



## Kompleksowy kurs masażu twarzy KOBIDO z masażem transbukalnym, z bańką chińską i kinezjotapingiem estetycznym. - szkolenie stacjonarne

Numer usługi 2025/10/23/10501/3100299

4 305,00 PLN brutto  
3 500,00 PLN netto  
179,38 PLN brutto/h  
145,83 PLN netto/h

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

★★★★★ 4,6 / 5

18 ocen

📍 Jaroty / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 24 h

📅 12.01.2026 do 14.01.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób zawodowo lub pasjonacko związanych z pielęgnacją twarzy i pracą z ciałem, w szczególności do:

- terapeutek manualnych,
- masażystek,
- kosmetyczek,
- fizjoterapeutek,
- właścicieli gabinetów kosmetycznych i terapeutycznych,
- osób rozpoczynających karierę w branży beauty & wellness,
- osób zainteresowanych poszerzeniem oferty zabiegów o techniki liftingujące, rozluźniające i estetyczno-terapeutyczne twarzy.

Szkolenie grupowe, w grupie od 2 do 4 uczestników.

Usługa jest prowadzona w trybie godzin dydaktycznych (45min),

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

05-01-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

24

# Cel

## Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do samodzielnego i bezpiecznego wykonywania naturalnych metod terapeutycznych poprzez rozwój wiedzy teoretycznej oraz praktycznych umiejętności w zakresie stosowania masażu twarzy KOBIDO z masażem transbukalnym, z bańką chińską i kinezytapingiem estetycznym. Szkolenie umożliwia zrozumienie działania energetycznego tych technik, poznanie zasad BHP, przeciwwskazań, a także nabycie kompetencji do prowadzenia zabiegów w sposób profesjonalny

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

| Efekty uczenia się                                                                                                                   | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                                                               | Metoda walidacji                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Charakteryzuje działanie i zastosowanie masażu twarzy KOBIDO z masażem transbukalnym, z bańką chińską i kinezytapingiem estetycznym. | <ul style="list-style-type: none"> <li>– identyfikuje główne mięśnie</li> <li>– wskazuje przebieg układu limfatycznego w obrębie twarzy i szyi,</li> <li>– omawia wpływ napięć mięśniowo-powięziowych na estetykę twarzy.</li> </ul>                               | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Wykonuje relaksacyjną i liftingującą część masażu Kobido zgodnie z protokołem.                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>– wykonuje ciąg relaksacyjnych ruchów z zachowaniem rytmu i kierunku,</li> <li>– stosuje techniki liftingujące w odpowiedniej sekwencji,</li> <li>– ocenia napięcia mięśniowe i dostosowuje intensywność dotyku.</li> </ul> | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Stosuje technikę masażu transbukalnego z zachowaniem zasad higieny i bezpieczeństwa.                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>– przygotowuje klientkę do zabiegu,</li> <li>– aplikuje techniki wewnętrzne zgodnie z ułożeniem struktur żwaczy i okężnych,</li> <li>– przestrzega zasad higieny (rękawiczki, środki dezynfekcji).</li> </ul>               | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Aplikuje bańkę chińską w celu uzyskania efektu liftingującego i drenującego.                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>– rozróżnia techniki pracy bańką: zasysanie statyczne i dynamiczne,</li> <li>– stosuje bańkę zgodnie z kierunkiem odpływu limfy,</li> <li>– dobiera intensywność zasysania do rodzaju skóry i wskazań.</li> </ul>           | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Projektuje i wykonuje aplikacje kinezytapingu estetycznego twarzy.                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– dobiera rodzaj cięcia (I, Y, wachlarz) do celu aplikacji,</li> <li>– rozpoznaje kierunki napięć i obręzków,</li> <li>– prawidłowo aplikuje taśmę zgodnie z zasadami naciągu i kierunku.</li> </ul>                        | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |

| Efekty uczenia się                                                                       | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                                      | Metoda walidacji                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Łączy techniki Kobido, transbukalną, bańkową i tapingową w indywidualną sesję zabiegową. | <ul style="list-style-type: none"> <li>– planuje kolejność technik zgodnie z celem zabiegu,</li> <li>– integruje poszczególne elementy w spójny protokół,</li> <li>– dostosowuje intensywność i kolejność do potrzeb klientki.</li> </ul> | 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 masażu twarzy KOBIDO z masażem transbukalnym, z bańką chińską i kinezjotapingiem estetycznym. Szkolenie jest kierowane zarówno do początkujących, jak i do osób pracujących w obszarze terapii holistycznych, które chcą poszerzyć swój warsztat.

Program szkolenia;

Szkolenie rozpoczyna się od wprowadzenia, przedstawienia celów i integracji grupy. Uczestnicy poznają podstawy anatomii twarzy: mięśnie mimiczne, powięzi oraz układ limfatyczny, by lepiej zrozumieć wpływ technik manualnych na estetykę i zdrowie skóry. Następnie omawiane są zasady relaksacyjnej części masażu Kobido – po pokazie instruktorskim uczestnicy przechodzą do ćwiczeń w parach, praktykując płynność, rytm i kierunki pracy.

W dalszej części szkolenia uczestnicy uczą się technik liftingujących Kobido, analizując napięcia mięśniowe i dostosowując intensywność pracy do indywidualnych potrzeb klientek. Szkolenie obejmuje również zasady higieny i przeciwwskazania do masażu transbukalnego. Po pokazie technik wewnętrznych i przygotowaniu klientki, uczestnicy samodzielnie ćwiczą techniki pracy wewnątrz jamy ustnej.

Kolejnym modulem jest teoria i praktyka pracy bańką chińską na twarzy. Uczestnicy poznają zasady działania podciśnienia, różne techniki zasysania oraz wpływ na drenaż limfatyczny i napięcia skóry. Po części teoretycznej wykonują zabieg w parach.

Następnie omawiane są zasady kinezjotapingu estetycznego twarzy – uczestnicy poznają rodzaje cięć taśm (I, Y, wachlarz), sposoby aplikacji na lifting, obrzęki i napięcia oraz samodzielnie wykonują aplikacje w praktyce.

Szkolenie kończy się integracją wszystkich poznanych technik – uczestnicy uczą się planować kompleksową sesję zabiegową, łącząc masaż Kobido, technikę transbukalną, bańkę chińską i kinesiotaping w indywidualnie dobranym protokole. Każdy uczestnik wykonuje fragment zabiegu, a także omawia własny plan pracy. Szkolenie kończy się walidacją umiejętności w formie praktycznej prezentacji i rozmowy podsumowującej.

**MASAŻ KOBIDO: RELAKSACJA + LIFTING**

**MASAŻ TRANSBUKALNY + BAŃKA CHIŃSKA**

**KINESIOTAPING ESTETYCZNY TWARZY + ŁĄCZENIE TECHNIK**

WALIDACJA ODBĘDZIE SIĘ PODCZAS OSTATNICH 1,5 h 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 masażu twarzy KOBIDO z masażem transbukalnym, z bańką chińską i kinezjotapingiem estetycznym ORAZ ZASAD DZIAŁANIA masażu twarzy KOBIDO z masażem transbukalnym, z bańką chińską i kinezjotapingiem estetycznym. DODATKOWO UCZESTNIK ZOSTANIE POPROSZONY O PRAKTYCZNE ZAPREZENTOWANIE WYBRANEGO masażu twarzy KOBIDO z masażem transbukalnym, z bańką chińską i kinezjotapingiem estetycznym, PRZEBIEGU FRAGMENTU SESJI, ZGODNIE Z PROTOKOŁEM METODY.

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 20

| Przedmiot / temat zajęć                                                | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 20</div> Anatomia twarzy: mięśnie,powięzi, układ limfatyczny  | ANNA PODLEWSKA | 12-01-2026            | 08:00               | 09:30               | 01:30         |
| <div>2 z 20</div> MasażKobido – częśćrelaksacyjna:pokaz                | ANNA PODLEWSKA | 12-01-2026            | 09:30               | 11:00               | 01:30         |
| <div>3 z 20</div> Przerwa                                              | ANNA PODLEWSKA | 12-01-2026            | 11:00               | 11:15               | 00:15         |
| <div>4 z 20</div> Praktyka Kobido (relaksacja) w parach                | ANNA PODLEWSKA | 12-01-2026            | 11:15               | 12:45               | 01:30         |
| <div>5 z 20</div> Przerwa obiad                                        | ANNA PODLEWSKA | 12-01-2026            | 12:45               | 13:30               | 00:45         |
| <div>6 z 20</div> Masaż Kobido – część liftingująca:pokaz z + praktyka | ANNA PODLEWSKA | 12-01-2026            | 13:30               | 16:00               | 02:30         |
| <div>7 z 20</div> Higiena i zasady masażu transbukalnego               | ANNA PODLEWSKA | 13-01-2026            | 08:00               | 08:45               | 00:45         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                            | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>8 z 20</b> Pokaz technik transbukalnych +przygotowanie klientki                 | ANNA PODLEWSKA | 13-01-2026            | 08:45               | 10:15               | 01:30         |
| <b>9 z 20</b> przerwa                                                              | ANNA PODLEWSKA | 13-01-2026            | 10:15               | 10:30               | 00:15         |
| <b>10 z 20</b> Praktyka transbukalna w parach                                      | ANNA PODLEWSKA | 13-01-2026            | 10:30               | 12:00               | 01:30         |
| <b>11 z 20</b> Przerwa                                                             | ANNA PODLEWSKA | 13-01-2026            | 12:00               | 12:30               | 00:30         |
| <b>12 z 20</b> Teoria bańki chińskiej twarzy:wskazania,przeciwwskazania, działanie | ANNA PODLEWSKA | 13-01-2026            | 12:30               | 13:15               | 00:45         |
| <b>13 z 20</b> Praktyka:bańka chińska twarzy – lifting,drenaż                      | ANNA PODLEWSKA | 13-01-2026            | 13:15               | 16:00               | 02:45         |
| <b>14 z 20</b> Anatomia skóry, zasady działania tapingu                            | ANNA PODLEWSKA | 14-01-2026            | 08:00               | 08:45               | 00:45         |
| <b>15 z 20</b> Pokaza plikacji: lifting,obrzęki, napięcia                          | ANNA PODLEWSKA | 14-01-2026            | 08:45               | 10:15               | 01:30         |
| <b>16 z 20</b> Przerwa                                                             | ANNA PODLEWSKA | 14-01-2026            | 10:15               | 10:45               | 00:30         |
| <b>17 z 20</b> Praktyka kinesiotalpingu twarzy w parach                            | ANNA PODLEWSKA | 14-01-2026            | 10:45               | 12:15               | 01:30         |
| <b>18 z 20</b> Przerwa                                                             | ANNA PODLEWSKA | 14-01-2026            | 12:15               | 12:45               | 00:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                       | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>19 z 20</div> Połączenie technik: Kobido +bańka +transbukalny +taping – scenariusze sesji                                                | ANNA PODLEWSKA | 14-01-2026            | 12:45               | 14:15               | 01:30         |
| <div>20 z 20</div> WALIDACJA – wykonanie pełnej sesji na modelce, – omówienie własnego planu zabiegowego, – rozmowa podsumowująca + feedback. | -              | 14-01-2026            | 14:15               | 16:00               | 01:45         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 4 305,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 3 500,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 179,38 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                  | 145,83 PLN   |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### ANNA PODLEWSKA

Anna Podlewska – terapeutka, trenerka i założycielka Naturalness Anna Podlewska

Od 2019 roku 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 szkoleniowy, z opisem wszystkich technik, narzędzi oraz kompetencji.

Skrypt wydawany jest w formie papierowej.

## 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