

Akademia
Świadomego Dotyku
Justyna Strońska

Brak ocen dla tego dostawcy

Szkolenie: Masaż relaksacyjny całego ciała

Numer usługi 2025/11/17/194790/3152526

📍 Bielsko-Biała / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 10 h

📅 24.01.2026 do 24.01.2026

1 700,00 PLN brutto

1 700,00 PLN netto

170,00 PLN brutto/h

170,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie przeznaczone jest dla: osób początkujących jak i aktywnie działających: masażyстів, fizjoterapeutów, kosmetologów i kosmetyczek, instruktorów odnowy biologicznej, pracowników SPA, oraz wszystkich zainteresowanych tematyką masażu.

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

21-01-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

10

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 „Masaż relaksacyjny” przygotowuje do samodzielnego świadczenia usług z zakresu masażu relaksacyjnego ciała. Powyższy cel zostanie osiągnięty poprzez przeprowadzenie zajęć teoretycznych i praktycznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje wywiad z klientem przed zabiegiem oraz prawidłową treść formularza świadomej zgody na zabieg	Poprawnie stosuje wywiad z klientem przed zabiegiem oraz prawidłową treść formularza świadomej zgody na zabieg	Test teoretyczny
Definiuje teoretyczne podstawy masażu relaksacyjnego.	Poprawnie definiuje teoretyczne podstawy masażu relaksacyjnego.	Test teoretyczny
Charakteryzuje i wymienia rodzaje masażu relaksacyjnych	Poprawnie charakteryzuje i wymienia rodzaje masażu relaksacyjnych	Test teoretyczny
Charakteryzuje i wymienia cele zasady etyki zawodowej	Poprawnie charakteryzuje i wymienia cele zasady etyki zawodowej	Test teoretyczny
Definiuje podstawowe pojęcia z anatomii i fizjologii człowieka	Poprawnie definiuje podstawowe pojęcia z anatomii i fizjologii człowieka	Test teoretyczny
Charakteryzuje wskazania i przeciwwskazania do masażu relaksacyjnego	Poprawnie charakteryzuje wskazania i przeciwwskazania do masażu relaksacyjnego	Test teoretyczny
Charakteryzuje i wymienia środki poślizgowe stosowane w masażu relaksacyjnym	Poprawnie charakteryzuje i wymienia środki poślizgowe stosowane w masażu relaksacyjnym	Test teoretyczny
Definiuje zasady bezpieczeństwa i higieny obowiązujące podczas masażu relaksacyjnego	Poprawnie definiuje zasady bezpieczeństwa i higieny obowiązujące podczas masażu relaksacyjnego	Test teoretyczny
Charakteryzuje i wymienia prawidłowe wyposażenie stanowiska pracy	Poprawnie charakteryzuje i wymienia prawidłowe wyposażenie stanowiska pracy	Test teoretyczny
Wykonuje masaż relaksacyjny	Poprawnie przygotowuje stanowisko pracy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Wyklucza przeciwwskazania do zabiegu	Wywiad swobodny
	Dobiera technikę masażu do zamierzonego efektu	Wywiad swobodny
	Realizuje techniki masażu relaksacyjnego	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Stosuje zasady prawidłowej ergonomii pracy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Ocenia skuteczność przeprowadzonego zabiegu i jego jakość	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Komunikuje się z klientem w sposób profesjonalny i empatyczny	Przeprowadza wywiad z klientem	Wywiad swobodny
	Stosuje poprawną komunikację	Wywiad swobodny
	Omawia i przekazuje klientowi zalecenia po masażu	Wywiad swobodny

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

Część teoretyczna (1 godzina)

1. Wymagania higieniczno-sanitarne

- Aseptyka,
- sterylizacja i dezynfekcja

1. Prawidłowe wyposażenie stanowiska pracy

2. Formularz świadomej zgody na zabieg

- Prawidłowa treść formularza świadomej zgody na zabieg
- Wywiad z klientem
- Oczekiwania klienta w odniesieniu do efektu estetycznego zabiegu

1. Anatomia i fizjologia człowieka

- Podstawy anatomii i fizjologii człowieka
- Przebieg głównych partii mięśni

1. Podstawy masażu

- definicję,

- rodzaje masaży relaksacyjnych,
- cele oraz zasady etyki zawodowej.

1. Wskazania i przeciwwskazania do masażu relaksacyjnego
2. Wyposażenie stanowiska pracy
3. Rodzaje środków poślizgowych
4. Ergonomia pracy masażysty

Część praktyczna (8 godzin)

1. Wywiad z klientem

- Wykluczenie przeciwwskazań do masażu
- Określenie celu i zakresu zabiegu

1. Przygotowanie stanowiska pracy
2. Techniki masażu relaksacyjnego:

- demonstracja i ćwiczenie podstawowych technik,
- wykorzystanie ciężaru ciała masażysty,
- przygotowanie stanowiska oraz klienta do zabiegu.

1. Omówienie zaleceń po masażu i zasad budowania komfortowej relacji z klientem.

Egzamin: 1 godzina

Uczestnicy pracują w grupach 2 osobowych, maksymalnie 8 osób na szkoleniu. Do zajęć praktycznych każda 2 osobowa grupa otrzyma: fotel/łóżko kosmetyczne z pomocnikiem kosmetycznym i zestawem niezbędnych narzędzi i akcesoriów do wykonywania zabiegów z zakresu objętego szkoleniem, z ciągiem sterylizacyjnym wyposażonym zgodnie z zasadami BHP . W przypadku nieparzystej liczby uczestników, usługodawca zapewnia modelkę na szkolenie.

1 godzina zajęć = 60 min (godzina zegarowa).

Przerwy wliczają się w liczbę godzin usługi.

Walidacja wlicza się w liczbę godzin usługi.

Krótkie przerwy będą dostosowane do przebiegu szkolenia i tempa pracy uczestników.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 5

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 5 Część praktyczna	Lucyna Sufczyńska	24-01-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 5 Praktyka masaż relaksacyjny	Lucyna Sufczyńska	24-01-2026	10:00	13:00	03:00
3 z 5 Przerwa	Lucyna Sufczyńska	24-01-2026	13:00	13:30	00:30
4 z 5 Praktyka masaż relaksacyjny	Lucyna Sufczyńska	24-01-2026	13:30	18:00	04:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 5 Egzamin	Lucyna Sufczyńska	24-01-2026	18:00	19:00	01:00

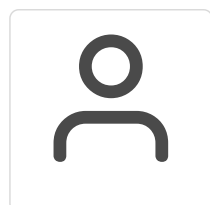
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 700,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 700,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	170,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	170,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Lucyna Sufczyńska

Pani Lucyna Sufczyńska to dyplomowana masażystka z tytułem technika masażyста oraz 9-letnim doświadczeniem zawodowym. Jest również doświadczonym i pełnym pasji trenerem w dziedzinie masażu.

Swoje umiejętności i podejście do pracy z ciałem i umysłem rozwija, uczestnicząc w licznych kursach i szkoleniach. Wierzy, że dotyk ma niezwykłą moc – potrafi nie tylko rozluźnić napięcia w ciele, ale również przywrócić spokój, harmonię i wewnętrzną równowagę.

Podczas prowadzonych przez nią szkoleń z masażu ciała dzieli się praktyczną wiedzą, sprawdzonymi technikami oraz doświadczeniem zdobytym przez lata pracy z klientami. Uczy, jak wykonywać masaż z uważnością, czułością i pewnością ruchu – tak, aby był on prawdziwą przyjemnością zarówno dla osoby masującej, jak i masowanej.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe:

- bogaty ilustrowany, kolorowy skrypt szkoleniowy
- filmy instruktażowe nagrane podczas szkolenia

Informacje dodatkowe

Usługa zwolniona Vat w przypadku gdy uczestnik otrzyma dofinansowanie na poziomie minimum 70%

Adres

ul. Michała Grażyńskiego 71
43-300 Bielsko-Biała
woj. śląskie

Lokal w którym odbywa się szkolenie zlokalizowane jest na parterze i pierwszym piętrze. Lokal składa się z dwóch sal szkoleniowych:

- sala do wykładania teorii 25m2 wyposażona w profesjonalny innowacyjny, zakupiona jako nowy sprzęt do prowadzenia prezentacji teoretycznych oraz w wygodne stanowiska dla kursantów
- sala do ćwiczeń praktycznych 40m2 wyposażona w profesjonalny, innowacyjny, zakupiony jako nowy sprzęt do terapii manualnej i masażu twarzy oraz ciała. Lokal zapewnia profesjonalnie wyposażoną pracownię masażu, niezbędne akcesoria do prowadzenia danych szkoleń: sprzęt, stoły do masażu, najwyższej klasy olejki, materiały jednorazowe, profesjonalne kosmetyki.

Dodatkowe pomieszczenia: recepcja, sala bufetowa, biuro, pomieszczenie socjalne, toaleta.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



JUSTYNA STROŃSKA

E-mail akademia.swiadomego.dotyku@gmail.com

Telefon (+48) 664 997 709