

Polska Akademia
Treningu Spółka z
ograniczoną
Odpowiedzialnością

★★★★★ 4,9 / 5

326 ocen

Kurs masażu Kobido z elementami technik liftingujących (GuaSha, bańki chińskie, taping, Abhisek, masaż transbukalny i antycellulitowy)

Numer usługi 2025/10/27/159337/3109013

📍 Bydgoszcz / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 54 h

📅 13.02.2026 do 16.02.2026

6 300,00 PLN brutto

6 300,00 PLN netto

116,67 PLN brutto/h

116,67 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek - Rozwój

Usługa adresowana również dla Uczestników projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe

Osoby zainteresowane własnym rozwojem i pracą w branży Beauty, które: poszukują nowe możliwości zawodowe i chcą zdobyć praktyczne umiejętności, chcą zdobyć niezbędne umiejętności do rozpoczęcia działalności, chcą poszerzyć swoją ofertę o nowoczesne zabiegi.

Szkolenie skierowane jest zarówno do osób początkujących, które chcą zgłębić tajniki tej popularnej metody odmładzania skóry, jak i do kosmetologów, kosmetyczek, fizjoterapeutów, pragnących poszerzyć swoją ofertę zabiegów.

Kurs prowadzony jest od podstaw, a zatem, jest również dedykowany dla osób, które rozpoczynają swoją pracę z branżą beauty. **Uczestnik nie musi posiadać umiejętności z zakresu masowania.**

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

10

Data zakończenia rekrutacji

12-02-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

54

Cel

Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnego wykonywania masażu Kobido, transbukalnego, tapingu estetycznego, masażu kamieniami GuaSha, bańkami chińskimi i masażu Abhisek- liftingująco-oczyszczającego oraz masażu maderocell- antycellulitowo-modelującego sylwetkę

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozróżnia czynniki i mechanizmy determinujące starzenie się skóry Definiuje anatomię twarzy	charakteryzuje i wymienia zmiany w naskórku, skórze właściwej, naczyniach krwionośnych, układzie mięśniowym, kostnym i tkance podskórnej	Test teoretyczny
	omawia i wymienia, wskazuje położenie mięśni, budowa układu limfatycznego	Test teoretyczny
Posługuje się wiedzą o historii Kobido, kamieni GuaSha, baniek chińskich, masażu oczyszczająco-liftingujący Abhisek, tejpingu oraz masażu antycellulitowego	Omawia historie masażu Kobido, kamieni GuaSha, baniek chińskich, masażu oczyszczająco-liftingujący Abhisek, tejpingu oraz masażu antycellulitowego	Test teoretyczny
	Rozróżnia rodzaje masażu liftingujących	Test teoretyczny
Uzasadnia przeciwwskazania do wykonania Kobido kamieni GuaSha, baniek chińskich, masażu oczyszczająco-liftingujący Abhisek, tejpingu oraz masażu antycellulitowego i zasady higieny	Charakteryzuje przeciwwskazania do wykonania masażu tj. gorączka, opryszczka, trądzik, stany zapalne skóry, leczenie dermatologiczne	Test teoretyczny
	Dobiera i wypełnia odpowiedni formularz świadomej zgody na zabieg.	Test teoretyczny
Ocenia efekty masażu Kobido, kamieni GuaSha, baniek chińskich, masażu oczyszczająco-liftingujący Abhisek, tejpingu oraz masażu antycellulitowego	Wskazuje i charakteryzuje efekty masażu na przykład - ujędrniona skóra twarzy, rozluźnienie tkanek głębokich, dotlenienie skóry, niwelowanie zmarszczek	Analiza dowodów i deklaracji
Definiuje zasady BHP i zasady wykonywania masażu	Omawia zasady BHP przed wykonaniem masażu oraz przygotowuje stanowisko do pracy zgodnie z zasadami BHP	Test teoretyczny
Uzasadnia potrzebę wykonania demakijażu i oczyszczenia skóry	Charakteryzuje poszczególne kroki demakijażu skóry i wykonuje demakijaż na modelce	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozróżnia techniki wykonywania masażu liftingujących	Stosuje różne techniki i sekwencje ruchów w poszczególnych etapach masażu Kobido: mięśniowopowięziowym, relaksacyjnym, drenującym, liftingującym i akupresury oraz kamieni GuaSha, baniek chińskich, masażu oczyszczająco-liftingujący Abhisek, tejpingu oraz masażu antycellulitowego	Analiza dowodów i deklaracji
Wykonuje pełne sesje masażu liftingująco oczyszczających i antycellulitowego	Charakteryzuje poszczególne kroki i wykonuje masaż Kobido, masaż kamieniami GuaSha, masaż bańkami chińskimi, masaż oczyszczająco liftingujący Abhisek, aplikuje tejpę oraz wykonuje masaż antycellulitowy	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

Usługa prowadzona jest w godzinach dydaktycznych. Szkolenie obejmuje

54 godziny dydaktyczne (**40,5 godziny zegarowe, w tym 30min walidacji**)

Przerwy nie są wliczone w ogólny czas usługi rozwojowej. Harmonogram usługi może ulec nieznacznemu przesunięciu, ponieważ ilość przerw oraz długość ich trwania zostanie dostosowana indywidualnie do potrzeb uczestników szkolenia. Łączna długość przerw podczas szkolenia nie będzie dłuższa aniżeli zawarta w harmonogramie.

Każdy uczestnik ma do dyspozycji własne stanowisko pracy oraz pracuje na modelkach pod nadzorem instruktora.

Dzień 1

Część teoretyczna (3h i 45min zegarowych):

- Czynniki i mechanizmy determinujące starzenie się skóry
- Anatomia twarzy
- Rys historyczny Kobido.
- Przeciwwskazania do wykonania Kobido, zasady higieny
- Efekty masażu Kobido.
- Formularz świadomej zgody na zabieg.

Część praktyczna (7h i 15min zegarowych):

- Przygotowanie stanowiska do pracy.
- Przygotowanie klienta do masażu. Nauka demakijażu i oczyszczania skóry.
- Nauka poszczególnych technik i sekwencji ruchów z rozróżnieniem na pięć etapów zabiegu
- Wykonywanie pełnej sesji masażu Kobido.

Dzień 2

Część teoretyczna (45 min zegarowych):

- Wprowadzenie do tapingu – zasady i cele stosowania
- Rodzaje taśm i zasady aplikacji
- Bezpieczeństwo i higiena pracy w tapingu

Część praktyczna (10h i 15 min zegarowych):

- Ćwiczenia poszczególnych technik i sekwencji ruchów z rozróżnieniem na pięć etapów zabiegu
- Wykonywanie pełnej sesji masażu Kobido.
- Aplikacja taśm do tapingu

Dzień 3

Część teoretyczna (2h i 15min zegarowych):

- Techniki manualne stosowane w masażu transbukalnym
- Wskazania i przeciwwskazania do masażu Gua Sha, bańkami chińskimi i Abishek
- Zasady doboru narzędzi i technik pracy przy masażu Gua Sha
- Rodzaje baniek i ich zastosowanie w kosmetologii oraz masażu
- Techniki pracy i prawidłowe prowadzenie bańki
- Wskazania i przeciwwskazania do masażu miodem
- Techniki pracy z miodem – kolejność i sposób aplikacji

Część praktyczna (5h i 15min zegarowych):

- Wykonywanie pełnej sesji masażu transbukalnego
- Wykonywanie pełnej sesji masażu Gua Sha
- Wykonywanie pełnej sesji masażu bańkami chińskimi
- Wykonywanie pełnej sesji masażu Abishek

Dzień 4

Część teoretyczna (3h i 45min zegarowych):

- Omówienie masażu antycellulitowego
- Wskazania do zabiegu oraz przeciwwskazania
- Mechanizm powstawania cellulitu, przyczyny, profilaktyka
- Mechanizm powstawania zmarszczek, braku jędrności skóry, przyczyny , profilaktyka
- Omówienie narzędzi do masażu

Część praktyczna (6h i 30min zegarowych):

- Uczestnicy pracują na sobie nawzajem w parach oraz na modelkach wykonując masaż antycellulitowy - ciało (pośladki, brzuch, uda)

Walidacja

Forma walidacji:

Walidacja odbywa się zdalnie, bez udziału walidatora w trakcie szkolenia.

Metody walidacji:

Test teoretyczny: Uczestnik przystępuje do testu wiedzy w wersji papierowej bezpośrednio po zakończeniu szkolenia. Test został przygotowany wyłącznie przez walidatora, bez jakiegokolwiek ingerencji trenera prowadzącego usługę. Test zawiera pytania, pozwalające ocenić, czy uczestnik osiągnął zakładane efekty uczenia się. Test sprawdzany jest przez walidatora, a wynik zostaje przekazany uczestnikowi po jego weryfikacji.

Analiza dowodów i deklaracji: Uczestnik przesyła dokumentację potwierdzającą nabycie praktycznych umiejętności w formie zdjęć i nagrań wideo z wykonanych działań. Walidator dokonuje analizy przesłanych materiałów na podstawie wcześniej określonych kryteriów, bez kontaktu bezpośredniego z uczestnikiem.

Potwierdzenie walidacji: Pozytywna ocena walidacji skutkuje wydaniem zaświadczenia potwierdzającego osiągnięcie efektów uczenia się.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 25

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 25 Część teoretyczna: według programu z dnia 1	Martyna Ławniczak	13-02-2026	08:00	11:45	03:45
2 z 25 Przerwa	Martyna Ławniczak	13-02-2026	11:45	12:00	00:15
3 z 25 Część praktyczna: Przygotowanie stanowiska do pracy. Przygotowanie klienta do masażu.	Martyna Ławniczak	13-02-2026	12:00	12:45	00:45
4 z 25 Część praktyczna: Nauka demakijażu i oczyszczania skóry.	Martyna Ławniczak	13-02-2026	12:45	13:30	00:45
5 z 25 Część praktyczna: Nauka poszczególnych technik i sekwencji ruchów masażu Kobido	Martyna Ławniczak	13-02-2026	13:30	15:00	01:30
6 z 25 Przerwa	Martyna Ławniczak	13-02-2026	15:00	15:05	00:05

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 25 Część praktyczna: Nauka poszczególnych technik i sekwencji ruchów masażu Kobido	Martyna Ławniczak	13-02-2026	15:05	19:20	04:15
8 z 25 Część praktyczna: Wykonywanie pełnej sesji masażu Kobido.	Martyna Ławniczak	14-02-2026	08:00	11:45	03:45
9 z 25 Przerwa	Martyna Ławniczak	14-02-2026	11:45	12:00	00:15
10 z 25 Część praktyczna: Wykonywanie pełnej sesji masażu Kobido.	Martyna Ławniczak	14-02-2026	12:00	15:00	03:00
11 z 25 Przerwa	Martyna Ławniczak	14-02-2026	15:00	15:05	00:05
12 z 25 Część teoretyczna: według programu dnia 2	Martyna Ławniczak	14-02-2026	15:05	15:50	00:45
13 z 25 Część praktyczna: Aplikacja taśm do tapingu	Martyna Ławniczak	14-02-2026	15:50	19:20	03:30
14 z 25 Część teoretyczna: według programu dnia 3	Martyna Ławniczak	15-02-2026	08:00	10:15	02:15
15 z 25 Część praktyczna: Wykonywanie pełnej sesji masażu transbukalnego	Martyna Ławniczak	15-02-2026	10:15	11:45	01:30
16 z 25 Przerwa	Martyna Ławniczak	15-02-2026	12:00	12:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 25 Część praktyczna: Wykonywanie pełnej sesji masażu Gua Sha	Martyna Ławniczak	15-02-2026	12:00	12:45	00:45
18 z 25 Część praktyczna: Wykonywanie pełnej sesji masażu bańkami chińskimi	Martyna Ławniczak	15-02-2026	12:45	14:15	01:30
19 z 25 Część praktyczna: Wykonywanie pełnej sesji masażu Abishek	Martyna Ławniczak	15-02-2026	14:15	16:15	02:00
20 z 25 Część teoretyczna: według programu z dnia 4	Martyna Ławniczak	16-02-2026	08:00	11:45	03:45
21 z 25 Przerwa	Martyna Ławniczak	16-02-2026	11:45	12:00	00:15
22 z 25 Część praktyczna: Wykonywanie pełnej sesji masażu antycellulitowego	Martyna Ławniczak	16-02-2026	12:00	15:00	03:00
23 z 25 Przerwa	Martyna Ławniczak	16-02-2026	15:00	15:05	00:05
24 z 25 Część praktyczna: Wykonywanie pełnej sesji masażu antycellulitowego	Martyna Ławniczak	16-02-2026	15:05	18:35	03:30
25 z 25 Walidacja	-	16-02-2026	18:35	19:05	00:30

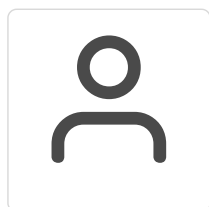
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 300,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 300,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	116,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	116,67 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Martyna Ławniczak

Specjalistka kosmetologii estetycznej oraz trenerka. Od 5 lat prowadzi profesjonalne szkolenia i warsztaty z mezoterapii mikroigłowej oraz peelingów chemicznych i medycznych, a także z zabiegów rewitalizujących skórę twarzy i ciała, opartych na nowoczesnych technologiach i innowacyjnych metodach. Szkoleniowiec z doświadczeniem w technikach masażu estetycznego twarzy – m.in. masaż Kobido, Gua Sha, masaż bańką chińską czy Abishek. Posiada Certyfikat Federacji Masażu WMF oraz liczne aktualne certyfikaty potwierdzające kompetencje nabyte w ciągu ostatnich 5 lat, m.in.:

- 16.10.2022 r. – Mezoterapia mikroigłowa – twarz, szyja, dekol, dłonie, skóra głowy, blizny i rozstępy
 - 25.10.2022 r. – Lipoliza iniekcyjna – redukcja tkanki tłuszczowej: brzuch, ramiona, uda, pośladki, podbródek
 - 12.11.2022 r. – Facelifting z japońskim masażem Kobido oraz kinesiotaping estetyczny
 - 7–9.06.2024 r. – Mistrz mezoterapii igłowej – twarz, oczy, szyja, dekol, dłonie, skóra głowy
- Posiada doświadczenie zawodowe i kwalifikacje zdobyte w ciągu ostatnich 5 lat, co spełnia wymagania formalne dotyczące prowadzenia usług szkoleniowych i walidacyjnych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Kursant otrzymuje na szkoleniu skrypt szkoleniowy.

Warunki uczestnictwa

Dla uczestników korzystających z dofinansowania:

Dla zajęć stacjonarnych obowiązuje imienna lista obecności. W przypadku zajęć realizowanych w formie zdalnej w czasie rzeczywistym (online) dokumentowana jest obecność za pomocą raportów z logowań. Uczestnictwo w usłudze uznaje się za zaliczone przy frekwencji wynoszącej co najmniej 80% lub według regulaminu Operatora.

Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że usługa może być poddana monitoringowi z ramienia Operatora lub PARP i wyrażają na to zgodę. Uczestnik ma obowiązek zapisania się na usługę przez BUR co najmniej na 1 dzień roboczy przed rozpoczęciem realizacji usługi.

Informacje dodatkowe

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek - Rozwój

Zawarto umowę z WUP w Szczecinie na świadczenie usług rozwojowych z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach Projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe

Usługa realizowana w formie usługi stacjonarnej zostanie w całości zrealizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

Podstawy prawne zwolnienia z vat :

1. Rozporządzenie Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. paragraf 3 ust 1 pkt.14. Zwalnia się od podatku usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego , finansowane w co najmniej 70 % ze środków publicznych oraz świadczenie usług i dostawę towarów ściśle z tymi usługami związane.

Adres

ul. Karola Szajnochy 4
85-739 Bydgoszcz
woj. kujawsko-pomorskie

Centrum Szkoleniowe - wejście Głow Studio Urody, II piętro. Duży parking przed budynkiem

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Joanna Górecka

E-mail szkolenia@polskaakademiatreningu.pl

Telefon (+48) 453 107 008