkanek głębokich – wprowadzenie i praktyka (10 godz/dyd i 15 min)

1. Wprowadzenie do teorii - 135 min

- Definicja i założenia masażu tkanek głębokich.
- Różnice między masażem klasycznym a głębokim.
- Wskazania i przeciwwskazania.
- Omówienie anatomii funkcjonalnej w kontekście technik głębokich.

1. Praktyka: Masaż obręczy barkowej - 150 min

- Techniki mobilizacji mięśni barku i okolic.
- Rola tkanek powięziowych w ograniczeniach ruchomości.

1. Praktyka: Masaż kończyny górnej -180 min

- Techniki masażu przedramienia, ramienia i dłoni.
- Praca z napięciem mięśniowym w kontekście czynności codziennych.

DZIEŃ 2 Masaż tkanek głębokich – dolna część ciała i kręgosłup - praktyka (10 godz/dyd i 15 min)

1. Praktyka: Masaż obręczy biodrowej z częścią uda - 135 min

- Techniki pracy z mięśniami biodrowo-lędźwiowymi i czworogłowymi uda.
- Mobilizacja i uwalnianie napięć w okolicy stawu biodrowego.

1. Praktyka: Masaż uda i podudzia - 150 min

- Praca z mięśniami grupy tylnej i przedniej uda.
- Techniki rozluźniające dla mięśni łydki i stopy.

1. Praktyka: Masaż odcinka szyjnego, piersiowego i lędźwiowego - 180 min

- Techniki pracy z napięciami w okolicy karku i pleców.
- Uwalnianie ograniczeń ruchowych w odcinku lędźwiowym.
- Łączenie technik głębokich z klasycznymi.

DZIEŃ 3 Kinesiotaping – wprowadzenie i zastosowanie praktyczne (9 godz/dyd i 15 min)

1. Wprowadzenie do teorii - 135 min

- Historia i zasady działania kinesiotapingu.
- Mechanizmy fizjologiczne wpływu taśm na organizm.
- Wskazania i przeciwwskazania.

1. Praktyka: Techniki kinesiotapingu dla obręczy barkowej i kończyny górnej - 150 min

- Aplikacje wspierające mięśnie i stawy barku.
- Stabilizacja i redukcja napięć w kończynie górnej.

1. Praktyka: Techniki kinesiotapingu dla kompleksu LMB i kończyny dolnej - 135 min

- Aplikacje dla stabilizacji stawu biodrowego, kolanowego i skokowego.
- Techniki redukujące ból i wspomagające regenerację.
- Ćwiczenia końcowe: zastosowanie technik masażu i kinesiotapingu w wybranych przypadkach.

1. EGZAMIN 45 min

Szkolenie realizowane jest w godzinach dydaktycznych (1h = 45 minut) i trwa w sumie 1395 min. W trakcie szkolenia zaplanowane są przerwy, które nie wliczają się w czas usługi.

Metody szkoleniowe: wykład, ćwiczenia praktyczne, pogadanka, dyskusje. Zajęcia praktyczne podczas szkolenia przewidują pracę w parach oraz indywidualne. Podczas zajęć praktycznych Uczestnicy mają dostęp do stołów do masażu, półwałki, olejki do masażu, taśmy .

Szkolenie kończy się uzyskaniem

Certyfikatu ICVC/MG 20004.28 Masażysta tkanek głębokich który potwierdza wiedzę, umiejętności i kompetencje społeczne osób pracujących lub planujących pracę w firmach prywatnych, instytucjach związanych ze sportem, siłowniach.

Certyfikat ICVC/MG 20004.28 jest wydawany osobom, które zdały Egzamin ICVC weryfikujący ich kwalifikacje do wykonywania zawodu Masażysta tkanek głębokich.

Certyfikat będzie zawierał opis zweryfikowanych kwalifikacji do wykonywania zawodu Masażysta tkanek głębokich.

Egzamin składa się z testu teoretycznego jednokrotnego wyboru + pytania otwarte, który odbywa się online poprzez platformę egzaminacyjną znajdującą się pod adresem <https://egzaminy.icvc.eu/login>

Dodatkową metodą walidacji jest Analiza dowodów i deklaracji. Przykładami dowodów w tej metodzie walidacji będzie materiał video lub zdjęcia z realizacji szkolenia, zajęć praktycznych, rekomendacje wystawione przez prowadzącego usługę poświadczające zaangażowanie w proces edukacyjny i szkoleniowy każdego z Uczestników szkolenia, zaświadczenie ukończenia usługi oraz dodatkowe zadania pisemne/materiały opracowane przez Uczestników podczas szkolenia, np. plan treningowy, plan badania/zabiegu, karta badania, karta pacjenta. Dowody zbierane są podczas procesu szkoleniowego i przekazywane dla podmiotu zewnętrznego egzaminującego po realizacji usługi.

Koszt egzaminu zawarty jest w cenie szkolenia.

Usługa kończy się również uzyskaniem Zaświadczenia o ukończeniu udziału w usłudze rozwojowej Szkolenie: Praktyczne techniki masażu tkanek głębokich i kinesiotapingu.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 17

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 17 Masaż tkanek głębokich – wprowadzenie do teorii	Dominik Sitarski	19-09-2025	08:00	10:15	02:15
2 z 17 Przerwa	Dominik Sitarski	19-09-2025	10:15	10:30	00:15
3 z 17 Praktyka: Masaż obręczy barkowej	Dominik Sitarski	19-09-2025	10:30	13:00	02:30
4 z 17 Przerwa obiadowa	Dominik Sitarski	19-09-2025	13:00	13:30	00:30
5 z 17 Praktyka: Masaż kończyny górnej	Dominik Sitarski	19-09-2025	13:30	16:30	03:00
6 z 17 Praktyka: Masaż obręczy biodrowej z częścią uda	Dominik Sitarski	20-09-2025	08:00	10:15	02:15
7 z 17 Przerwa	Dominik Sitarski	20-09-2025	10:15	10:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 17 Praktyka: Masaż uda oraz podudzia	Dominik Sitarski	20-09-2025	10:30	13:00	02:30
9 z 17 Przerwa	Dominik Sitarski	20-09-2025	13:00	13:30	00:30
10 z 17 Praktyka: Masaż odcinka szyjnego, piersiowego oraz lędźwiowego	Dominik Sitarski	20-09-2025	13:30	16:30	03:00
11 z 17 Kinesiotapig - wykład wrowadzający, zastosowanie technik.	Dominik Sitarski	21-09-2025	08:00	10:15	02:15
12 z 17 Przerwa	Dominik Sitarski	21-09-2025	10:15	10:30	00:15
13 z 17 Przykładowe techniki kinesiotapingu - obręcz barkowa z kończyną górną	Dominik Sitarski	21-09-2025	10:30	13:00	02:30
14 z 17 Przerwa	Dominik Sitarski	21-09-2025	13:00	13:30	00:30
15 z 17 Przykładowe techniki kinesiotapingu - kompleks LMB z kończyną dolną. Ćwiczenia końcowe.	Dominik Sitarski	21-09-2025	13:30	15:45	02:15
16 z 17 Przerwa	Dominik Sitarski	21-09-2025	15:45	16:00	00:15
17 z 17 Egzamin	-	21-09-2025	16:00	16:45	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 900,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	158,06 PLN
Koszt osobogodziny netto	158,06 PLN
W tym koszt walidacji brutto	85,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	85,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	85,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	85,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Dominik Sitarski

Absolwent Olsztyńskiej Szkoły Wyższej im. Józefa Rusieckiego w Olsztynie. Od 15 lat pracuje z dziećmi, młodzieżą oraz dorosłymi w zakresie diagnostyki i terapii wad postawy ciała, fizjoterapii po urazach narządu ruchu, zabiegach ortopedycznych oraz w terapii dolegliwości bólowych kręgosłupa.

Od 2013 roku wykładowca kierunku Fizjoterapia Olsztyńskiej Szkoły Wyższej obecnie Europejskiej Akademii Medycznych i Społecznych Nauk Stosowanych a od 2023 pracownik dydaktyczny na kierunku Fizjoterapia Szkoły Zdrowia Publicznego Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, kształci studentów w zakresie anatomii palpacyjnej, biomechaniki, kinezyterapii, masażu oraz podstaw terapii manualnej.

Uczestnik licznych szkoleń i kursów m.in.: Anatomii palpacyjnej, Terapii Manualnej - system niemiecki, FDM czy metody McKenziego.

Członek I-ej Krajowej Rady Fizjoterapeutów z woj. Warmińsko-Mazurskiego.

W swojej codziennej pracy w gabinecie poza diagnostyką, pracą manualną czy kinezyterapią skupiam się również na fizjoprofilaktyce oraz edukacji pacjenta.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik podczas szkolenia otrzymuje materiały dydaktyczne w formie skryptu (wydruk prezentacji). Podczas zajęć praktycznych Uczestnik korzysta z wyposażenia sali i siłowni. Organizator zapewnia sprzęt siłowy i treningowy niezbędny do ćwiczeń.

Warunki uczestnictwa

W przypadku szkoleń dofinansowanych warunkiem uczestnictwa w szkoleniach jest założenie przez Uczestnika konta w Bazie Usług Rozwojowych oraz spełnienie warunków, które są przedstawione przez danego Operatora, do którego składane są dokumenty o dofinansowanie do usługi rozwojowej.

Informacje dodatkowe

Warunkiem ukończenia szkolenia (a zarazem otrzymania zaświadczenia o ukończeniu) jest frekwencja na poziomie minimum 80%. Dostawca usługi codziennie prowadzi listę obecności. Uczestnik szkolenia codziennie potwierdza swoją obecność na liście .

Czas trwania usługi wynosi 31 godz/dyd. Przerwy nie wliczają się w czas usługi.

Szkolenie kończy się uzyskaniem

Certyfikatu ICVC/MG 20004.28 Masażysta tkanek głębokich który potwierdza wiedzę, umiejętności i kompetencje społeczne osób pracujących lub planujących pracę w firmach prywatnych, instytucjach związanych ze sportem, siłowniach,

Certyfikat ICVC/MG 20004.28 jest wydawany osobom, które zdały Egzamin ICVC weryfikujący ich kwalifikacje do wykonywania zawodu Masażysta tkanek głębokich

Usługa kończy się również uzyskaniem Zaświadczenia o ukończeniu udziału w usłudze rozwojowej Szkolenie: Praktyczne techniki masażu tkanek głębokich i kinesiotapingu.

Adres

ul. 17 Stycznia 90
64-100 Leszno
woj. wielkopolskie

TEB Edukacja, parter sala nr 1P

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Marta Szefler

E-mail marta.szefler@smartszkolenia.pl

Telefon (+48) 666 610 564