



Eksperckie Szkolenie z Masażu Tkanek Głębokich – techniki pracy z powięzią i strukturami głębokimi

Numer usługi 2025/10/28/178215/3111192

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

222 oceny

📍 Rybnik / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 28.03.2026 do 29.03.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Grupa docelowa usługi	Szkolenie przeznaczone jest dla profesjonalistów oraz pasjonatów zdrowia, masażu i pracy z ciałem, którzy chcą pogłębić umiejętności w zakresie technik tkanek głębokich – zarówno w pracy zawodowej, jak i prywatnie
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	27-03-2026
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 uczestników do samodzielnego wykonywania masażu tkanek głębokich, którego celem jest przywrócenie równowagi napięciowej w układzie mięśniowo-powięziowym, poprawa mobilności, elastyczności tkanek oraz redukcja bólu przeciążeniowego.

Podczas zajęć uczestnicy poznają zarówno podstawy teoretyczne, jak i praktyczne techniki manualne stosowane w gabinetach masażu, terapii manualnej i fizjoterapii.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Omawia zasady masażu tkanek głębokich, wskazania i przeciwwskazania	Wymienia główne zasady pracy z tkankami głębokimi	Test teoretyczny
Rozróżnia techniki powierzchowne i głębokie	Klasyfikuje techniki w zależności od celu i warstwy tkanek	Test teoretyczny
Dobiera odpowiednią technikę do potrzeb klienta	Opracowuje plan pracy z konkretnym przypadkiem	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykonuje techniki masażu tkanek głębokich z właściwą siłą, kierunkiem i tempem	Stosuje przesuwanie tkanek, kompresje, rozcierania, rozciąganie powięzi	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Analizuje postawę i wzorce napięciowe klienta	Wykonuje wstępną ocenę palpacyjną i posturalną	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Zachowuje zasady ergonomii i higieny pracy	Utrzymuje prawidłową postawę terapeuty i dba o bezpieczeństwo klienta	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
Nazwa Podmiotu certyfikującego	FUNDACJA MY PERSONALITY SKILLS

Program

Program szkolenia

Dzień 1 – Wprowadzenie i praca z kończynami (8 h)

1. Wprowadzenie do masażu tkanek głębokich – teoria, wskazania, przeciwwskazania
2. Różnice między masażem klasycznym a głębokim
3. Techniki przesuwania, kompresji i rozcierania tkanek
4. Pokaz instruktora – kończyny dolne
5. Ćwiczenia praktyczne w parach – kończyny górne
6. Analiza przypadków i omówienie efektów pracy

Dzień 2 – Praca z grzbietem, obręczą barkową i integracja technik (8 h)

1. Masaż tkanek głębokich grzbietu i obręczy barkowej
2. Praca z klatką piersiową i powięzią piersiowo-lędźwiową
3. Integracja technik w pracy całościowej
4. Techniki rozluźniania końcowego
5. Walidacja – egzamin teoretyczny i praktyczny

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 tkanek głębokich**.

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 4 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 1,5) oraz 1 godziny zegarowej egzaminu-walidacji.

Cena wynika z **eksperskiego charakteru usługi**, dotyczy **zaawansowanych technik pracy z powięzią i strukturami głębokimi**. Obejmuje **pracę manualną wysokiego ryzyka zdrowotnego**, wymagającą doświadczenia, precyzji i odpowiedzialności instruktora.

Bardzo wysoki udział praktyki (ponad 80%) znacząco podnosi koszt realizacji, **13 godzin z 16** to zajęcia praktyczne w warunkach rzeczywistych. Szkolenie realizowane jest w **małych grupach (max 12 osób)**. Każdy uczestnik pracuje rotacyjnie w parach + zapewniany jest model pokazowy przy nieparzystej liczbie osób

Cena obejmuje **formalną walidację i certyfikację kwalifikacji**.

Kadra posiada **realne, potwierdzone kwalifikacje medyczne i zawodowe**:

- wpis w **Centralnym Rejestrze Osób Uprawnionych do Wykonywania Zawodu Medycznego**,
- absolwent AWF,
- aktywny praktyk prowadzący własny gabinet,
- doświadczenie w pracy ze sportowcami i klientami terapeutycznymi

Uczestnik po szkoleniu **realnie zwiększa swoją wartość rynkową:**

Efekty uczenia się obejmują m.in.:

- samodzielną diagnozę napięć i wzorców posturalnych,
- planowanie terapii manualnej,
- bezpieczną pracę z tkankami głębokimi,
- ergonomię pracy terapeutycznej.

Cena jest **transparentna i uzasadniona kosztowo:**

W cenie zawarte są:

- profesjonalne stoły i stanowiska do masażu,
- specjalistyczne kosmetyki,
- materiały dydaktyczne,
- komfortowa infrastruktura (klimatyzacja, parking, Wi-Fi),
- koszty walidacji i certyfikacji wyszczególnione oddzielnie

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Wprowadzenie do masażu tkanek głębokich	Paweł Cieślik	28-03-2026	08:00	09:00	01:00
2 z 12 Przerwa	Paweł Cieślik	28-03-2026	09:00	09:15	00:15
3 z 12 Zajęcia teoretyczno-praktyczne – kończyny dolne	Paweł Cieślik	28-03-2026	09:15	12:00	02:45
4 z 12 Przerwa obiadowa	Paweł Cieślik	28-03-2026	12:00	12:30	00:30
5 z 12 Ćwiczenia praktyczne – kończyny górne	Paweł Cieślik	28-03-2026	12:30	15:00	02:30
6 z 12 Omówienie efektów	Paweł Cieślik	28-03-2026	15:00	16:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 12 Praca z grzbietem i obręczą barkową – wprowadzenie	Paweł Cieślik	29-03-2026	08:00	09:00	01:00
8 z 12 Przerwa	Paweł Cieślik	29-03-2026	09:00	09:15	00:15
9 z 12 Zajęcia teoretyczno-praktyczne – grzbiet i klatka piersiowa	Paweł Cieślik	29-03-2026	09:15	12:00	02:45
10 z 12 Przerwa obiadowa	Paweł Cieślik	29-03-2026	12:00	12:30	00:30
11 z 12 Ćwiczenia praktyczne – integracja technik	Paweł Cieślik	29-03-2026	12:30	15:00	02:30
12 z 12 Walidacja – egzamin	-	29-03-2026	15:00	16:00	01:00

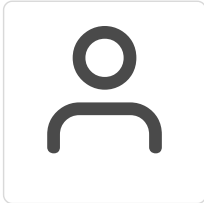
Cennik

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

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 masażysty – 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
44-203 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