



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

10 303 oceny

Kurs Masaż tkanek głębokich

Numer usługi 2025/11/03/55596/3124696

📍 Bydgoszcz

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 45:00 h

📅 10.12.2026 do 13.12.2026

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.

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

Minimalna liczba uczestników

8

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

09-12-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

45

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usług Szkoleniowo- Rozwojowych PIFS SUS 3.0

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
	Uczestnik charakteryzuje topografię poszczególnych punktów strategicznych oraz strategię postępowania w dysfunkcjach tkanek miękkich	Test teoretyczny
	Uczestnik posługuje się technikami stosowanymi w MTG	Analiza dowodów i deklaracji
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 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 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 rozdzielanie 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 – test teoretyczny, analiza dowodów i deklaracji

Walidację przeprowadza walidator w czasie przeznaczonym na walidację bez udziału uczestników. Minimalny próg zaliczenia z obu metod walidacji to 80%.

Test teoretyczny:

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.

Analiza dowodów i deklaracji:

Trener w trakcie zajęć dokonuje na różnych etapach nagrań i zdjęć wykonywania przez poszczególnych uczestników zadań praktycznych, które następnie zostaną udostępnione walidatorowi. W uzasadnionych przypadkach utrwalenia będzie dokonywał pracownik/współpracownik wyznaczony i upoważniony Organizatora. 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.

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.

Walidacja prowadzona stacjonarnie pod adresem: ul. Grudziądzka 3, Bydgoszcz

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 odcregosłupowego,
- 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**.

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 14

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 14 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część I, punkty 1-3, teoria 90 min	mgr Dawid Marciniak	10-12-2026	09:00	13:00	04:00
2 z 14 Przerwa	mgr Dawid Marciniak	10-12-2026	13:00	14:00	01:00
3 z 14 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część I, punkty 4-6, teoria 90 min	mgr Dawid Marciniak	10-12-2026	14:00	18:00	04:00
4 z 14 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkty 1-2, teoria 90 min	mgr Dawid Marciniak	11-12-2026	08:30	13:00	04:30
5 z 14 Przerwa	mgr Dawid Marciniak	11-12-2026	13:00	14:00	01:00
6 z 14 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkt 2 cd., teoria 90 min	mgr Dawid Marciniak	11-12-2026	14:00	18:00	04:00
7 z 14 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkt 2 cd., teoria 90 min	mgr Dawid Marciniak	12-12-2026	08:30	13:00	04:30
8 z 14 Przerwa	mgr Dawid Marciniak	12-12-2026	13:00	14:00	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 14 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkt 2 cd., teoria 45 min	mgr Dawid Marciniak	12-12-2026	14:00	18:00	04:00
10 z 14 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkt 2 cd., teoria 45 min	mgr Dawid Marciniak	13-12-2026	09:00	13:00	04:00
11 z 14 Przerwa	mgr Dawid Marciniak	13-12-2026	13:00	14:00	01:00
12 z 14 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – część II, punkt 2 cd., teoria 45 min	mgr Dawid Marciniak	13-12-2026	14:00	17:45	03:45
13 z 14 3. Walidacja- przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	mgr Dawid Marciniak	13-12-2026	17:45	18:00	00:15
14 z 14 3. Walidacja - weryfikacja testów teoretycznych oraz analiza dowodów i deklaracji	-	13-12-2026	18:00	18:45	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. Odbił 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. Współpracę 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 •Igłoterapia 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. Grudziądzka 3
85-130 Bydgoszcz
woj. kujawsko-pomorskie

Centrum Szkoleń ODNOVA
Parter. Wejście obok windy
Sala własna

Walidacja - weryfikacja: ul. Grudziądzka 3, Bydgoszcz

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