



Kurs masażu tkanek głębokich

Numer usługi 2025/11/26/186860/3173415

2 000,00 PLN brutto

2 000,00 PLN netto

50,00 PLN brutto/h

50,00 PLN netto/h

LESZEK

WIŚNIEWSKI SOMA
GROUP

★★★★★ 4,7 / 5

22 oceny

📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 40 h

📅 10.02.2026 do 13.02.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Osoby wykonujące zawody medyczne, masażyści, fizjoterapeuci, studenci fizjoterapii, naturoterapeuci, terapeuci manualni, terapeuci SPA, trenerzy sportowi. Każdego dnia jest przewidziana przerwa 15 minut wliczona w czas szkolenia. "Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski pociąg do Kariery – sezon 1 i/lub dla Uczestników Projektu Nowy Start w Małopolsce z EURESem"
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	06-02-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	40
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: Kurs masażu tkanek głębokich przygotowuje do samodzielnej pracy z układem mięśniowo-powięziowym poprzez zastosowanie określonych technik. Uczestnicy nabywają umiejętności oceny postawy ciała na potrzeby masażu oraz doskonałą kompetencje w zakresie anatomii palpacyjnej i funkcjonalnej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje wskazania i przeciwwskazania do masażu tkanek głębokich i omawia zasady wykonania masażu	Omawia wskazania i przeciwwskazania do masażu tkanek głębokich i zasady przeprowadzenia zabiegu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Przeprowadza diagnostykę wzrokową i palpacyjną na potrzeby masażu.	Omawia i przeprowadza diagnostykę wzrokową i palpacyjną na potrzeby masażu.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykonuje masaż wybranego rejonu ciała z zastosowaniem odpowiednich technik.	Omawia i wykonuje masaż z zastosowaniem odpowiedniej techniki.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Kształtuje własny rozwój i umiejętności interpersonalne w pracy zawodowej.	Umie nawiązywać relacje interpersonalne.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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

Na kursie uczestnicy będą się uczyli masażu tkanek głębokich oraz doskonalili umiejętność palpacji. Zapoznają się ze wskazaniami i przeciwwskazaniami do masażu oraz z metodyką przeprowadzenia diagnostyki i doboru odpowiedniej techniki terapeutycznej. Zostanie omówione postępowanie w różnych jednostkach chorobowych i możliwości zastosowania masażu. Uczestnicy usługi będą pracować w

parach przy jednym stole do masażu każda para. Czas trwania usługi to 40 godzin dydaktycznych (45 minutowych) to jest 30 godzin zegarowych realizowanych w czasie czterech dni kursu. W czasie trwania kursu nie ma wliczonej przerwy. Część teoretyczna obejmuje 6 godzin dydaktycznych a część praktyczna 34 godziny dydaktyczne.

1. Podstawy teoretyczne masażu tkanek głębokich, narzędzia wykorzystywane w masażu, techniki, pozycje ułożeniowe, ergonomia pracy z pacjentem.
2. Możliwości pracy z układem mięśniowo-powięziowym - odpowiedni dobór technik.
3. Ogólna praca na grzbiecie i tylnej stronie kończyny dolnej, palpacja tkanek, ocena ruchomości powięzi. Zastosowanie masażu tkanek głębokich w ostrych, podostrych i przewlekłych bólach kręgosłupa.
4. Powieź piersiowo-lędźwiowa i jej znaczenie dla dolegliwości bólowych kręgosłupa, techniki masażu tkanek głębokich i rozluźniania mięśniowo-powięziowego.
5. Omówienie problemu rwy kulszowej, torbiel Bakera, ostroga piętowa, zapalenie rozciągnięta podeszwowego.
6. Pojęcie tensegracji i jej zastosowanie w terapii. Przepony funkcjonalne - czym są i jakie jest ich znaczenie dla zdrowia.
7. Praca na przedniej stronie kończyny dolnej - udo, podudzie i stopa. Omówienie problemu zespołu trzaskającego biodra, zapalenia kaletki krętarzowej, kolano skoczka.
8. Wywiad z pacjentem na potrzeby masażu, różnicowanie bólu pochodzenia zapalnego i mechanicznego.
9. Badanie manualne jamy brzusznej, ocena ruchomości przepony i możliwości jej terapii. Praca z powierzchownymi mięśniami brzucha.
10. Zastosowanie masażu tkanek głębokich w terapii blizn. Omówienie procesu gojenia, zasady pracy z tkanką bliznowatą.
11. Techniki pracy z klatką piersiową. Opracowanie górnego otworu klatki piersiowej. Omówienie wzorców zawieszenia emocji w ciele.
12. Techniki pracy z kończyną górną i stawem ramiennym. Omówienie problemu bolesnego barku, łokcia tenisisty i golfisty, zespołu cieśni nadgarstka.
13. Techniki pracy z odcinkiem szyjnym kręgosłupa i czepcem ścięgnistym. Diagnostyka bólów głowy i możliwości terapii.
14. Nasłuch terapeutyczny, czym jest i jak go zastosować w procesie diagnozy.
15. Techniki pracy z układem stomatognatycznym: mięsień skroniowy, żwacz, skrzydłowy przyśrodkowy i skrzydłowy boczny, mięśnie nad i podgnykowe.
16. Walidacja.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 16

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Podstawy teoretyczne masażu tkanek głębokich, narzędzia wykorzystywane w masażu, techniki, pozycje ułożeniowe, ergonomia pracy z pacjentem.	LESZEK WIŚNIEWSKI	10-02-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 16 Możliwości pracy z układem mięśniowo-powięziowym - odpowiedni dobór technik.	LESZEK WIŚNIEWSKI	10-02-2026	10:00	10:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 16 Ogólna praca na grzbiecie i tylnej stronie kończyny dolnej, palpacja tkanek, ocena ruchomości powięzi. Zastosowanie masażu tkanek głębokich w ostrych, podostrych i przewlekłych bólach kręgosłupa.	LESZEK WIŚNIEWSKI	10-02-2026	10:45	14:30	03:45
4 z 16 Powięź piersiowo-lędźwiowa i jej znaczenie dla dolegliwości bólowych kręgosłupa, techniki masażu tkanek głębokich i rozluźniania mięśniowo-powięziowego.	LESZEK WIŚNIEWSKI	10-02-2026	14:30	16:30	02:00
5 z 16 Omówienie problemu rwy kulszowej, torbiel Bakera, ostroga piętowa, zapalenie rozciągna podeszwowego.	LESZEK WIŚNIEWSKI	11-02-2026	09:00	11:00	02:00
6 z 16 Pojęcie tensegracji i jej zastosowanie w terapii. Przepony funkcjonalne - czym są i jakie jest ich znaczenie dla zdrowia.	LESZEK WIŚNIEWSKI	11-02-2026	11:15	13:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 16 Praca na przedniej stronie kończyny dolnej - udo, podudzie i stopa. Omówienie problemu zespołu trzaskającego biodra, zapalenia kaletki krętarzowej, kolano skoczka.	LESZEK WIŚNIEWSKI	11-02-2026	13:00	15:00	02:00
8 z 16 Wywiad z pacjentem na potrzeby masażu, różnicowanie bólu pochodzenia zapalnego i mechanicznego.	LESZEK WIŚNIEWSKI	11-02-2026	15:00	16:30	01:30
9 z 16 Badanie manualne jamy brzusznej, ocena ruchomości przepony i możliwości jej terapii. Praca z powierzchownym i mięśniami brzucha.	LESZEK WIŚNIEWSKI	12-02-2026	09:00	11:00	02:00
10 z 16 Zastosowanie masażu tkanek głębokich w terapii blizn. Omówienie procesu gojenia, zasady pracy z tkanką bliznowatą.	LESZEK WIŚNIEWSKI	12-02-2026	11:15	13:00	01:45
11 z 16 Techniki pracy z klatką piersiową. Opracowanie górnego otworu klatki piersiowej. Omówienie wzorców zawieszenia emocji w ciele.	LESZEK WIŚNIEWSKI	12-02-2026	13:00	15:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 16 Techniki pracy z kończyzną górną i stawem ramiennym. Omówienie problemu bolesnego barku, łokcia tenisisty i golfisty, zespołu cieśni nadgarstka.	LESZEK WIŚNIEWSKI	12-02-2026	15:00	16:30	01:30
13 z 16 Techniki pracy z odcinkiem szyjnym kręgosłupa i czepcem ścięgnistym. Diagnostyka bólów głowy i możliwości terapii.	LESZEK WIŚNIEWSKI	13-02-2026	09:00	11:30	02:30
14 z 16 Nasłuch terapeutyczny, czym jest i jak go zastosować w procesie diagnozy.	LESZEK WIŚNIEWSKI	13-02-2026	11:45	13:30	01:45
15 z 16 Techniki pracy z układem stomatognatycznym: mięsień skroniowy, żwacz, skrzydłowy przyśrodkowy i skrzydłowy boczny, mięśnie nad i podgnykowe.	LESZEK WIŚNIEWSKI	13-02-2026	13:30	16:15	02:45
16 z 16 Walidacja.	-	13-02-2026	16:15	16:30	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	50,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	50,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

LESZEK WIŚNIEWSKI

Mgr fizjoterapii, dyplomowany osteopata. Prowadzi własny gabinet fizjoterapii i osteopatii od 2014 r, wcześniej pracował w szpitalu im J. Dietla w Krakowie. Wieloletni nauczyciel na kierunku technik masażysta w szkole policealnej Teb Edukacja w Krakowie. Prowadzi szkolenia z zakresu fizjoterapii i masażu.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Cena kursu zawiera materiały szkoleniowe w postaci skryptu.

Liczba godzin usługi podana jest w godzinach dydaktycznych, 1 godzina dydaktyczna to 45 minut co daje 30 godzin zegarowych.

Przerwy nie są wliczone w czas trwania kursu.

“Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski pociąg do Kariery – sezon 1 i/lub dla Uczestników Projektu Nowy Start w Małopolsce z EURESem”

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa w kursie jest pełnoletność oraz stan zdrowia umożliwiający uczestnictwo w szkoleniu.

Adres

ul. Żółtej Ciżemki 5/1

31-560 Kraków

woj. małopolskie

Sala szkoleniowa znajduje się na parterze w lokalu usługowym.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



Renata Prejsnar-Wiśniewska

E-mail biuro@somagroup.pl

Telefon (+48) 506 430 668