



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

10 292 oceny

## Kurs Zoga Face Integration – Integracja strukturalna w obrębie mięśni mimicznych, dekoltu i czepca

Numer usługi 2025/10/22/55596/3098172

📍 Rzeszów

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 25:00 h

📅 06.11.2026 do 08.11.2026

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

120,00 PLN brutto/h

120,00 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- lekarzy,
- fizjoterapeutów,
- techników fizjoterapii,
- masażyistów,
- terapeutów manualnych,
- kosmetologów,
- techników usług kosmetycznych,
- studentów ww. kierunków,

Usługa adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem, Lubuskie Bony Rozwojowe, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.

**Minimalna liczba uczestników**

8

**Maksymalna liczba uczestników**

18

**Data zakończenia rekrutacji**

05-11-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

25

# Cel

## Cel edukacyjny

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie modelowanie twarzy i ciała przy pomocy technik manipulacji mięśni, które oddziałują na tkanki w celu normalizacji napięcia mięśniowo-powięziowego obszaru dekoltu, czepca i mięśni mimicznych.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje wpływ postawy ciała na starzenie twarzy, samodzielnie określa właściwości powięzi i zasady tensegracji. Samodzielnie określa wskazania i przeciwwskazania do zabiegu oraz techniki, które które oddziałują na tkanki	Uczestnik definiuje jak postawa ciała wpływa na starzenie się twarzy	Test teoretyczny
	Uczestnik charakteryzuje podstawowe właściwości powięzi i zasady tensegracji	Test teoretyczny
	Uczestnik określa wskazania i przeciwwskazania do zabiegu	Test teoretyczny
	Uczestnik określa techniki, które oddziałują na tkanki normalizujące napięcia mięśniowo-powięziowe obszaru dekoltu, czepca i mięśni mimicznych	Test teoretyczny
Uczestnik samodzielnie wykonuje techniki modelowanie twarzy i ciała w celu normalizacji napięcia mięśniowo-powięziowego obszaru dekoltu, czepca i mięśni mimicznych.	Uczestnik stosuje techniki diagnostyki i korekcji	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik używa technik manualnego modelowania twarzy i ciała, techniki w pracy na zmarszczkach i bliznach po zabiegach oraz techniki powięziowe  Uczestnik pracuje nad zrównoważeniem stawów skroniowo-żuchwowych oraz nad mięśniami skrzydłowymi, żwaczami, wewnętrzną stroną ust i szyją, połączeniem głowo-szyjnym, mięśniami potylicznymi, mięśniami mimicznymi i czepcem ścięgnistym	Analiza dowodów i deklaracji  Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik poprawnie diagnozuje i dobiera proces terapii	Uczestnik skutecznie prowadzi wywiad z pacjentem	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik komunikuje pacjentowi plan pracy i zastosowane metody	Analiza dowodów i deklaracji

# 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

**Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka.** Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie modelowania twarzy i ciała przy pomocy technik manipulacji mięśni, które oddziałują na tkanki w celu normalizacji napięcia mięśniowo-powięziowego obszaru dekoltu, czepca i mięśni mimicznych.

**Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.**

**Czas: 25 godzin dydaktyczne**

### PROGRAM KURSU :

#### DZIEŃ I - teoria:

1. Anatomiczno-fizjologiczne podstawy metody oraz przyczyny dysfunkcji estetycznych
2. Techniki diagnostyki i korekcji
3. Analiza postaw ciała i jej wpływ na starzenie się twarzy
4. Zasady manualnego modelowania twarzy i ciała przy pomocy technik manipulacji mięśni
5. Normalizacja napięcia mięśniowo-powięziowego obszaru dekoltu, czepca i mięśni mimicznych
6. Podstawowe właściwości powięzi i zasady tensegracji
7. Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu

#### DZIEŃ II - praktyka:

1. Metodyka wykonywania zabiegu
2. Praca nad zrównoważeniem stawów skroniowo-żuchwowych, mięśniami skrzydłowymi, żwaczami
3. Praca z połączeniem głowo-szyjnym przez głębokie mięśnie potyliczne, czepec śródskłonny

4. Praca z mięśniami mimicznymi poprzez techniki mięśniowo powięziowe

### DZIEŃ III - praktyka:

1. Praca z wewnętrzną stroną ust i szyją
2. Praca ze zmarszczkami i bliznami po zabiegach chirurgii plastycznej
3. Źródła i techniki rozluźniania napięć mięśniowych
4. Podsumowanie szkolenia
5. Walidacja-test teoretyczny, analiza dowodów i deklaracji

Walidacja umiejętności praktycznych odbywa się w trakcie procesu kształcenia. Walidator nie jest obecny podczas procesu kształcenia.

Test teoretyczny: Trener rozdaje testy w formie papierowej uczestnikom, którzy wypełniają go równocześnie. Po ich wypełnieniu, trener zbiera testy, a następnie w całości przekazuje drogą elektroniczną walidatorowi celem poddania ich walidacji. Trener nie ingeruje w jakikolwiek sposób w proces wypełniania testu oraz uzyskanie wyniku przez uczestnika, koncentruje się jedynie na rozdaniu i zebraniu testów. Test składa się z pytań zamkniętych. Próg zaliczenia - min. 70% poprawnych odpowiedzi.

Analiza dowodów i deklaracji: Trener pod koniec procesu kształcenia dokonuje utrwalenia wykonywanych czynności przez uczestników dla części praktycznej, zgodnie z kryteriami weryfikacji. Trener wydaje uczestnikom polecenia do wykonania zgodnie z oczekiwaniami walidatora, które zostały przekazane mu przed procesem kształcenia. Wykonywane czynności są nagrywane w formie krótkich filmików, a następnie przekazywane drogą elektroniczną walidatorowi celem poddania ich walidacji. Trener nie ingeruje w poprawność wykonywanych poleceń przez uczestników, co mogłoby wpływać na wynik, jaki uczestnik uzyska z walidacji (pozytywny lub negatywny). Próg zaliczenia - min. 70% poprawnie wykonanych czynności przez uczestnika, adekwatnie do przyjętych kryteriów weryfikacji.

Trener nie ingeruje w jakikolwiek sposób w realizację walidacji w części praktycznej, czy teoretycznej. Zachowana została rozdzielność funkcji. Po przeprowadzeniu walidacji, walidator przekazuje Organizatorowi oraz trenerowi wyniki z walidacji każdego z uczestników.

Liczba godzin kursu 25 godz. dydaktycznych, co stanowi 18h 45min godz. zegar. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 2 h 30 min. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy realizowane w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna (szkoleniowa) = 45 min

Liczba godzin kursu obejmuje zajęcia teoretyczne – 7 godzin dydaktycznych, oraz zajęcia praktyczne – 18 godzin dydaktycznych.

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 11

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 11</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - dzień I, punkty 1-3, teoria 90 min	mgr Roksana Wrona	06-11-2026	09:00	12:30	03:30
<b>2 z 11</b> Przerwa	mgr Roksana Wrona	06-11-2026	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 11</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - dzień I, punkty 4-7, teoria 45 min	mgr Roksana Wrona	06-11-2026	13:30	17:00	03:30
<b>4 z 11</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - dzień II, punkty 1-2, teoria 45min	mgr Roksana Wrona	07-11-2026	09:00	12:30	03:30
<b>5 z 11</b> Przerwa	mgr Roksana Wrona	07-11-2026	12:30	13:30	01:00
<b>6 z 11</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - dzień II, punkty 3-4, teoria 45 min	mgr Roksana Wrona	07-11-2026	13:30	17:00	03:30
<b>7 z 11</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - dzień III, punkty 1-2, teoria 45min	mgr Roksana Wrona	08-11-2026	08:30	10:30	02:00
<b>8 z 11</b> Przerwa	mgr Roksana Wrona	08-11-2026	10:30	11:00	00:30
<b>9 z 11</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem - dzień III, punkty 3-4, teoria 45min	mgr Roksana Wrona	08-11-2026	11:00	12:45	01:45
<b>10 z 11</b> 5. Walidacja- przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	mgr Roksana Wrona	08-11-2026	12:45	13:00	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 11 5. Walidacja - weryfikacja testów teoretycznych oraz analiza dowodów i deklaracji	-	08-11-2026	13:00	13:45	00:45

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	120,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	120,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### mgr Roksana Wrona

Absolwentka Uniwersytetu Medycznego w Lublinie, gdzie ukończyła kierunek fizjoterapia. Od 2018r. prowadzi swój gabinet, gdzie zajmuje się Strukturalnym Równoważeniem Ciała oraz Twarzy. Pasjonatka szeroko pojętej "aktywności fizycznej". Biomechanikę ludzkiego ciała zaczęła interesować się jeszcze przed studiami, a jeszcze będąc na studiach rozpoczęła kształcenie wg koncepcji Anatomy Trains pod okiem Wojciecha Cackowskiego, uzyskując tytuł BodyWorker. Ponadto ukończyła liczne szkolenia, w tym m.in.

- Zoga Movement Therapy
- Zoga Face Integration
- Anatomy Trains In Structure & Function
- Structural Integration for the Cranium
- Human Anatomy Dissection Class
- Bonework Integrating Bone Fascia
- Kurs ATSI PART II
- ScarWork Integrating Scar Tissue into the Fascial Web
- Kinesiology Taping

Trenerka zrealizowała co najmniej 100h szkoleniowych w ciągu ostatnich 12 m-cy oraz posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej 5 lat, liczone wstecz od daty rozpoczęcia usługi.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

### Warunki uczestnictwa

1. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
2. Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR wymagane jest zgłoszenie poprzez formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy> pod opisem wybranego szkolenia, w celu potwierdzenia dostępności miejsca.
3. Uczestniczki będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny skonsultować z Organizatorem swój stan, celem ustalenia czy mogą wziąć udział w usłudze.
4. Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOVA.
5. Zapis w BUR na usługę powinien nastąpić najpóźniej na 1 dzień przed rozpoczęciem kursu.
6. Uczestnicy przyjmują do wiadomości i wyrażają zgodę na utrwalanie ich wizerunku podczas prowadzonej walidacji w celu dokonania analizy dowodów i deklaracji przez walidatora. W innych celach niż wskazany wymagana jest odrębna zgoda uczestnika.

## Informacje dodatkowe

### Podstawa zwolnienia z VAT: art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

Organizator zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób ze szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027. Zatem uczestnik ze szczególnymi potrzebami powinien na co najmniej 7 dni kalendarzowych przed rozpoczęciem kursu zgłosić Organizatorowi dodatkowe wymagania/swoje potrzeby umożliwiające mu udział w usłudze.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem, WUP w Szczecinie w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe .

## Adres

ul. Technologiczna 40  
35-328 Rzeszów  
woj. podkarpackie

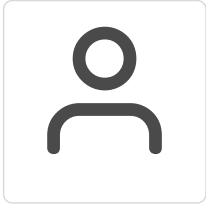
Centrum Badawczo-Rozwojowe Netrix

Walidacja: ul. Grudziądzka 3, 85-130 Bydgoszcz

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Sala dydaktyczna będzie dostosowana do potrzeb kursu. Będą bezpieczne i higieniczne warunki pracy.

## Kontakt



**Joanna Dobska**

**E-mail** [szkolenia@odnova.org.pl](mailto:szkolenia@odnova.org.pl)

**Telefon** (+48) 694 225 457