



## Kurs refleksologia twarzy

Numer usługi 2025/11/23/188427/3165717

1 450,00 PLN brutto

1 450,00 PLN netto

72,50 PLN brutto/h

72,50 PLN netto/h

CENTRUM  
SZKOLENIOWE  
ANATOMIC Karolina  
Legucka

★★★★★ 4,8 / 5

10 ocen

📍 Gdańsk / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 06.06.2026 do 07.06.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

**Masażyści i terapeuci manualni** – osoby pracujące z ciałem, chcące rozszerzyć swój warsztat o techniki masażu twarzy

**Kosmetolodzy i kosmetyczki** – specjaliści w zakresie pielęgnacji twarzy, zainteresowani naturalnymi metodami liftingu i poprawy jędrności skóry.

**Fizjoterapeuci i technicy masażu** – chcący poszerzyć ofertę o techniki estetyczno-terapeutyczne ukierunkowane na mięśnie i powięź twarzy.

**Osoby związane z branżą beauty & wellness** – prowadzące gabinety kosmetyczne, spa, centra odnowy biologicznej, które chcą wprowadzić do oferty naturalny, nieinwazyjny lifting twarzy.

**Osoby początkujące** (bez wcześniejszego doświadczenia w masażu) – zainteresowane zdobyciem praktycznej umiejętności wykonywania skutecznego zabiegu refleksologii twarzy, które chcą rozpocząć pracę w branży beauty

### Minimalna liczba uczestników

1

### Maksymalna liczba uczestników

12

### Data zakończenia rekrutacji

05-06-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

20

# Cel

## Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnego wykonania zabiegu refleksologii twarzy w zakresie znajomości podstaw refleksologii twarzy i stosowania technik refleksologicznych

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje podstawowe zasady refleksologii twarzy	Uczestnik prawidłowo opisuje czym jest refleksologia twarzy	Test teoretyczny
	Uczestnik prawidłowo wymienia wskazania i przeciwwskazania do przeprowadzenia zabiegu refleksologii twarzy	Test teoretyczny
	Uczestnik prawidłowo charakteryzuje główne mapy, wykorzystywane w refleksologii twarzy	Test teoretyczny
	Uczestnik prawidłowo analizuje twarz podczas face readingu	Test teoretyczny
Uczestnik prawidłowo wykonuje zabieg refleksologii twarzy	Uczestnik prawidłowo definiuje wpływ refleksologii na organizm człowieka	Test teoretyczny
	Uczestnik prawidłowo stosuje poszczególne techniki podczas wykonywania zabiegu refleksologii twarzy	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik wykorzystuje kompetencje społeczne podczas wykonywania zabiegu refleksologii twarzy	Uczestnik prawidłowo komunikuje się z klientem, uwzględniając etykę, komfort i bezpieczeństwo klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych

# 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

### Z kursu Refleksologia twarzy mogą skorzystać:

**Masażyści i terapeuci manualni** – osoby pracujące z ciałem, chcące rozszerzyć swój warsztat o techniki masażu twarzy

**Kosmetolodzy i kosmetyczki** – specjaliści w zakresie pielęgnacji twarzy, zainteresowani naturalnymi metodami liftingu i poprawy jędrności skóry.

**Fizjoterapeuci i technicy masażu** – chcący poszerzyć ofertę o techniki estetyczno-terapeutyczne ukierunkowane na mięśnie i powięź twarzy.

**Osoby związane z branżą beauty & wellness** – prowadzące gabinety kosmetyczne, spa, centra odnowy biologicznej, które chcą wprowadzić do oferty naturalny, nieinwazyjny lifting twarzy.

**Osoby początkujące** (bez wcześniejszego doświadczenia w masażu) – zainteresowane zdobyciem praktycznej umiejętności wykonywania skutecznego zabiegu refleksologii twarzy, które chcą rozpocząć pracę w branży beauty

Szkolenie jest realizowane w formie stacjonarnej w siedzibie Centrum Szkoleniowego Anatomic w Gdańsku przy ulicy Kielnieńskiej 167.

Zajęcia szkoleniowe przeprowadzane są w formie teoretyczno-praktycznej. Liczba godzin teoretycznych szkolenia - 4. Liczba godzin praktycznych szkolenia - 16.

Zajęcia teoretyczne realizowane są w formie wykładu i prezentacji technik oraz sesji pytań i odpowiedzi.

Podczas ćwiczeń praktycznych uczestnicy pracują w parach i wykonują techniki naprzemiennie na sobie. Na 1 parę przypada 1 stanowisko, składające się ze stołu do masażu lub krzesła do masażu.

Kurs trwa 20 godzin dydaktycznych. Godziny podane w karcie szkolenia są godzinami dydaktycznymi. 1 godzina dydaktyczna to 45 minut.

Przerwy przewidziane w harmonogramie szkolenia nie wliczają się w czas trwania szkolenia. Ze względu na dymanikę prowadzonego szkolenia, uwzględniając indywidualne podejście do każdego uczestnika rzeczywisty harmonogram zajęć może odbiegać od harmonogramu z karty szkolenia.

Walidacja przeprowadzana jest na zakończenie szkolenia i jest realizowana w formie testu teoretycznego oraz obserwacji w warunkach symulowanych. Walidacja przeprowadzana jest przez osobę niezależną i niezaangażowaną w proces szkoleniowy.

### PROGRAM SZKOLENIA:

#### Wprowadzenie do refleksologii twarzy

- cele i zastosowanie metody
- korzyści dla zdrowia i samopoczucia

#### Analiza twarzy

- obserwacja zmian na twarzy i ich znaczenie diagnostyczne

- interpretacja sygnałów płynących z twarzy

### Podstawy anatomii i fizjologii twarzy

- budowa skóry, mięśni i unerwienia twarzy
- powiązania twarzy z narządami wewnętrznymi

### Mapy refleksologiczne twarzy

- lokalizacja stref i punktów odruchowych
- praktyczne zastosowanie w pracy z klientem

### Techniki stymulacji punktów i stref

- podstawowe techniki manualne
- zasady doboru technik do potrzeb klienta
- ćwiczenia praktyczne

### Zasady BHP pracy refleksologa

- higiena i bezpieczeństwo pracy
- ergonomia i dbanie o własne zdrowie

### Podsumowanie i ćwiczenia praktyczne

- integracja zdobytej wiedzy
- praktyczne sesje pod okiem instruktora

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 20</b> Wprowadzenie, cele kursu, zasady BHP	Dorota Kulesza	06-06-2026	10:00	10:30	00:30
<b>2 z 20</b> Analiza twarzy - znaczenie, czytanie / teoria	Dorota Kulesza	06-06-2026	10:30	11:30	01:00
<b>3 z 20</b> Przerwa	Dorota Kulesza	06-06-2026	11:30	11:40	00:10
<b>4 z 20</b> Analiza twarzy - praca w zespołach	Dorota Kulesza	06-06-2026	11:40	12:10	00:30
<b>5 z 20</b> Refleksologia - geneza, zastosowanie, historia, bph / teoria	Dorota Kulesza	06-06-2026	12:10	12:40	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>6 z 20</b> Postawy fizjologii i anatomii	Dorota Kulesza	06-06-2026	12:40	13:10	00:30
<b>7 z 20</b> Mapy reflekskologiczne twarzy cz.I - omówienie	Dorota Kulesza	06-06-2026	13:10	13:30	00:20
<b>8 z 20</b> Lokalizacja punktów i stref - część praktyczna	Dorota Kulesza	06-06-2026	13:30	14:00	00:30
<b>9 z 20</b> Przerwa	Dorota Kulesza	06-06-2026	14:00	14:20	00:20
<b>10 z 20</b> Techniki stymulacji punktów i stref - część praktyczna w parach	Dorota Kulesza	06-06-2026	14:20	17:40	03:20
<b>11 z 20</b> Podsumowanie dnia, pytanie i odpowiedzi	Dorota Kulesza	06-06-2026	17:40	18:00	00:20
<b>12 z 20</b> Powtórzenie zdobytej wiedzy z zakresu analizy twarzy i map refl. cz.I	Dorota Kulesza	07-06-2026	10:00	10:30	00:30
<b>13 z 20</b> Mapy reflekskologiczne twarzy cz.II - omówienie	Dorota Kulesza	07-06-2026	10:30	11:30	01:00
<b>14 z 20</b> Przerwa	Dorota Kulesza	07-06-2026	11:30	11:50	00:20
<b>15 z 20</b> Mapy reflekskologiczne twarzy cz.II - część praktyczna w parach	Dorota Kulesza	07-06-2026	11:50	13:10	01:20
<b>16 z 20</b> Sesje praktyczne - prowadzenie mini terapii	Dorota Kulesza	07-06-2026	13:10	14:40	01:30
<b>17 z 20</b> Przerwa	Dorota Kulesza	07-06-2026	14:40	15:00	00:20

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>18 z 20</b> Sesja praktyczna podsumowująca - pełna terapia twarzy	Dorota Kulesza	07-06-2026	15:00	17:30	02:30
<b>19 z 20</b> Walidacja	-	07-06-2026	17:30	17:45	00:15
<b>20 z 20</b> Podsumowanie i zakończenie kursu	Dorota Kulesza	07-06-2026	17:45	18:00	00:15

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 450,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 450,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	72,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	72,50 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



**1 z 1**

### Dorota Kulesza

Dyplomowany refleksolog z wieloletnią praktyką.

Ukończone kursy:

Polski Instytut Refleksologii Kierunek: refleksologia stóp, twarzy i głowy, rąk ukończony tytułem dyplomowanego refleksologa

Akademia Refleksologii Terapeutycznej: kurs refleksologii stóp Manzanares Reflexology Method

Akademia Refleksologii Terapeutycznej: kurs refleksologii stóp Orthopedic Reflexology by Spiros Dimitrakoulas

Multirefleksologia: kurs refleksologii twarzy Dien Chan

Szkoła Multiterapii: kurs Lifting wielowarstwowy twarzy DRE

Kurs Acces Bars

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

## Co otrzymuje uczestnik kursu

- 1. Certyfikat ukończenia kursu w języku polskim i języku angielskim**
  - potwierdzający nabycie wiedzy i umiejętności w zakresie refleksologii twarzy
- 2. Zaświadczenie ukończenia kursu MEN III/1**
  - dokument przydatny w pracy zawodowej w gabinetach masażu, studiach wellness lub w pracy indywidualnej
- 3. Materiały szkoleniowe**
  - autorski skrypt z opisem technik
  - schematy sekwencji masażu i wskazówki praktyczne
- 4. Dostęp do wiedzy praktycznej i demonstracji**
  - pokaz pełnego masażu przez instruktora
  - możliwość treningu w parach pod okiem prowadzącego
  - korekta techniki i feedback indywidualny
- 5. Wsparcie w rozwoju kompetencji miękkich i terapeutycznych**
  - nauka uważności, obecności i komunikacji z klientem
  - wskazówki, jak tworzyć komfortową i relaksującą atmosferę podczas zabiegu

## Warunki uczestnictwa

### Warunki uczestnictwa w szkoleniu

- 1. Wiek uczestnika**
  - ukończone 18 lat
- 2. Stan zdrowia**
  - brak przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zajęciach praktycznych (np. poważnych chorób układu ruchu, skóry, infekcji, ograniczeń uniemożliwiających pracę fizyczną)
- 3. Przygotowanie merytoryczne**
  - kurs przeznaczony jest dla osób początkujących i nie wymaga wcześniejszego doświadczenia w masażu
- 4. Strój i higiena osobista**
  - wygodny strój do ćwiczeń praktycznych (np. koszulka, legginsy/spodnie dresowe)
  - obuwie zmienne lub skarpety antypoślizgowe
  - zachowanie higieny osobistej (krótkie paznokcie, związane włosy, brak biżuterii podczas zajęć)
- 5. Materiały własne (opcjonalnie)**
  - ręcznik kąpielowy lub pareo do ćwiczeń
  - zeszyt i długopis do notatek
- 6. Formalności organizacyjne**
  - wcześniejsze zgłoszenie udziału poprzez formularz rejestracyjny lub kontakt mailowy/telefoniczny
  - wniesienie opłaty za kurs (zaliczka/rezerwacja miejsca + dopłata do pełnej kwoty) w określonym terminie

## Informacje dodatkowe

1. Godziny podane w karcie szkolenia są godzinami dydaktycznymi (1 godzina dydaktyczna to 45 minut).
2. Kurs prowadzony jest w języku polskim.
3. Materiały, które uczestnik otrzymuje w trakcie szkolenia są w języku polskim.

4. Ze względu na dynamikę prowadzonego szkolenia rzeczywisty harmonogram zajęć może odbiegać od harmonogramu z karty szkolenia
5. Usługa szkoleniowa świadczona przez CS ANATOMIC jest zwolniona z podatku VAT na podstawie art. 43 ust 1 ustawy o VAT

## Adres

ul. Kielnieńska 167  
80-299 Gdańsk  
woj. pomorskie

Wszystkie nasze zajęcia prowadzone są w naszej stałej siedzibie – Gdańsk Osowa, ul. Kielnieńska 167.

Jak do nas dojechać?

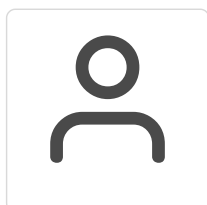
Dojazd do nas od strony Gdańska jest autobusem linii 171 z Gdańska Oliwy.

Z Gdyni można do nas dojechać autobusem tej samej linii (171), jedzie on z Gdyni Dąbrowy.

W obydwu tych przypadkach zawsze należy wysiąść na przystanku IŁAWSKA.

Przed naszym centrum znajdują się nasze prywatne miejsca parkingowe. Jeśli wszystkie będą zajęte, to nie obawiaj się, zawsze znajdziesz miejsce np. na ulicy Gnieźnieńskiej, Iławskiej lub Chełmińskiej. Wszystkie wymienione ulice są wolne od opłat parkingowych.

## Kontakt



**Karolina Legucka**

**E-mail** [biuro@anatomic.szkola.pl](mailto:biuro@anatomic.szkola.pl)

**Telefon** (+48) 609 838 388