



Masaż relaksacyjny - szkolenie stacjonarne

Numer usługi 2025/11/25/10501/3169988

2 829,00 PLN brutto

2 300,00 PLN netto

353,63 PLN brutto/h

287,50 PLN netto/h

1.PRZEDSIĘBIORST
WO
WIELOBRANŻOWE
"LEW" 2.AZIRO
3.EDUKACYJNA
SZANSA - AZIRO
LUIZA Gallus

★★★★★ 4,6 / 5

18 ocen

📍 Jaroty / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 8 h

📅 30.12.2025 do 30.12.2025

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do :osób początkujących jak i aktywnie działających: kosmetologów i kosmetyczek, terapeutów manualnych, pracowników odnowy biologicznej, pracowników SPA, oraz wszystkich zainteresowanych tematyką masaży.

osób pracujących w branży beauty & wellness, gabinetach kosmetycznych i terapeutycznych,

fizjoterapeutów chcących rozszerzyć kompetencje o holistyczne techniki pracy,

osób rozpoczynających pracę w obszarze terapii naturalnych,

pasjonatów zdrowia i metod wspomagających dobro stan psychofizyczny.Uczestnicy pracują w **kameralnych grupach maksymalnie 6-osobowych**, co umożliwia indywidualne podejście.

Praca praktyczna odbywa się na modelkach lub na sobie nawzajem.

Każdy uczestnik otrzymuje **skrypt szkoleniowy oraz wszystkie niezbędne materiały do pracy**.

Zapewnione są **przerwy kawowo-herbaciane z poczęstunkiem**.

usługa jest prowadzona w trybie godzin dydaktycznych (45min)

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji	22-12-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	8
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia „Masaż relaksacyjny” jest przygotowanie uczestników do samodzielnego i bezpiecznego wykonywania Masażu relaksacyjnego poprzez rozwój wiedzy teoretycznej oraz praktycznych umiejętności w zakresie stosowania masażu. Szkolenie umożliwia zrozumienie działania energetycznego tych technik, poznanie zasad BHP, przeciwwskazań, a także nabycie kompetencji do prowadzenia zabiegów w sposób profesjonalny

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozpoznaje podstawowych technik masażu relaksacyjnego całego ciała.	Uczestnik potrafi wymienić i opisać podstawowe techniki masażu relaksacyjnego stosowane podczas szkolenia.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Przygotowuje prawidłowo pacjenta i stanowiska do masażu	– organizuje przestrzeń zabiegową, – stosuje środki ochrony osobistej i dezynfekcji, – zachowuje profesjonalizm i uważność wobec klienta.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykonuje pełny masaż relaksacyjny całego ciała w czasie nie krótszym niż ustalony podczas szkolenia	– posługuje się dłońmi w sposób kontrolowany, – zachowuje prawidłowy kierunek, rytm i intensywność pracy, – dostosowuje zabieg do indywidualnych potrzeb klienta.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Ocenia własne postępy i planuje dalszy rozwój zawodowy.	– identyfikuje mocne strony i obszary do doskonalenia, – formułuje wnioski do dalszej praktyki, – określa cele rozwojowe w obszarze metod naturalnych.	Obserwacja w warunkach symulowanych

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

Celem szkolenia „Masaż relaksacyjny” jest przygotowanie uczestników do samodzielnego i bezpiecznego wykonywania Masażu relaksacyjnego poprzez rozwój wiedzy teoretycznej oraz praktycznych umiejętności w zakresie stosowania masażu. Szkolenie umożliwia zrozumienie działania energetycznego tych technik, poznanie zasad BHP, przeciwwskazań, a także nabycie kompetencji do prowadzenia zabiegów w sposób profesjonalny

PROGRAM SZKOLENIA

Część teoretyczna

1. 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 zabiegu

1. Anatomia i fizjologia człowieka

- Podstawy anatomii i fizjologii człowieka
- Przebieg głównych partii mięśni

1. Podstawy masażu

- definicję,
- rodzaje masażu 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

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.

WALIDACJA ODBĘDZIE SIĘ PODCZAS OSTATNICH 45 MINUT SZKOLENIA DLA KAŻDEGO UCZESTNIKA. PROCES WALIDACJI BĘDZIE MIAŁ FORMĘ SWOBODNEGO WYWIADU ORAZ OBSERWACJI W WARUNKACH RZECZYWISTYCH, SYMULOWANYCH, W TRAKCIE KTÓREGO OSOBA WERYFIKUJĄCA ZADA PYTANIA DOTYCZĄCE KLUCZOWYCH ZAGADNIEŃ TEORETYCZNYCH METODY MASAŻ RELAKSACYJNY ORAZ ZASAD DZIAŁANIA MASAŻ RELAKSACYJNY. DODATKOWO UCZESTNIK ZOSTANIE POPROSZONY O PRAKTYCZNE ZAPREZENTOWANIE WYBRANYCH zabiegu, ZGODNIE Z PROTOKOŁEM METODY.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 5

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 5 Teoria masażu relaksacyjnego	ANNA PODLEWSKA	30-12-2025	08:00	09:30	01:30
2 z 5 Pokaz i praktyka masażu relaksacyjnego	ANNA PODLEWSKA	30-12-2025	09:30	11:45	02:15
3 z 5 Przerwa	ANNA PODLEWSKA	30-12-2025	11:45	12:00	00:15
4 z 5 Praktyka masażu relaksacyjnego	ANNA PODLEWSKA	30-12-2025	12:00	15:15	03:15
5 z 5 Walidacja	-	30-12-2025	15:15	16:00	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 829,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 300,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	353,63 PLN
Koszt osobogodziny netto	287,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

ANNA PODLEWSKA

Anna Podlewska – terapeutka, trenerka i założycielka Naturalness Anna Podlewska

Od kilku lat specjalizuję się w pracy z ciałem, wykorzystując masaż Kobido i Facemodeling z elementami osteoplastyki twarzy. Jako certyfikowana naturoterapeutka, bioenergoterapeutka i refleksolożka wspieram procesy zdrowienia i regeneracji w sposób naturalny, łagodny i skuteczny.

W swojej praktyce łączę podejście manualne z technikami pracy z umysłem. Ukończyłam Polską Akademię NLP oraz Szkołę Coachingu, co pozwala mi holistycznie wspierać klientki zarówno na poziomie fizycznym, jak i emocjonalnym oraz mentalnym.

We wrześniu 2024 roku uzyskałam międzynarodowy certyfikat hipnoterapeuty OMNI Hypnosis Training Center® – jednej z najbardziej renomowanych szkół hipnozy na świecie.

Od ponad dwóch lat szkolę innych w zakresie naturalnych metod wspierania zdrowia, m.in. z refleksologii, masażu Kobido oraz technik manualnych twarzy. Moje warsztaty i szkolenia łączą wiedzę, doświadczenie i pasję do pracy z ciałem oraz energią.

W firmie Naturalness Anna Podlewska tworzę przestrzeń, w której ciało, umysł i dusza spotykają się w harmonii. Każdą osobę traktuję indywidualnie, z uważnością i szacunkiem, wspierając ją w powrocie do wewnętrznej równowagi i naturalnego dobrostanu.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Autorskie Skrypty szkoleniowe- do każdego modułu masażu zawierające teorię, metodykę wykonywania masażu, opis technik masażu, wskazania i przeciwwskazania.

Adres

Jaroty 21/4
10-351 Jaroty
woj. warmińsko-mazurskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Luiza Gallus

E-mail edukacyjnaszansa@op.pl

Telefon (+48) 501 617 032