



Eksperckie Szkolenie z Masażu Limfatycznego – techniki drenażu wspierające redukcję obrzęków i poprawę krążenia limfy

Numer usługi 2025/08/12/178215/2936526

5 262,50 PLN brutto
5 262,50 PLN netto
328,91 PLN brutto/h
328,91 PLN netto/h

NAM Aneta
Nazarow-Sobik

★★★★★ 4,9 / 5

134 oceny

📍 Rybnik / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 08.11.2025 do 09.11.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Grupa docelowa usługi	Szkolenie przeznaczone jest dla profesjonalistów, a także amatorów i pasjonatów zdrowia, którzy chcą nauczyć się profesjonalnych technik masażu limfatycznego – zarówno w celu wykorzystania ich w pracy, jak i w celach prywatnych. Uczestnicy nie muszą posiadać wcześniejszego doświadczenia w masażu ani wykształcenia kierunkowego. Szkolenie prowadzone jest od podstaw, z naciskiem na praktyczne umiejętności, które można od razu wykorzystać w pracy z klientami i lub w kontekście własnych potrzeb.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	07-11-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do samodzielnego wykonywania masażu limfatycznego, który wspiera redukcję obrzęków, poprawia krążenie limfy, wspomaga detoksykację organizmu oraz procesy regeneracyjne. Omawiane i ćwiczone będą

zarówno techniki manualne, jak i elementy drenażu w kontekście estetycznym (modelowanie sylwetki) oraz terapeutycznym (obrzęki pourazowe, pooperacyjne, obrzęki limfatyczne).

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Omawia zasady masażu limfatycznego, wskazania i przeciwwskazania	Wymienia podstawowe zasady i zastosowania	Test teoretyczny
Rozróżnia techniki masażu manualnego i specjalistycznego drenażu limfatycznego	Klasyfikuje techniki wg celu: redukcja obrzęków, wspomaganie regeneracji, poprawa metabolizmu tkanek	Test teoretyczny
Dobiera odpowiednie techniki do problemu klienta	Opracowuje plan zabiegu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykonuje masaż limfatyczny z prawidłową sekwencją i tempem	Prawidłowo stosuje techniki: głaskania, przepychania, opróżniania węzłów chłonnych	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Analizuje potrzeby klienta	Przeprowadza wywiad i ocenia stan obrzęków	Wywiad swobodny
Przestrzega zasad ergonomii i higieny i	Zachowuje poprawną postawę i zapewnia komfort pacjenta	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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	FUNDACJA MY PERSONALITY SKILLS
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak

Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR Tak

Program

Dzień 1 – Masaż limfatyczny w obszarze kończyn dolnych i górnych (8h)

1. Wprowadzenie do masażu limfatycznego: fizjologia układu limfatycznego, wskazania, przeciwwskazania
2. Techniki opróżniania i przepychania limfy – teoria i praktyka
3. Masaż limfatyczny kończyn dolnych – pokaz instruktora
4. Ćwiczenia praktyczne w parach
5. Omówienie zastosowań w redukcji obrzęków pourazowych i pooperacyjnych

Dzień 2 – Masaż limfatyczny twarzy, brzucha i obszarów specjalnych (8h)

1. Techniki masażu limfatycznego twarzy i szyi – zastosowanie w kosmetologii i terapii
2. Masaż limfatyczny brzucha – wsparcie procesów metabolicznych
3. Łączenie technik drenażu z innymi metodami terapeutycznymi
4. Ćwiczenia praktyczne w parach
5. Walidacja – egzamin teoretyczny i praktyczny wykonywany przez Fundację My Personality Skills

Szkolenie kończy się walidacją przeprowadzoną przez uprawnioną osobę. Uczestnik otrzymuje **certyfikat potwierdzający zdobycie kwalifikacji**, wydany przez Fundację My Personality Skills.

Po zakończeniu szkolenia zostanie przeprowadzony zewnętrzny egzamin - WALIDACJA w standardzie MY PERSONALITY SKILLS® potwierdzający: Nabycie kwalifikacji zawodowej **Specjalista masażu limfatycznego**

Walidacja szkolenia zostanie przeprowadzona w dwóch etapach: egzaminie teoretycznym oraz egzaminie praktycznym, których celem jest sprawdzenie poziomu opanowania wiedzy i umiejętności zdobytych przez uczestników podczas szkolenia.

Egzamin teoretyczny

Uczestnicy przystąpią do pisemnego egzaminu teoretycznego składającego się z 40 pytań jednokrotnego wyboru.

Egzamin praktyczny

Egzamin praktyczny składa się z 5 zadań, które uczestnicy będą realizowali indywidualnie.

Egzamin oceniany jest według arkusza oceny praktycznej, a każde zadanie punktowane będzie oddzielnie.

Egzamin ten potwierdza nabycie kwalifikacji zawodowej.

Warunki niezbędne do spełnienia przez uczestników: brak wymagań

Ćwiczenia praktyczne – rotacyjna praca uczestników w parach umożliwia naukę poprzez doświadczanie technik zarówno w roli wykonującego, jak i osoby poddawanej zabiegowi. W przypadku nieparzystej liczby uczestników, organizator zapewnia modela pokazowego.

Walidacja jest wliczona do procesu kształcenia.

W trakcie realizacji usługi zaplanowane zostały przerwy, które wliczają się do procesu kształcenia

Usługa jest realizowana w godzinach zegarowych

Szkolenie składa się z 2 godzin zegarowych teorii oraz z 13 godziny zegarowej praktyki (w tym zawarte przerwy) oraz 1 godziny zegarowej egzaminu-walidacji.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Wprowadzenie do masażu limfatycznego	Paweł Cieślik	08-11-2025	08:00	09:00	01:00
2 z 12 Przerwa	Paweł Cieślik	08-11-2025	09:00	09:15	00:15
3 z 12 Zajęcia teoretyczno-praktyczne – kończyny dolne	Paweł Cieślik	08-11-2025	09:15	12:00	02:45
4 z 12 Przerwa obiadowa	Paweł Cieślik	08-11-2025	12:00	12:30	00:30
5 z 12 Ćwiczenia praktyczne – kończyny górne	Paweł Cieślik	08-11-2025	12:30	15:00	02:30
6 z 12 Omówienie efektów	Paweł Cieślik	08-11-2025	15:00	16:00	01:00
7 z 12 Masaż twarzy i szyi – wprowadzenie	Paweł Cieślik	09-11-2025	08:00	09:00	01:00
8 z 12 Przerwa	Paweł Cieślik	09-11-2025	09:00	09:15	00:15
9 z 12 Zajęcia teoretyczno-praktyczne – brzuch i obszary specjalne	Paweł Cieślik	09-11-2025	09:15	12:00	02:45
10 z 12 Przerwa obiadowa	Paweł Cieślik	09-11-2025	12:00	12:30	00:30
11 z 12 Ćwiczenia praktyczne – całościowy masaż	Paweł Cieślik	09-11-2025	12:30	15:00	02:30
12 z 12 Walidacja – egzamin	-	09-11-2025	15:00	16:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 262,50 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 262,50 PLN
Koszt osobogodziny brutto	328,91 PLN
Koszt osobogodziny netto	328,91 PLN
W tym koszt walidacji brutto	125,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	125,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Paweł Cieślik

Paweł Cieślik – technik masażysta, licencjonowany trener personalny, absolwent Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach oraz Wyższej Szkoły Biznesu w Dąbrowie Górniczej. Posiada 5 letnie doświadczenie zawodowe. Prowadzi własny gabinet masażu i doradztwa. Ukończył TEB Edukacja w Katowicach, uzyskując tytuł technika masażysty. Posiada wpis w Centralnym Rejestrze Osób Uprawnionych do Wykonywania Zawodu Medycznego (nr 174705). Jest aktywnym trenerem i masażystą z wieloletnim doświadczeniem, stale poszerzającym swoją wiedzę poprzez kursy, warsztaty i seminaria branżowe. Specjalizuje się w pracy z klientami indywidualnymi, sportowcami amatorami oraz zawodowymi, łącząc wiedzę z zakresu masażu, treningu i nowoczesnych metod regeneracji.

Wykształcenie i kwalifikacje:

- Technik masażysta – TEB Edukacja Katowice
- Magister zarządzania – Wyższa Szkoła Biznesu w Dąbrowie Górniczej
- Licencjat z zarządzania sportem – Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach

Wybrane szkolenia i kursy zawodowe:

- Kinesiotaping – FORWELL Centrum Fizjoterapii, Treningu Personalnego i Masażu, Katowice (2021)
- Masaż sportowy – Katowice (2023)

- Ergonomia w zawodzie masażyisty – Katowice (2023)
- Masaż centryfugalny (stawowy) – Akademia Sztuki Masażu MENOS, Kraków (2025)
- Licencjonowany trener personalny – RockFit Katowice (2019)
- Kształtowanie sylwetki – Centrum Szkoleń Sportowych, Katowice (2020)
- Kwalifikowana pierwsza pomoc, tytuł ratownika – Retter, Sosnowiec (2015)

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W ramach szkolenia zapewniamy:

- Profesjonalne stanowiska do masażu
- Specjalistyczne kosmetyki i środki pielęgnacyjne
- Materiały edukacyjne w formie skryptu
- Komfortowe warunki (klimatyzacja, Wi-Fi, parking)

Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT:

Szkolenie finansowane w co najmniej 70% zgodnie z § 3 pkt 1 ust. 14 Obwieszczenie Ministra Finansów z dnia 14 czerwca 2025 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Finansów w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz.U. 2025 poz. 832)

W przypadku braku dofinansowania lub dofinansowania na poziomie niższym niż 70% - do ceny usługi należy doliczyć 23% VAT

Adres

ul. Żorska 14
44-207 Rybnik
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Aneta Nazarow - Sobik

E-mail anetanazarow@gmail.com

Telefon (+48) 500 051 126