



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

9 822 oceny

## Kurs Masaż tkanek głębokich

Numer usługi 2025/10/31/55596/3120672

📍 Bydgoszcz

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 45:00 h

📅 14.05.2026 do 17.05.2026

2 200,00 PLN brutto

2 200,00 PLN netto

48,89 PLN brutto/h

48,89 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Zdrowie i medycyna / Medycyna

**Grupa docelowa usługi**

Kurs skierowany jest do:

- fizjoterapeutów,
- techników fizjoterapii,
- techników masażyistów,
- studentów fizjoterapii,
- 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 a także do Pracodawców i ich Pracowników.

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

Do udziału w szkoleniu zapraszamy również uczestników projektów realizowanych przez innych Operatorów BUR.

**Minimalna liczba uczestników**

8

**Maksymalna liczba uczestników**

20

**Data zakończenia rekrutacji**

13-05-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

45

**Podstawa uzyskania wpisu do BUR**

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Uczestnik po zakończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie leczenia zaburzeń w układzie mięśniowo-powięziowym, polegającym na umiejętnym rozluźnianiu tkanek, poprawie ich ruchomości oraz uwalnianiu z napięć w jak najbardziej ergonomiczny sposób.

Uczestnictwo w kursie przyczyni się do stosowania MTG w codziennej pracy, stosowania jej technik, znajomości topografii punktów strategicznych i strategii postępowania w dysfunkcjach TM.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje zasady pracy w masażu tkanek głębokich	Uczestnik definiuje koncepcję pracy w MTG oraz jej kliniczne zastosowanie w wybranych jednostkach chorobowych	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik charakteryzuje topografię poszczególnych punktów strategicznych oraz strategię postępowania w dysfunkcjach tkanek miękkich	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik samodzielnie pracuje w zakresie leczenia zaburzeń w układzie mięśniowo-powięziowym, polegającym na umiejętnym rozluźnianiu tkanek, poprawie ich ruchomości oraz uwalnianiu z napięć w jak najbardziej ergonomiczny sposób	Uczestnik posługuje się technikami stosowanymi w MTG	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik stosuje właściwe techniki na poszczególnych punktach strategicznych ciała człowieka	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik posługuje się strategią postępowania w dysfunkcjach tkanek miękkich	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik dobiera techniki stosowane w MTG	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik stawia skuteczną diagnozę i skutecznie wykonuje zaplanowaną terapię	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik komunikuje się z pacjentem, ustala potrzeby i oczekiwania	Uczestnik diagnozuje potrzeby pacjenta	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik komunikuje pacjentowi w sposób zrozumiały wskazania do wprowadzenia terapii oraz ewentualne przeciwwskazania i konsekwencje	Analiza dowodów i deklaracji

# Kwalifikacje

## Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

**Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?**

TAK

**Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?**

TAK

**Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają 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.**

Uczestnik po zakończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie leczenia zaburzeń w układzie mięśniowo-powięziowym, polegającym na umiejętnym rozluźnianiu tkanek, poprawie ich ruchomości oraz uwalnianiu z napięć w jak najbardziej ergonomiczny sposób.

Uczestnictwo w kursie przyczyni się do stosowania MTG w codziennej pracy, stosowania jej technik, znajomości topografii punktów strategicznych i strategii postępowania w dysfunkcjach TM.

**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: 45 godzin dydaktycznych**

### PROGRAM KURSU :

#### Część I – teoria

1. Wstęp do Masażu Tkanek Głębokich
2. Ogólne założenia pracy z MTG
3. Teorie patologii systemu powięziowego
4. Anatomiczne i fizjologiczne aspekty działania MTG
5. Ciało i ramiona terapeuty – holistyczne wykorzystywanie w MTG
6. Techniki stosowane w MTG

#### Część II – praktyka

1. Techniki stosowane w MTG – praktyczne wprowadzenie i zastosowanie na wybranych miejscach
2. MTG wybranych okolic strony przedniej i tylnej m.in: stopy, podudzia, uda, pośladków, kości krzyżowej, spojenia łonowego i kości guzicznej, stawów krzyżowo-biodrowych, powierzchownych i głębokich mięśni brzucha oraz powierzchownych i głębokich mięśni odcinka L, mięśni prostowników grzbietu, żeber, przepony oddechowej, klatki piersiowej, obręczy barkowej, szyi, przejścia szyjno-głowego, głowy
3. Walidacja

Opis zastosowania metod walidacji:

#### 1. Analiza dowodów i deklaracji w części praktycznej

W procesie walidacji umiejętności praktycznych uczestników stosujemy metodę "analizy dowodów i deklaracji". Organizator szkolenia odpowiada za nagrywanie i przekazywanie materiałów walidatorowi. Materiał nagrywany jest w trakcie trwania szkolenia. Weryfikacja zebranych materiałów odbywa się w sposób zdalny. Uczestnicy powinni wyrazić stosowną zgodę na nagrywanie ich wizerunku wyłącznie celem przedłożenia dowodów walidatorowi, bądź poinformować osobę dokonującą utrwalenia ich wizerunku o braku wyrażania stosownej zgody, wówczas nagranie zostanie przeprowadzone w sposób uniemożliwiający identyfikację wizerunku uczestnika.

Procedura walidacji:

1. Nagranie wykonania zadania - uczestnicy wykonują zadanie praktyczne pod nadzorem organizatora, który rejestruje materiał video.
2. Przekazanie nagrania do walidatora - organizator przesyła materiał do oceny.
3. Analiza nagrania przez walidatora - walidator dokonuje oceny na podstawie kryteriów weryfikacji, obejmujących m.in. poprawność wykonania procedur, zgodność z zasadami i normami oraz jakość techniczną wykonanych czynności.

#### 2. Test teoretyczny w części teoretycznej

Weryfikacja wiedzy teoretycznej uczestników odbędzie się za pomocą testu ABC, który zostanie przeprowadzony pod koniec szkolenia.

Trener rozda test teoretyczny, przy zastrzeżeniu, że nie będzie ingerować w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania. Następnie je zbierze.

Walidator będzie włączony dopiero na etapie oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników. Nie bierze bezpośrednio udziału w procesie kształcenia i nie podejmuje działań związanych z tworzeniem i kompletowaniem dokumentacji walidacyjnej.

Test teoretyczny - minimalny próg zaliczenia 80% poprawnych odpowiedzi.

Analiza zebranych dowodów i deklaracji - minimalny próg zaliczenia 80% przedłożonych dowodów i deklaracji zawiera poprawnie wykonane kryteria weryfikacji.

#### **Dodatkowo!!!**

- elementy anatomii palpacyjnej
- propozycje kolejności opracowania poszczególnych okolic i grup mięśniowo-powięziowych
- propozycje wzorców postępowania w wybranych dolegliwościach wynikających z dysbalansu mięśniowo-powięziowego
- proponowane formy autoterapii

Masaż tkanek głębokich MTG, inaczej „Deep Tissue Massage” to system pracy, którego zadaniem jest likwidacja napięć i restrykcji mięśniowo-powięziowych znajdujących się na różnych głębokościach ludzkiego ciała oraz zmiana konsystencji tkanki i usystematyzowanie jej w przestrzeni. Masaż tkanek głębokich służy rozluźnieniu napięć mięśni i powięzi, zmniejszeniu bólu – zwłaszcza w okolicy kręgosłupa, zwiększeniu ruchomości i elastyczności tkanek, umożliwieniu przybrania właściwej postawy ciała przez pacjenta. Masaż jest idealny zarówno dla pacjentów z problemami ortopedycznymi, neurologicznymi, geriatrycznymi, ale i dla tych którzy poprzez pracę, czy też treningi nabawili się różnych dolegliwości.

#### **Wskazania do masażu MTG, to m.in.:**

- dolegliwości bólowe w mięśniach,
- wady postawy,
- rwa kulszowa,
- rwa barkowa,
- bóle i zawroty głowy pochodzenia odkręgosłupowego,
- stłuczenia, zwichnięcia i skręceń, powodujące dokuczający ból kończyn.

Masaż tkanek głębokich działa także na psychikę pacjenta, choć nie jest to jego główne zadanie – sam zabieg nie należy do relaksujących, jednak już po nim można poczuć się bardziej odprężonym.

W masażu tkanek głębokich wykorzystuje się otwarte dłonie, opuszki palców, kostki, pięści, łokcie i przedramiona. Technika wykonywania zabiegu powinna być ergonomiczna – siła nacisku nie ma pochodzić z napięcia masażysty, lecz dzięki odpowiedniej pozycji i wysokości stołu – z jego ciężaru. Różnorodność technik opartych na ergonomicznej pracy pozwala na wysoką skuteczność działania przy minimalnym użyciu siły ze strony masującego. Za każdą techniką musi iść konkretny jej cel. Osoba wykonująca masaż tkanek głębokich cały czas obserwuje stan napięcia mięśni, dobierając siłę i rodzaj wykonywanych ruchów do reakcji organizmu konkretnego pacjenta.

#### **Masaż Tkanek Głębokich powoduje:**

- zwiększenie elastyczności tkanek,

- likwidację mięśniowo-powięziowych punktów spustowych,
- regulację napięcia mięśniowo-powięziowego,
- przywracanie prawidłowej postawy,
- wzrost ruchomości w stawach,
- poprawę ukrwienia tkanek.

Kurs trwa 45 godz. dydaktycznych, co stanowi 33 godz. 45 min zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 4 h. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna (szkoleniowa) = 45 min

Liczba godzin kursu obejmuje zajęcia teoretyczne – **13 godzin dydaktycznych**, oraz zajęcia praktyczne – **32 godzin dydaktycznych**.

Weryfikacja obecności odbywa się na podstawie listy obecności podpisanej podczas szkolenia. Wymagana obecność minimum 80%.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 14

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 14</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część I, punkty 1-3, teoria 90 min	mgr Dawid Marciniak	14-05-2026	08:30	13:00	04:30
<b>2 z 14</b> Przerwa	mgr Dawid Marciniak	14-05-2026	13:00	14:00	01:00
<b>3 z 14</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część I, punkty 4-6, teoria 90 min	mgr Dawid Marciniak	14-05-2026	14:00	18:30	04:30
<b>4 z 14</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkty 1-2, teoria 90 min	mgr Dawid Marciniak	15-05-2026	08:30	13:00	04:30
<b>5 z 14</b> Przerwa	mgr Dawid Marciniak	15-05-2026	13:00	14:00	01:00
<b>6 z 14</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkt 2 cd., teoria 90 min	mgr Dawid Marciniak	15-05-2026	14:00	18:30	04:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 14 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkt 2 cd., teoria 90 min	mgr Dawid Marciniak	16-05-2026	08:30	13:00	04:30
8 z 14 Przerwa	mgr Dawid Marciniak	16-05-2026	13:00	14:00	01:00
9 z 14 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkt 2 cd., teoria 45 min	mgr Dawid Marciniak	16-05-2026	14:00	18:30	04:30
10 z 14 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkt 2 cd., teoria 45 min	mgr Dawid Marciniak	17-05-2026	08:30	12:00	03:30
11 z 14 Przerwa	mgr Dawid Marciniak	17-05-2026	12:00	13:00	01:00
12 z 14 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkt 2 cd., teoria 45 min	mgr Dawid Marciniak	17-05-2026	13:00	15:15	02:15
13 z 14 3.Przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	mgr Dawid Marciniak	17-05-2026	15:15	15:30	00:15
14 z 14 3.Walidacja	-	17-05-2026	15:30	16:15	00:45

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	48,89 PLN
Koszt osobogodziny netto	48,89 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### mgr Dawid Marciniak

Fizjoterapeuta, główny szkoleniowiec oraz założyciel Spasja. Pracował w placówkach leczniczych oraz największych Centrach szkoleniowo-medycznych w Polsce tj. Instytut Dr Ireny Eris oraz CLARENA jako fizjoterapeuta i masażysta. Od 8 lat prowadzi prywatną praktykę fizjoterapeutyczną, pracuje z kobietami w okresie okołoporodowym oraz z osobami dotkniętymi obrzękami. Odbył ponad 40 szkoleń i stale pogłębia swoją wiedzę na kursach i warsztatach doszkalających z zakresu, m.in.:Diagnoza i leczenie tkanek miękkich, Terapia manualna – Wielospecjalistyczny Kurs Medycyny Manualnej ponad 240,Masaż tkanek głębokich MTG, Drenaż limfatyczny i KTP – projekt unijny dot KTP w wybranych jednostkach chorobowych. Współpraca z wrocławskim klubem Amazonek 600h, Terapia manualna w ginekologii i okresie okołoporodowym; Trening dna miednicy BEBO 1, Współczesne metody fizjoterapii z elementami osteopatii w ginekologii i położnictwie, Rozstęp mięśnia prostego brzucha (DRA) •Kompleksowa terapia blizny, Kinesiology taping w ciąży •FASTIAL DISTORTION MODEL – terapia manualna wg Typaldosa D.O. •FDM i medical flossing •Terapia powięziowa u sportowców •Masaż medyczny •Masaż kobiet w ciąży •Igoterapia sucha, Kinesiology Taping •Terapia pkt spustowych. Trener zrealizował 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. Aleja Powstańców Wielkopolskich 26

85-090 Bydgoszcz

woj. kujawsko-pomorskie

Aleja Powstańców Wielkopolskich 26

Wejście przy CENTRUM MEDICOVER. Sala na II piętrze.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

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

## Kontakt



**Joanna Dobska**

**E-mail** szkolenia@odnova.org.pl

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