



Agata Olszewska-Sarapata
Warsztat Rozwoju

★★★★★ 4,9 / 5
605 ocen

Intensywne szkolenie indywidualne hawajskiego masażu terapeutycznego Lomi Lomi

Numer usługi 2025/08/04/34566/2921969

📍 Turka / mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 30 h

📅 29.08.2025 do 03.09.2025

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

166,67 PLN brutto/h

166,67 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Uroda
Grupa docelowa usługi	Szkolenie dedykowane dla osób początkujących, zainteresowanych rozwijaniem kompetencji w obszarze relaksacyjnej (terapeutycznej) pracy z ciałem, oraz masażyistów i terapeutów zainteresowanych poszerzeniem kompetencji.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	1
Data zakończenia rekrutacji	28-08-2025
Forma prowadzenia usługi	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
Liczba godzin usługi	30
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 Lomi Lomi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Samodzielnie organizuje ergonomiczne i wygodne stanowisko pracy.	Dopasowuje wysokość stołu do swojego wzrostu i komfortowej postawy przy stole. Bada poziom wygody klienta (przeprowadza wywiad) i proponuje rozwiązania zwiększające poziom wygody (np. regulacja wysokości podglówka, kształtki). stanowiska pracy.	Wywiad ustrukturyzowany
		Obserwacja w warunkach symulowanych
Identyfikuje potrzeby klienta i stosuje adekwatne do nich techniki.	Przeprowadza wywiad w celu rozpoznania ograniczeń ruchowych klienta. Przeprowadza wywiad w celu określenia potrzeb klienta. Dopasowuje pracę i stosowane techniki do pozyskanych informacji.	Wywiad ustrukturyzowany
		Obserwacja w warunkach symulowanych
Definiuje i wykorzystuje podstawowe formy masażu Lomi Lomi.	Definiuje i wykorzystuje: - Technikę ruchu podstawowego na plecach - Techniki rozluźniania barków, bioder, kolan i stawów skokowych. - Techniki masażu brzuchu - Rotacje na głowie - Rotacje na rękach - Rotacje na nogach - Wjazdy pod plecy.	Wywiad ustrukturyzowany
		Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykorzystuje techniki wspomagające prawidłowe przeprowadzenie masażu	Definiuje i wykorzystuje: - techniki automasażu, które poprzez rozluźnienie mięśni, wpływają na dobre samopoczucie masażysty i jego wygodną postawę podczas sesji masażu	Wywiad ustrukturyzowany
		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

Nauka z hawajskiego masażu Lomi Lomi odbywać się będzie przez krótkie omówienie techniki przez prowadzącą i wielokrotne ćwiczenia praktyczne osoby uczącej się na modelu (ciele ludzkim).

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

1. Wprowadzenie do szkolenia - Wprowadzenie do szkolenia - czym jest lomi lomi, skąd pochodzi, jakie ma działanie terapeutyczne.
2. Oddech w lomi lomi - ćwiczenia.
3. Nauka tańca nawigatora.
4. Technika ustawiania się masażysty przy stole, nauka oddawania swojego ciężaru.
5. Masaż tyłu ciała - olejowanie, ruch podstawowy na plecach - krótki i wydłużony, masaż brzucha, rozluźnianie barków, bioder, kolan i stawów skokowych.
6. Jak rozmawiać z klientem, jak opowiadać o lomi, o co pytać klienta, jakie są przeciwwskazania, jak dobrać techniki masażu do konkretnego ciała (kontuzje, przebyte choroby, zakresy ruchu).
7. Nauka automasażu.
8. Nauka rotacji na sucho. Natura i cele rotacji, struktura i technika rotacji, ćwiczenia praktyczne, omówienie możliwych trudności przy wykonywaniu rotacji.
9. Rotacja głowy, rotacja rąk wewnętrzna i zewnętrzna, rotacje nóg - zewnętrzna, wewnętrzna mała i duża.
10. Masaż przodu ciała. Rotacje głowy, rąk, nóg, masaż brzucha i mostka, wjazdy pod plecy, masaż twarzy i głowy.

Jest to szkolenie indywidualne.

Usługa jest realizowana w godzinach zegarowych. Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.

Szkolenie obejmuje 2,5 godziny teorii, 24 godziny praktyki, 3,5 godziny walidacji.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 41

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 41 Wprowadzenie do szkolenia - czym jest lomi lomi, skąd pochodzi, jakie ma działanie terapeutyczne.	Anna Wojdat	29-08-2025	08:00	09:00	01:00	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
2 z 41 Początkowe prawdzenie wiedzy i umiejętności.	-	29-08-2025	09:00	09:30	00:30	Nie
3 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	29-08-2025	09:30	09:45	00:15	Tak
4 z 41 Oddech w lomi lomi - ćwiczenia.	Anna Wojdat	29-08-2025	09:45	10:15	00:30	Tak
5 z 41 Nauka tańca nawigatora.	Anna Wojdat	29-08-2025	10:15	10:45	00:30	Tak
6 z 41 Technika ustawiania się masażysty przy stole, nauka oddawania swojego ciężaru.	Anna Wojdat	29-08-2025	10:45	11:15	00:30	Tak
7 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	29-08-2025	11:15	11:30	00:15	Tak
8 z 41 Masaż tyłu ciała - olejowanie, ruch podstawowy na plecach - krótki i wydłużony, masaż brzucha, rozluźnianie barków, bioder, kolan i stawów skokowych.	Anna Wojdat	29-08-2025	11:30	13:00	01:30	Tak
9 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	29-08-2025	13:00	13:15	00:15	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
10 z 41 Masaż tyłu ciała - olejowanie, ruch podstawowy na plecach - krótki i wydłużony, masaż brzucha, rozluźnianie barków, bioder, kolan i stawów skokowych.	Anna Wojdat	29-08-2025	13:15	14:45	01:30	Tak
11 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	29-08-2025	14:45	15:00	00:15	Tak
12 z 41 Masaż tyłu ciała - olejowanie, ruch podstawowy na plecach - krótki i wydłużony, masaż brzucha, rozluźnianie barków, bioder, kolan i stawów skokowych.	Anna Wojdat	29-08-2025	15:00	16:30	01:30	Tak
13 z 41 Jak rozmawiać z klientem, jak opowiadać o lomi, o co pytać klienta, jakie są przeciwwskaz ania, jak dobrać techniki masażu do konkretnego ciała (kontuzje, przebyte choroby, zakresy ruchu).	Anna Wojdat	30-08-2025	08:00	09:30	01:30	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
14 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	30-08-2025	09:30	09:45	00:15	Tak
15 z 41 Nauka automasażu.	Anna Wojdat	30-08-2025	09:45	11:15	01:30	Tak
16 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	30-08-2025	11:15	11:30	00:15	Tak
17 z 41 Nauka rotacji na sucho. Natura i cele rotacji, struktura i technika rotacji, ćwiczenia praktyczne, omówienie możliwych trudności przy wykonywaniu rotacji.	Anna Wojdat	30-08-2025	11:30	13:00	01:30	Tak
18 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	30-08-2025	13:00	13:15	00:15	Tak
19 z 41 Rotacja głowy, rotacja rąk wewnętrzna i zewnątrzna, rotacje nóg - zewnątrzna, wewnętrzna mała i duża.	Anna Wojdat	30-08-2025	13:15	14:45	01:30	Tak
20 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	30-08-2025	14:45	15:00	00:15	Tak
21 z 41 Rotacja głowy, rotacja rąk wewnętrzna i zewnątrzna, rotacje nóg - zewnątrzna, wewnętrzna mała i duża.	Anna Wojdat	30-08-2025	15:00	16:30	01:30	Tak
22 z 41 Ćwiczenia oddechowe.	Anna Wojdat	31-08-2025	08:00	09:00	01:00	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
23 z 41 Taniec nawigatora - ćwiczenia	Anna Wojdat	31-08-2025	09:00	09:30	00:30	Tak
24 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	31-08-2025	09:00	09:45	00:45	Tak
25 z 41 Taniec nawigatora - ćwiczenia	Anna Wojdat	31-08-2025	09:45	10:15	00:30	Tak
26 z 41 Masaż przodu ciała. Rotacje głowy, rąk, nóg	Anna Wojdat	31-08-2025	10:15	11:15	01:00	Tak
27 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	31-08-2025	11:15	11:30	00:15	Tak
28 z 41 Masaż przodu ciała cd. Masaż brzucha i mostka.	Anna Wojdat	31-08-2025	11:30	13:00	01:30	Tak
29 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	31-08-2025	13:00	13:15	00:15	Tak
30 z 41 Masaż przodu ciała cd. Wjazdy pod plecy.	Anna Wojdat	31-08-2025	13:15	14:45	01:30	Tak
31 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	31-08-2025	14:45	15:00	00:15	Tak
32 z 41 Masaż przodu ciała cd. Masaż twarzy i głowy.	Anna Wojdat	31-08-2025	15:00	16:30	01:30	Tak
33 z 41 Ćwiczenia oddechowe, taniec nawigatora, automasaż - powtórzenie.	Anna Wojdat	03-09-2025	08:00	09:30	01:30	Tak
34 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	03-09-2025	09:30	09:45	00:15	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
35 z 41 Sesja pytań i odpowiedzi.	Anna Wojdat	03-09-2025	09:45	11:15	01:30	Tak
36 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	03-09-2025	11:15	11:30	00:15	Tak
37 z 41 Sesja pytań i odpowiedzi cd.	Anna Wojdat	03-09-2025	11:30	13:30	02:00	Tak
38 z 41 Przerwa	Anna Wojdat	03-09-2025	13:30	13:45	00:15	Tak
39 z 41 Walidacja cz1 – sesja integrująca - wykonanie pełnego masażu Lomi Lomi (tył i przód ciała).	-	03-09-2025	13:45	14:45	01:00	Nie
40 z 41 Przerwa	-	03-09-2025	14:45	15:00	00:15	Nie
41 z 41 Walidacja cz2 - wywiad z osobą szkolącą się.	-	03-09-2025	15:00	16:30	01:30	Nie

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	166,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	166,67 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Anna Wojdat

Anna Wojdat - praktyczka i nauczycielka terapeutycznego masażu hawajskiego Lomi Lomi. Masuje od sierpnia 2020 jako działalność nierejestrowaną. Jednoosobowa działalność gospodarcza Anna Wojdat Droga Serca (NIP 7962636839) zarejestrowana od 25.09.2021. Uczy od września 2022 w systemie indywidualnym w ramach kursów podstawowych, zaawansowanych, korepetycji i supervizji.

Odbyte kursy i szkolenia:

Lomi Lomi Nui Kinomana I prowadzony przez Małgorzatę Pawulę (Moc uważnego dotyku Małgorzata Pawula) 11.07-17.07.2020.

Indywidualny intensywny kurs Lomi Lomi Nui i automasażu, prowadzony przez Agnieszkę Kawulę (Kawula. Agnieszka Kawula), 8-11.02.2021.

Lomi Lomi Nui dla kobiet w ciąży prowadzony przez Agnieszkę Kawulę (Kawula. Agnieszka Kawula), 8.10.2021.

Intensywny kurs nauczycielski hawajskiego masażu terapeutycznego Lomi Lomi prowadzony przez Agnieszkę Kawulę (Kawula. Agnieszka Kawula), 29-31.09.2022.

Pogłębiony kurs Lomi Lomi prowadzony przez Magdalenę Grabowicz (Aloha Magdalena – Terapia i Nauka Lomi Lomi), 20-27.01.2023.

Technika – taniec – głębia – od podstawy i mechaniki ruchu, do przepływu i głębi w masażu Lomi Lomi Nui – warsztat prowadzony przez Zofię Gadomską (Aloha Ano Zofia Gadomska), 4-7.05.2023.

Kobido w duchu Aloha – kurs prowadzony przez Annę Zaleską (Anna Zaleska BODYTEMPLE), 27-28.04.2024.

W ostatnich dwóch latach przeprowadziła min 120 godzin usług szkoleniowych o podobnej tematyce.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje notatnik i długopis oraz 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 lub dofinansowania poniżej 70% wartości usługi do ceny usługi zostanie doliczony podatek VAT w wysokości 23%.

Informacje dodatkowe

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

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

Warunki techniczne

Opis warunków technicznych:

1. Wymagania sprzętowe: System Windows z procesorem Intel Dual-Core o częstotliwości 2.XX GHz lub procesorem AMD (zalecane minimum 2 GB RAM). Mac z systemem MacOS 10.12 lub nowszym na wspieranym urządzeniu z procesorem Intel CPI (zalecane minimum 2 GB RAM).
2. Zainstalowany system operacyjny: Windows 7 z dodatkiem Service Pack 1 lub nowszy. Upewnij się, że masz zaktualizowane sterowniki. MacOS 10.12 lub nowszy na wspieranym Macu.
3. Zainstalowana przeglądarka internetowa: Ostatnie dwie główne wersje jednej z następujących przeglądarek: Google Chrome, Mozilla Firefox, Apple Safari, Microsoft Edge.
4. Minimalna wymagana przepustowość łącza: Przy transferze wychodzącym - minimum 300 kb/s. Przy transferze przychodzącym - minimum 300 kb/s.

Adres

ul. Bukowa 6/1
20-258 Turka
woj. lubelskie

Anna Wojdat Droga Serca

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Agata Olszewska-Sarapata

E-mail coaching.agata.olszewska@gmail.com

Telefon (+48) 668 820 300