



CENTRUM
ZDROWIA GARBARY
64 SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

76 ocen

Szkolenie: Pakiet Tajski. Tradycyjny masaż tajski, masaż tajski na stole, tajski masaż stóp z elementami refleksoterapii.

Numer usługi 2025/10/28/178006/3110793

2 400,00 PLN brutto

2 400,00 PLN netto

60,00 PLN brutto/h

60,00 PLN netto/h

📍 Poznań / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 40 h

📅 13.04.2026 do 17.04.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest dla:

- fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy,
- studentów powyższych kierunków,
- kosmetologów, kosmetyczek
- praktycy jogi, trenerzy personalni

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

10-04-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

40

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnego wykonywania masażu tajskiego na macie, stole oraz masażu stóp z elementami refleksologii. Uczestnik nabywa praktyczne umiejętności w zakresie technik akupresury, mobilizacji i rozciągania, zgodnie z zasadami Tradycyjnej Medycyny Tajskiej. Szkolenie rozwija kompetencje zawodowe masażystów, fizjoterapeutów i specjalistów odnowy biologicznej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
WIEDZA Uczestnik charakteryzuje podstawy tradycyjnej medycyny tajskiej oraz zasady i techniki masażu tajskiego, masażu na stole i refleksologii stóp	Wskazuje różnice między technikami masażu tajskiego wykonywanego na macie i na stole.	Test teoretyczny
	Opisuje przebieg kanałów energetycznych i lokalizację punktów refleksyjnych na stopach.	Test teoretyczny
	Definiuje zasady przygotowania miejsca i terapeuty do zabiegu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
UMIEJĘTNOŚCI Uczestnik planuje i organizuje przebieg sesji masażu tajskiego, dobierając odpowiednie techniki do warunków i potrzeb osoby masowanej.	Samodzielnie wykonuje masaż tajski w czterech pozycjach ułożeniowych.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Demonstruje prawidłowe techniki pracy dłońmi i patyczkiem w masażu stóp.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje ergonomiczne ułożenie ciała i wykorzystuje ciężar własny w pracy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
KOMPETENCJE SPOŁECZNE Uczestnik uzasadnia znaczenie zasad etyki zawodowej oraz kontroluje sposób komunikacji i zachowania w relacji z osobą masowaną.	Dbą o komfort i bezpieczeństwo osoby masowanej.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykazuje się empatią i szacunkiem wobec uczestników i osoby masowanej.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje zasady higieny i organizuje przestrzeń do pracy w sposób profesjonalny.	Obserwacja w warunkach symulowanych

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

Program

Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły, jak i maty do praktyki na podłodze.

Zajęcia praktyczne odbywają się głównie na matach do ćwiczeń na podłodze. Na stołach rehabilitacyjnych gdy jest prowadzony masaż tajski na stole. Na jeden stół przypadają 2 osoby. Jeśli będzie nieparzysta liczba osób to będzie jedna trójka przy stole. Kursanci wykonują techniki na sobie nawzajem. Każdy uczestnik ma możliwość przećwiczenia każdej z technik. Cały sprzęt wykorzystywany do realizacji szkolenia zapewniony jest przez instytucję. W trakcie trwania szkolenia jest ogólnodostępny dla kursantów.

Czas trwania: 40 godzin zegarowych (w zakres godzinowy kursu są wliczane przerwy)

Godziny kursu :

moduł 1: termin 13-15 kwietnia 2026 - Tradycyjny Masaż Tajski

- poniedziałek - 13.04-9-17
- wtorek - 14.04- - 9-17
- środa - 15.04- - 9-17

moduł 2: termin 16 kwietnia 2026 - Masaż Tajski na stole

- czwartek-16.04 - 9-17

moduł 3: termin 17 kwietnia 2026 - Tajski masaż stóp z elementami refleksoterapii

- piątek - 17.04 - 9-17

Zakres tematyczny

Teoria + Praktyka - każde zagadnienie, każda praktyka jest poprzedzana krótką teorią

Teoria -4 godziny

Praktyka - 36 godzin

MODUŁ 1

Tło historyczne, definicja, główne szkoły masażu

1. Wprowadzenie do Tradycyjnej Tajskiej Medycyny: teoria 5 elementów, punkty uciskowe (akupresury), przebieg kanałów energetycznych
2. Wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu
3. Etyka masażyści
4. Techniki masażu tajskiego
5. * poprawne ułożenie ciała terapeuty
6. * umiejętność właściwego użycia ciężaru własnego ciała w czasie zabiegu
7. * techniki rozciągania kończyn i grzbietu

8. * techniki nacisku
9. Masaż tajski w 4 pozycjach ułożeniowych (na plecach, na boku, na brzuchu, siedząc).
10. Masaż brzucha.
11. Całościowy schemat tradycyjnego masażu tajskiego
12. Praktyczne rady jak przygotować gabinet czy miejsce do wykonania masażu tajskiego.

MODUŁ 2

- Techniki masażu tajskiego dostosowane do stołu do masażu.
- Masaż tajski w 4 pozycjach ułożeniowych (na plecach, na boku, na brzuchu, siedząc).
- Poprawne ułożenie ciała terapeuty.
- Umiejętność właściwego użycia ciężaru własnego ciała w czasie zabiegu.
- Całościowy schemat tradycyjnego masażu tajskiego.

MODUŁ 3

- Podstawowe informacje na temat refleksologii.
- Lokalizacji punktów refleksyjnych na stopach.
- Przygotowanie olejków i kremu do masażu.
- Masażu stóp z wykorzystaniem dłoni oraz patyczka do masażu.
- Wskazówek praktycznych jak przygotować siebie, i miejsce do masażu.

Walidacja

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 53

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 53 Wprowadzenie do Tradycyjnej Tajskiej Medycyny	Piotr Druzgała	13-04-2026	09:00	09:30	00:30
2 z 53 Wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu	Piotr Druzgała	13-04-2026	09:30	10:00	00:30
3 z 53 Etyka masażyści	Piotr Druzgała	13-04-2026	10:00	10:30	00:30
4 z 53 Przerwa	Piotr Druzgała	13-04-2026	10:30	10:45	00:15
5 z 53 Techniki masażu tajskiego – wprowadzenie i demonstracja, Praca praktyczna – masaż tajski na plecach (część I)	Piotr Druzgała	13-04-2026	10:45	12:30	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 53 Przerwa obiadowa	Piotr Druzgała	13-04-2026	12:30	13:15	00:45
7 z 53 Praca praktyczna – masaż tajski na plecach (część II)	Piotr Druzgała	13-04-2026	13:15	15:00	01:45
8 z 53 Przerwa	Piotr Druzgała	13-04-2026	15:00	15:15	00:15
9 z 53 Techniki i praktyka – masaż brzucha	Piotr Druzgała	13-04-2026	15:15	16:45	01:30
10 z 53 Podsumowanie dnia, pytania, omówienie pracy domowej (jeśli dotyczy)	Piotr Druzgała	13-04-2026	16:45	17:00	00:15
11 z 53 Wprowadzenie do technik masażu w pozycjach: bok, brzuch, siedząca – omówienie zasad i ergonomii pracy	Piotr Druzgała	14-04-2026	09:00	09:30	00:30
12 z 53 Praktyka: masaż tajski w pozycji na boku	Piotr Druzgała	14-04-2026	09:30	10:45	01:15
13 z 53 ☕ Przerwa	Piotr Druzgała	14-04-2026	10:45	11:00	00:15
14 z 53 Praktyka: masaż tajski w pozycji na brzuchu	Piotr Druzgała	14-04-2026	11:00	12:30	01:30
15 z 53 🕒 Przerwa obiadowa	Piotr Druzgała	14-04-2026	12:30	13:15	00:45
16 z 53 Praktyka: masaż tajski w pozycji siedzącej	Piotr Druzgała	14-04-2026	13:15	14:45	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 53 ☕ Przerwa	Piotr Druzgała	14-04-2026	14:45	15:00	00:15
18 z 53 Ćwiczenia integrujące – łączenie pozycji w płynny przebieg zabiegu	Piotr Druzgała	14-04-2026	15:00	16:45	01:45
19 z 53 Omówienie, pytania, przygotowanie do dnia trzeciego	Piotr Druzgała	14-04-2026	16:45	17:00	00:15
20 z 53 Wprowadzenie do dnia. Podsumowanie dni poprzednich. Cele: płynność, sekwencyjność, pewność w wykonywaniu masażu	Piotr Druzgała	15-04-2026	09:00	09:15	00:15
21 z 53 Wykonanie tradycyjnego masażu tajskiego – część 1 (pozycja leżąca na plecach)	Piotr Druzgała	15-04-2026	09:15	10:45	01:30
22 z 53 Przerwa	Piotr Druzgała	15-04-2026	10:45	11:00	00:15
23 z 53 Wykonanie tradycyjnego masażu tajskiego – część 2 (pozycja boczna i leżenie na brzuchu)	Piotr Druzgała	15-04-2026	11:00	12:30	01:30
24 z 53 Wykonanie tradycyjnego masażu tajskiego – część 3 (pozycja siedząca i zakończenie sesji)	Piotr Druzgała	15-04-2026	12:30	13:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
25 z 53 Przerwa obiadowa	Piotr Druzgała	15-04-2026	13:00	13:45	00:45
26 z 53 Powtórka i praca w parach – wykonanie pełnego masażu tajskiego (uczestnik A)	Piotr Druzgała	15-04-2026	13:45	14:45	01:00
27 z 53 Przerwa	Piotr Druzgała	15-04-2026	14:45	15:00	00:15
28 z 53 Powtórka i praca w parach – wykonanie pełnego masażu tajskiego (uczestnik B)	Piotr Druzgała	15-04-2026	15:00	16:00	01:00
29 z 53 Praktyczne rady: przygotowanie gabinetu lub przestrzeni do masażu tajskiego	Piotr Druzgała	15-04-2026	16:00	16:30	00:30
30 z 53 Podsumowanie dnia i pytania od uczestników	Piotr Druzgała	15-04-2026	16:30	17:00	00:30
31 z 53 Wprowadzenie do masażu tajskiego na stole, cele i organizacja szkolenia.	Piotr Druzgała	16-04-2026	09:00	09:30	00:30
32 z 53 Nauka ułożenia ciała terapeuty i ergonomii pracy przy stole.	Piotr Druzgała	16-04-2026	09:30	10:30	01:00
33 z 53 Techniki masażu w pozycji leżenia na plecach – demonstracja i ćwiczenia.	Piotr Druzgała	16-04-2026	10:30	11:30	01:00
34 z 53 Przerwa.	Piotr Druzgała	16-04-2026	11:30	11:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
35 z 53 Techniki masażu w pozycji leżenia na boku – praca w parach.	Piotr Druzgała	16-04-2026	11:45	12:45	01:00
36 z 53 Przerwa obiadowa.	Piotr Druzgała	16-04-2026	12:45	13:15	00:30
37 z 53 Techniki masażu w pozycji leżenia na brzuchu – zastosowanie ciężaru własnego ciała.	Piotr Druzgała	16-04-2026	13:15	14:15	01:00
38 z 53 Techniki masażu w pozycji siedzącej – praca z górną częścią ciała.	Piotr Druzgała	16-04-2026	14:15	15:15	01:00
39 z 53 Przerwa.	Piotr Druzgała	16-04-2026	15:15	15:30	00:15
40 z 53 Integracja technik – wykonanie sekwencji w 4 pozycjach ułożeniowych.	Piotr Druzgała	16-04-2026	15:30	16:30	01:00
41 z 53 Podsumowanie dnia, pytania, wskazówki do dalszej praktyki.	Piotr Druzgała	16-04-2026	16:30	17:00	00:30
42 z 53 Wprowadzenie do szkolenia, podstawowe informacje na temat refleksologii.	Piotr Druzgała	17-04-2026	09:00	09:30	00:30
43 z 53 Omówienie zasad higieny, przygotowania terapeuty oraz miejsca do masażu.	Piotr Druzgała	17-04-2026	09:30	10:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
44 z 53 Nauka technik masażu stóp wykonywanego dłońmi – demonstracja i ćwiczenia.	Piotr Druzgała	17-04-2026	10:30	11:30	01:00
45 z 53 Przerwa.	Piotr Druzgała	17-04-2026	11:30	11:45	00:15
46 z 53 Nauka masażu stóp z użyciem patyczka – praca w parach.	Piotr Druzgała	17-04-2026	11:45	12:45	01:00
47 z 53 Przerwa obiadowa.	Piotr Druzgała	17-04-2026	12:45	13:15	00:30
48 z 53 Powtórzenie i utrwalenie technik – dłonie i patyczek w praktyce.	Piotr Druzgała	17-04-2026	13:15	14:15	01:00
49 z 53 Wskazówki praktyczne do samodzielnego prowadzenia zabiegów.	Piotr Druzgała	17-04-2026	14:15	15:15	01:00
50 z 53 Przerwa.	Piotr Druzgała	17-04-2026	15:15	15:30	00:15
51 z 53 Praktyka pełnej sekwencji masażu tajskiego stóp.	Piotr Druzgała	17-04-2026	15:30	16:30	01:00
52 z 53 Podsumowanie, pytania, zakończenie szkolenia.	Piotr Druzgała	17-04-2026	16:30	16:45	00:15
53 z 53 Walidacja	-	17-04-2026	16:45	17:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 400,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	60,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	60,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Piotr Druzgała

magister fizjoterapii, który od 21 lat mieszka w Tajlandii, absolwenta AWF-Kraków oraz najbardziej znanej i szanowanej szkoły tradycyjnej medycyny tajskiej WAT Pho w Bangkoku oraz pierwszego polskiego autora podręcznika do masażu tajskiego pt.: „Masaż tajski. Między jogą i fizjoterapią. Praktyczny podręcznik” oraz książki o tajskiej kulturze „Co kryje tajski uśmiech ”

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje:

- obszerny skrypt szkoleniowy, dyplom

Warunki uczestnictwa

Szkolenie skierowane jest dla:

- fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy,
- studentów powyższych kierunków,
- kosmetologów, kosmetyczek
- praktycy jogi, trenerzy personalni
- Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia, lub zaświadczenia jeśli kursant jest w trakcie nauki.

Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest w języku polskim.
- Przed zapisaniem się prosimy o wcześniejszy kontakt mailowy: szkolenia@szkoleniauryzaj.pl.

Adres

ul. Garbary 64

61-758 Poznań

woj. wielkopolskie

Centrum Osteopatii i Ruchu, ul. Garbary 64 Poznań

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



MARTA MICHALAK

E-mail szkolenia@szkoleniauryzaj.pl

Telefon (+48) 663 041 233