



Holistic Beauty
Katarzyna Tlałka-
Sochal

★★★★★ 5,0 / 5

17 ocen

Szkolenie z masażu Bańką Próżniową - Lifting Twarzy

Numer usługi 2025/08/11/157489/2934645

📍 Zawada / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 11 h

📅 30.09.2025 do 30.09.2025

550,00 PLN brutto

550,00 PLN netto

50,00 PLN brutto/h

50,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

- Profesjonalni Masażyści:** Osoby już pracujące w branży masażu i wellness, które chcą poszerzyć swoje umiejętności i ofertę o specjalistyczne techniki masażu bańką próżniową.
- Kosmetolodzy i Terapeuci Urody:** Specjaliści zajmujący się pielęgnacją i terapiami urody, którzy pragną wzbogacić swoje kompetencje o techniki masażu twarzy oparte na starożytnej japońskiej wiedzy.
- Początkujący w Branży Wellness:** Osoby, które dopiero rozpoczynają swoją karierę w dziedzinie masażu, kosmetologii lub terapii urody i szukają specjalistycznych umiejętności, które wyróżnią ich na rynku.
- Entuzjaści Zdrowego Stylu Życia i Pielęgnacji Naturalnej:** Osoby zainteresowane holistycznymi metodami dbania o urodę i zdrowie, które chcą nauczyć się technik pracy bańką próżniową dla własnych potrzeb lub z zamiarem podzielenia się nimi z innymi.
- Idealne szkolenia dla osób,** które pragną nie tylko zdobyć nowe umiejętności, ale także pogłębić swoją wiedzę o holistycznych metodach dbania o ciało i umysł.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

8

Data zakończenia rekrutacji

24-09-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

11

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie ma na celu nabycie umiejętności technik masażu bańką próżniową oraz zrozumienie anatomii ludzkiego ciała i twarzy.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Po ukończeniu szkolenia uczestnik: Zna zasady i filozofię pracy bańką próżniową oraz jej wpływ na procesy regeneracji, modelowania i detoksykacji tkanek. Rozpoznaje wskazania i przeciwwskazania do wykonywania zabiegów bańką próżniową. Lokalizuje najważniejsze struktury anatomiczne: przebieg mięśni, powięzi, obszary drenażowe i węzły chłonne. Opanowuje techniki zasysania, przesuwania i pracy stacjonarnej bańką, dostosowane do różnych partii twarzy i ciała. Prawidłowo dobiera rozmiar bańki, siłę podciśnienia i tempo pracy do typu skóry, gęstości tkanek i oczekiwanego efektu. Przeprowadza pełny, spersonalizowany zabieg bańką próżniową, zachowując ergonomię i zasady bezpieczeństwa. Rozumie wpływ podciśnienia na mikrokążenie, przepływ limfy, elastyczność skóry i napięcie mięśniowe. Potrafi zaplanować serię zabiegową i udzielić klientowi zaleceń pozabiegowych. Uzyskuje certyfikat potwierdzający nabycie kompetencji do wykonywania zabiegów bańką próżniową.	Uczestnik potrafi omówić mechanizm działania bańki próżniowej i opisać jej korzyści w terapii estetycznej i modelującej. Wskazuje sytuacje, w których zabieg jest zalecany oraz te, w których należy go unikać. Prawidłowo wskazuje obszary do pracy oraz omija strefy ryzyka. Wykonuje poprawnie techniki na modelu zgodnie z instruktażem. Wykazuje umiejętność indywidualizacji zabiegu poprzez dobór rozmiaru bańki, siły podciśnienia i tempa pracy. Wykonuje zabieg na modelu w prawidłowej kolejności i czasie trwania. Potrafi uzasadnić dobór techniki do celu zabiegu na podstawie wiedzy o jej wpływie na tkanki. Opracowuje harmonogram zabiegów i przygotowuje pisemne zalecenia dla klienta. Pozytywnie przechodzi część teoretyczną i praktyczną egzaminu końcowego.	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

Wprowadzenie do liftingu bańką próżniową:

Historia i pochodzenie bańki

Zasady działania bańki

Wskazania i przeciwwskazania do stosowania bańki

Anatomia i fizjologia skóry

Struktura skóry.

Krążenie krwi i limfy.

Procesy starzenia się skóry.

Rodzaje baniek

Materiały, z których są wykonane (silikon, szkło, plastik).

Różnice w zastosowaniu.

Techniki masażu bańką

Przygotowanie do masażu (olejki, techniki relaksacyjne).

Różne techniki stosowania baniek: zasysanie, przesuwanie, pulsowanie.

Specjalne techniki dla twarzy i ciała.

Bezpieczeństwo i higiena

Dezynfekcja baniek i narzędzi.

Zapobieganie zakażeniom i podrażnieniom skóry.

Część praktyczna

Przygotowanie do masażu

Demonstracja i praktyczne przygotowanie stanowiska pracy.

Wybór odpowiednich olejków i kremów.

Techniki masażu bańką

Wykorzystanie różnych technik i intensywności masażu.

Delikatne techniki masażu twarzy.

Lifting i poprawa krążenia w obszarze twarzy.

Praktyczne sesje z modelami

Każdy uczestnik przeprowadza pełną sesję masażu pod okiem instruktora.
Indywidualne wskazówki i korekty techniki.
Podsumowanie i certyfikacja
Omówienie zdobytej wiedzy i umiejętności

Pytania i odpowiedzi.
Rozwiązywanie problemów i wątpliwości.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 8

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 8 Historia i pochodzenie bańkiZasady działania bańkiWskazania i przeciwwskazania,	Katarzyna Tlałka-Sochal	30-09-2025	09:00	09:30	00:30
2 z 8 Anatomia i fizjologia skóry Struktura skóry. Krążenie krwi i limfy. Procesy starzenia się skóry. Rodzaje baniek Materiały, z których są wykonane, Różnice w zastosowaniu.	Katarzyna Tlałka-Sochal	30-09-2025	09:30	11:00	01:30
3 z 8 Techniki masażu bańką Przygotowanie do masażu,Różne techniki stosowania baniek,techniki dla twarzy i ciała.Bezpieczeństwo i higiena Dezynfekcja baniek i narzędzi.	Katarzyna Tlałka-Sochal	30-09-2025	11:00	13:30	02:30
4 z 8 Przerwa	Katarzyna Tlałka-Sochal	30-09-2025	13:30	14:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 8 Przygotowanie do masażu Demonstracja i praktyczne przygotowanie stanowiska pracy. Wybór odpowiednich olejków i kremów. Techniki masażu bańką Wykorzystanie różnych technik i intensywności masażu.	Katarzyna Tlałka-Sochal	30-09-2025	14:00	16:00	02:00
6 z 8 Delikatne techniki masażu twarzy. Lifting i poprawa krążenia, Praktyczne sesje z modelami Każdy uczestnik przeprowadza pełną sesję masażu. Indywidualne wskazówki i korekty techniki.	Katarzyna Tlałka-Sochal	30-09-2025	16:00	17:00	01:00
7 z 8 Podsumowanie i certyfikacja Omówienie zdobytej wiedzy i umiejętności Pytania i odpowiedzi. Rozwiązywanie problemów i wątpliwości.	Katarzyna Tlałka-Sochal	30-09-2025	17:00	17:15	00:15
8 z 8 Walidacja	-	30-09-2025	17:15	18:00	00:45

Cennik

Cennik

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

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	550,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	550,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	50,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	50,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Katarzyna Tłałka-Sochal

Właścicielka Gabinetu Holistic Beauty i Recovery Box • Dyplomowana kosmetyczka, Terapeutka twarzy • Absolwentka Wyższej Szkoły Zawodowej w Przemyślu; kierunek- Kosmetologia Lecznicza • Certyfikowany trener VCC - Standard Training Sessions In Beautician • Certyfikowana Terapeutka Sculptural Face Lifting Method by Yakov Gershovich • Trener liftingującego masażu twarzy KOBIDO (Kobido Japan dr Shogo Mochizuki), Masażu Transbukalnego oraz Rozluźniania Mięśniowo-Powięziowego MyoFacial – Masaż Mioplastyczny • Trener i specjalistka w zakresie pracy z Nerwem Błędnym w Masażu Poliwagalnym • Trener technologii TECAR • Zwolenniczka naturalnych metod odmładzania, swoją pracę opiera na terapiach skojarzonych – łączeniu technik manualnych z innowacyjnymi technologiami, np. TECAR • Zwolenniczka nauki poprzez praktykę zgodnie z filozofią Davida Kolba mówiącą o tym, że „Człowiek uczy się głównie przez doświadczenie” • Pasjonatka holistycznego podejścia do dbania o twarz i ciało • Interesuje się rozwojem osobistym, medytacją, uwielbia kontakt z ludźmi, podróże i aktywny wypoczynek

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uzyskasz dostęp do materiałów edukacyjnych, w tym filmów instruktażowych i skryptów, które umożliwią Ci dalszą naukę i doskonalenie nabytych umiejętności w dogodnym dla Ciebie czasie. Po zakończeniu kursu zapewniamy także ciągłe wsparcie ze strony naszych trenerów.

Informacje dodatkowe

Zapewniamy kawę, herbatę, napoje, przekąski, obiad jednodaniowy.

Adres

ul. Jesionowa 59
46-022 Zawada
woj. opolskie

Lokal znajduje się na pierwszym piętrze.

Dogodny Dojazd: Lokal jest łatwo dostępny zarówno komunikacją miejską, jak i samochodem, z możliwością parkowania. W pobliżu znajduje się duży bezpłatny parking, baza noclegowa.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



Katarzyna Tlałka-Sochal

E-mail ktsochal@gmail.com

Telefon (+48) 886 269 681