



REFLEKSOLOGIA STÓP I TWARZY - Szkolenie stacjonarne

Numer usługi 2025/07/18/10501/2887427

4 059,00 PLN brutto

3 300,00 PLN netto

193,29 PLN brutto/h

157,14 PLN netto/h

1.PRZEDSIĘBIORST
WO
WIELOBRANŻOWE
"LEW" 2.AZIRO
3.EDUKACYJNA
SZANSA - AZIRO
LUIZA Gallus

★★★★★ 4,5 / 5

14 ocen

📍 Jaroty / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 21 h

📅 24.10.2025 do 26.10.2025

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do :

- terapeutów manualnych, masażyistów, kosmetologów, refleksologów,
- osób pracujących w branży beauty & wellness, gabinetach kosmetycznych i terapeutycznych,
- fizjoterapeutów chcących rozszerzyć kompetencje o holistyczne techniki pracy,
- osób rozpoczynających pracę w obszarze terapii naturalnych,
- pasjonatów zdrowia i metod wspomagających dobrostan psychofizyczny.

Szkolenie przeznaczony jest zarówno dla osób z doświadczeniem w pracy z ciałem, jak i początkujących – warunkiem jest motywacja do nauki manualnych technik oraz chęć rozwijania umiejętności w zakresie refleksoterapii.

- Uczestnicy pracują w **kameralnych grupach maksymalnie 4-osobowych**, co umożliwia indywidualne podejście.
- **Praca praktyczna** odbywa się na modelkach lub na sobie nawzajem.
- Każdy uczestnik otrzymuje **skrypt szkoleniowy oraz wszystkie niezbędne materiały do pracy**.
- Zapewnione są **przerwy kawowo-herbaciane z poczęstunkiem**.
- *usługa jest prowadzona w trybie godzin dydaktycznych (45min)*

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

19-10-2025

Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	21
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestnika do samodzielnego i świadomego wykonywania zabiegów refleksologicznych stóp i twarzy z wykorzystaniem wiedzy anatomicznej, map refleksologicznych oraz technik relaksacyjnych i akupresurowych. Uczestnik pozna zasady pracy terapeutycznej, wskazania i przeciwwskazania do zabiegu, nauczy się planować i przeprowadzać pełne sesje, rozpoznawać punkty refleksyjne oraz stosować podejście holistyczne w pracy z klientem.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Analizuje wskazania i przeciwwskazania do wykonywania refleksologii stóp i twarzy.	– rozróżnia sytuacje, w których refleksologia jest zalecana lub niewskazana, – wyjaśnia możliwe reakcje organizmu po zabiegu, – uzasadnia konieczność przeprowadzenia wywiadu przed rozpoczęciem pracy z klientem.	Wywiad swobodny
Potrafi przygotować stanowisko pracy zgodnie z zasadami BHP. Identyfikuje punkty i strefy refleksologiczne na stopach i twarzy.	– lokalizuje obszary odpowiadające konkretnym organom i układom, – wskazuje punkty akupresurowe i ich funkcję, – charakteryzuje zależność między strefą a narządem.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Organizuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami higieny i bezpieczeństwa.	– dobiera środki dezynfekujące i materiały zgodnie z wymogami, – przygotowuje stanowisko oraz narzędzia pracy, – przestrzega zasad BHP w pracy z klientem.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykonuje sekwencję refleksologicznego masażu stóp.	– stosuje odpowiednie techniki dotykowe i relaksacyjne, – zachowuje ciągłość, rytm i kierunek pracy, – dostosowuje siłę nacisku do reakcji klienta.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje sekwencję refleksologicznego masażu twarzy.	– stosuje odpowiednie punkty i kierunki masażu, – wykonuje techniki z zachowaniem precyzji i delikatności, – integruje techniki relaksacyjne z refleksologicznymi.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Projektuje indywidualną sesję łączoną refleksologii stóp i twarzy.	– dobiera odpowiednią kolejność technik, – uzasadnia wybór punktów i stref w odniesieniu do potrzeb klienta, – dostosowuje intensywność i czas trwania do klienta.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Ewaluuje swoje umiejętności i planuje dalszy rozwój zawodowy.	– wskazuje mocne strony i obszary do poprawy, – formułuje wnioski rozwojowe, – wyznacza kierunki dalszego szkolenia lub praktyki.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do samodzielnego wykonywania REFLEKSOLOGIA STÓP I TWARZY . Szkolenie jest skierowane zarówno do początkujących, jak i do osób pracujących w obszarze terapii holistycznych, które chcą poszerzyć swój warsztat.

PROGRAM SZKOLENIA

REFLEKSOLOGIA STÓP (teoria + praktyka)

- Powitanie, struktura szkolenia,- integracja Zna cele, strukturę i sposób pracy
- Historia refleksologii, podejście strefowe, filozofia - Rozumie istotę refleksologii
- Wskazania i przeciwwskazania - Rozpoznaje sytuacje, kiedy można / nie można pracować
- Anatomia stopy: kości, unerwienie, stawy-Zna budowę i zależności funkcjonalne
- Mapy refleksologiczne – lokalizacja organów - Identyfikuje obszary refleksologiczne
- Techniki relaksacyjne i dotykowe na stopach - Wykonuje relaks stóp i wprowadzenie do sesji
- Praktyka: rozluźnianie stopy, praca w parach – Ćwiczy płynność i kontakt terapeutyczny

REFLEKSOLOGIA STÓP | POPOŁUDNIE: WPROWADZENIE DO TWARZY

- Praktyka – pełna sekwencja masażu refleksyjnego stóp - Potrafi przeprowadzić sesję refleksologii stóp
- Ocena mocnych stron i korekta pracy - Uczy się analizy własnej praktyki
- Wprowadzenie do refleksologii twarzy - Rozumie zasady i specyfikę pracy na twarzy
- Anatomia twarzy -Zna struktury twarzy kluczowe w refleksologii
- Mapy refleksologiczne twarzy + punkty akupresurowe - Lokalizuje strefy i punkty na twarzy
- Techniki relaksacyjne twarzy -Wykonuje wprowadzenie do sesji twarzy

REFLEKSOLOGIA TWARZY + INTEGRACJA

- Praktyka: pełna sekwencja masażu twarzy - Płynnie wykonuje refleksologię twarzy
- Techniki liftingujące i akupresura - Rozumie rytm i kierunki pracy
- Protokół masażu twarzy – samodzielna praca Samodzielnie stosuje cały schemat zabiegu
- Ewaluacja i omówienie wyników - Ocena poziomu umiejętności i dalsza droga
- Sesje łączone: stopy + twarz (protokół całościowy) - Potrafi połączyć techniki w jeden masaż
- Podsumowanie, szkolenia

WALIDACJA ODBĘDZIE SIĘ PODCZAS OSTATNICH 45 MINUT SZKOLENIA DLA KAŻDEGO UCZESTNIKA. PROCES WALIDACJI BĘDZIE MIAŁ FORMĘ SWOBODNEGO WYWIADU ORAZ OBSERWACJI W WARUNKACH SYMULOWANYCH, W TRAKCIE KTÓREGO OSOBA WERYFIKUJĄCA ZADA PYTANIA DOTYCZĄCE KLUCZOWYCH ZAGADNIEŃ TEORETYCZNYCH METODY REFLEKSOLOGIA STÓP I TWARZY ORAZ ZASAD DZIAŁANIA REFLEKSOLOGIA STÓP I TWARZY. DODATKOWO UCZESTNIK ZOSTANIE POPROSZONY O PRAKTYCZNE ZAPREZENTOWANIE WYBRANYCH punkty REFLEKSOLOGIA STÓP I TWARZY, WŁAŚCIWEGO UŁOŻENIA RĄK ORAZ PRZEBIEGU FRAGMENTU SESJI, ZGODNIE Z PROTOKOŁEM METODY.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 31

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 31 Wprowadzenie do refleksologii stóp	ANNA PODLEWSKA	24-10-2025	08:00	08:45	00:45
2 z 31 Anatomia stopy – struktura i funkcje	ANNA PODLEWSKA	24-10-2025	08:45	09:30	00:45
3 z 31 Mapy refleksologiczne – teoria i praktyka	ANNA PODLEWSKA	24-10-2025	09:30	10:15	00:45
4 z 31 Przerwa	ANNA PODLEWSKA	24-10-2025	10:15	10:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 31 Techniki podstawowe refleksologii stóp	ANNA PODLEWSKA	24-10-2025	10:30	11:15	00:45
6 z 31 Sesja praktyczna – techniki na modelkach	ANNA PODLEWSKA	24-10-2025	11:15	12:45	01:30
7 z 31 Przerwa	ANNA PODLEWSKA	24-10-2025	12:45	13:00	00:15
8 z 31 Integracja technik	ANNA PODLEWSKA	24-10-2025	13:00	13:45	00:45
9 z 31 Praca z różnymi typami stóp	ANNA PODLEWSKA	24-10-2025	13:45	14:30	00:45
10 z 31 Sesja praktyczna – indywidualna	ANNA PODLEWSKA	24-10-2025	14:30	15:15	00:45
11 z 31 Wprowadzenie do refleksologii twarzy	ANNA PODLEWSKA	25-10-2025	08:00	08:45	00:45
12 z 31 Anatomia twarzy – struktura i funkcje	ANNA PODLEWSKA	25-10-2025	08:45	09:30	00:45
13 z 31 Mapy refleksologiczne twarzy	ANNA PODLEWSKA	25-10-2025	09:30	10:15	00:45
14 z 31 Przerwa	ANNA PODLEWSKA	25-10-2025	10:15	10:30	00:15
15 z 31 Techniki podstawowe refleksologii twarzy	ANNA PODLEWSKA	25-10-2025	10:30	11:15	00:45
16 z 31 Sesja praktyczna – techniki na modelkach	ANNA PODLEWSKA	25-10-2025	11:15	12:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 31 Wskazania i przeciwwskazania	ANNA PODLEWSKA	25-10-2025	12:00	12:45	00:45
18 z 31 Przerwa	ANNA PODLEWSKA	25-10-2025	12:45	13:00	00:15
19 z 31 Integracja technik	ANNA PODLEWSKA	25-10-2025	13:00	13:45	00:45
20 z 31 Praca z różnymi typami twarzy	ANNA PODLEWSKA	25-10-2025	13:45	14:30	00:45
21 z 31 Sesja praktyczna – indywidualna	ANNA PODLEWSKA	25-10-2025	14:30	15:15	00:45
22 z 31 Powtórzenie technik stóp i twarzy	ANNA PODLEWSKA	26-10-2025	08:00	08:45	00:45
23 z 31 Integracja refleksologii stóp i twarzy	ANNA PODLEWSKA	26-10-2025	08:45	09:30	00:45
24 z 31 Sesja praktyczna – połączenie technik	ANNA PODLEWSKA	26-10-2025	09:30	10:15	00:45
25 z 31 Przerwa	ANNA PODLEWSKA	26-10-2025	10:15	10:30	00:15
26 z 31 Praca z klientem – symulacja sesji	ANNA PODLEWSKA	26-10-2025	10:30	11:15	00:45
27 z 31 Analiza przypadków	ANNA PODLEWSKA	26-10-2025	11:15	12:00	00:45
28 z 31 Wskazówki dotyczące praktyki zawodowej	ANNA PODLEWSKA	26-10-2025	12:00	12:45	00:45
29 z 31 Przerwa	ANNA PODLEWSKA	26-10-2025	12:45	13:00	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
30 z 31 Sesja praktyczna – indywidualna	ANNA PODLEWSKA	26-10-2025	13:00	13:45	00:45
31 z 31 Walidacja	-	26-10-2025	13:45	14:30	00:45

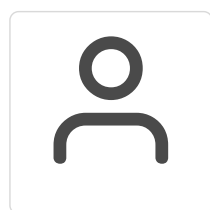
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 059,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 300,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	193,29 PLN
Koszt osobogodziny netto	157,14 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

ANNA PODLEWSKA

Anna Podlewska – terapeutka, trenerka i założycielka Naturalness Anna Podlewska

Od kilku lat specjalizuję się w pracy z ciałem, wykorzystując masaż Kobido i Facemodeling z elementami osteoplastyki twarzy. Jako certyfikowana naturoterapeutka, bioenergoterapeutka i refleksolożka wspieram procesy zdrowienia i regeneracji w sposób naturalny, łagodny i skuteczny.

W swojej praktyce łączę podejście manualne z technikami pracy z umysłem. Ukończyłam Polską Akademię NLP oraz Szkołę Coachingu, co pozwala mi holistycznie wspierać klientki zarówno na poziomie fizycznym, jak i emocjonalnym oraz mentalnym.

We wrześniu 2024 roku uzyskałam międzynarodowy certyfikat hipnoterapeuty OMNI Hypnosis Training Center® – jednej z najbardziej renomowanych szkół hipnozy na świecie.

Od ponad dwóch lat szkolę innych w zakresie naturalnych metod wspierania zdrowia, m.in. z refleksologii, masażu Kobido oraz technik manualnych twarzy. Moje warsztaty i szkolenia łączą wiedzę, doświadczenie i pasję do pracy z ciałem oraz energią.

W firmie Naturalness Anna Podlewska tworzę przestrzeń, w której ciało, umysł i dusza spotykają się w harmonii. Każdą osobę traktuję indywidualnie, z uważnością i szacunkiem, wspierając ją w powrocie do wewnętrznej równowagi i naturalnego dobrostanu.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt i mapy refleksologiczne

Adres

ul. Lazurowa 21/4
10-687 Jaroty
woj. warmińsko-mazurskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Luiza Gallus

E-mail edukacyjnaszansa@op.pl

Telefon (+48) 501 617 032