



Akademia Spa
Tomasz Tomasiak

★★★★★ 4,9 / 5

653 oceny

Zoga Face Integration I - Integracja Strukturalna w obrębie mięśni mimicznych, dekoltu i czepca-szkolenie

Numer usługi 2025/12/05/166474/3194947

📍 Michałowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 29 h

📅 16.03.2026 do 18.03.2026

3 690,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

127,24 PLN brutto/h

103,45 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

właściciele salonów kosmetycznych i salonów masażu.

pracownicy salonów kosmetycznych i salonów masażu

osoby chcące się przebranżowić lub poszerzyć wiedzę na temat masaży

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem”

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

10

Data zakończenia rekrutacji

15-03-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

29

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

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestnika do świadomego i bezpiecznego wykonywania technik mięśniowo-powięziowej terapii twarzy oraz struktur szyjno-podpotylicznych, poprzez zdobycie wiedzy z zakresu anatomii twarzy oraz praktycznych umiejętności pracy manualnej w obrębie układu ustno-żuchwowego, mięśni szyi i podpotylicznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
WIEDZA: Stosuje wiedzę z zakresu anatomii twarzy i szyi w odniesieniu do układów: kostnego, mięśniowego, krwionośnego i limfatycznego.	prawidłowo lokalizuje struktury anatomiczne na modelu lub ciele klienta w trakcie części praktycznej.	Wywiad swobodny
UMIEJĘTNOŚCI: Wykonuje techniki rozluźniania mięśniowo-powięziowego w obrębie twarzy i szyi zgodnie z zasadami bezpieczeństwa.	poprawnie przeprowadza technikę podczas pracy na modelu pod superwizją trenera.	Obserwacja w warunkach symulowanych
KOMPETENCJE SPOŁECZNE: Korzysta z informacji zwrotnej w celu doskonalenia własnej techniki pracy manualnej	Uczestnik wprowadza korekty po uwagach szkoleniowca i samodzielnie identyfikuje obszary do poprawy	Wywiad swobodny
Rozpoznaje wskazania i przeciwwskazania do zastosowania terapii manualnej w obrębie twarzy i szyi	przedstawia uzasadnione decyzje terapeutyczne na podstawie analizy stanu klienta w scenariuszach lub rozmowie.	Wywiad swobodny
Korzysta z modelu powięziowego i modelu poliwalgalnego w planowaniu pracy manualnej.	omawia zastosowanie modeli podczas analizy przypadku i uzasadnia wybór technik w odniesieniu do stanu napięciowego.	Wywiad swobodny
Wykonuje pracę manualną wewnątrz ust oraz na stawie skroniowo-żuchwowym w sposób precyzyjny i higieniczny.	posługuje się technikami intraoralnymi z zachowaniem sterylności oraz zgodnie z protokołem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Buduje relację terapeutyczną opartą na uważności i szacunku do granic klienta.	utrzymuje kontakt werbalny i niewerbalny w sposób adekwatny i empatyczny podczas pracy w parach.	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. Anatomia twarzy i szyi – podstawy do pracy terapeutycznej

- Rozmieszczenie i funkcje układów:
 - **kostnego** – struktury czaszki i odcinka szyjnego kręgosłupa
 - **mięśniowego** – główne mięśnie mimiczne i mięśnie szyi
 - **krwionośnego i limfatycznego** – kierunki przepływu, znaczenie w terapii manualnej
- Znaczenie powięzi twarzy i szyi jako struktur przenoszących napięcie

2. Wskazania i przeciwwskazania do terapii manualnej twarzy i szyi

- Przeciwwskazania bezwzględne i względne (stany zapalne, zabiegi medycyny estetycznej, choroby dermatologiczne, nowotwory, itd.)
- Wskazania: bruksizm, napięcia w obrębie żuchwy, stres, bóle głowy, asymetrie twarzy, problemy z postawą

CZĘŚĆ PRAKTYCZNA

3. Rozluźnianie mięśniowo-powięziowe twarzy i szyi

- Lokalizacja i palpacja napięć
- Techniki manualne: delikatna praca z powierzchownymi warstwami powięzi
- Praca na szwach czaszkowych i punktach napięcia
- Techniki wyciszające układ nerwowy

4. Praca wewnątrz ust (intraoralna)

- Omówienie zasad higieny i bezpieczeństwa pracy wewnątrz jamy ustnej
- Techniki manualne:
 - **mięsień okrężny ust** – mobilizacja i rozluźnianie
 - **dźwигacz kąta ust** – uwolnienie napięć i poprawa symetrii
 - **mięśnie policzków i podniebienia** – praca na strukturach głębszych
- Techniki od zewnątrz i od wewnątrz – koordynacja dłoni terapeuty

5. Praca z napięciami w obrębie stawu skroniowo-żuchwowego (SSŻ)

- Ocena ruchomości SSŻ
- Wykonywanie technik rozluźniających w obrębie mięśni:
 - skrzydłowego bocznego i przyśrodkowego
 - żwacza
 - skroniowego
- Praca z dysfunkcjami żucia, bruksizmem, trzaskami w stawie

6. Mięśnie szyi – korekcja napięć i postawy

- Lokalizacja i funkcje mięśni szyi: MOS, pochyłe, nad- i podgnykowe
- Techniki rozluźniające i tonizujące mięśnie szyi
- Manualne uwalnianie napięć w obrębie obojczyka i mostka
- Praca w pozycji leżącej i siedzącej

7. Opracowanie mięśni podpotylicznych – praca z podstawą czaszki

- Znaczenie mięśni podpotylicznych w regulacji napięcia głowy i szyi
- Techniki rozluźniające w obrębie:
 - mięśni prostych tylnych głowy (większy i mniejszy)
 - mięśni skośnych głowy
- Poprawa ustawienia głowy, wspomaganie równowagi i percepcji ciała

8. Integracja i sekwencjonowanie technik

- Tworzenie indywidualnych sekwencji terapeutycznych
- Ocena reakcji klienta/pacjenta – adaptacja technik
- Techniki zakończeniowe – harmonizacja napięć, uziemienie

WALIDACJA

Warunki Organizacyjne

Przerwy nie wliczają się w liczbę godzin usługi,

Uczestnikom przysługuje przerwa na prośbę, usług zostanie wydłużona o czas zrealizowanych przerw.(po za przerwami wyznaczonymi w harmonogramie)

Każdy uczestnik ma indywidualne stanowisko, czyli łóżko do masażu, na którym osoby z grupy praktycznej na zmianę przeprowadzają ćwiczenia na sobie w ramach grupy. Ćwiczenia są realizowane w grupie dwu osobowej.

Każdy dostaje również skrypt szkoleniowy, i materiały do przeprowadzenia masażu, kremy, środki do dezynfekcji, oleje, rękawiczki jednorazowe.

Szkolenie realizowane z wykorzystaniem METOD INTERAKTYWNYCH I AKTYWIZUJĄCYCH:

- Praca w grupach
- odgrywanie ról (symulacje)

usługa realizowana w godzinach dydaktycznych 45 min

Walidacja wlicza się w liczbę godzin usługi.

Szkolenie realizowane w grupach dwu osobowych,

Szkolenie realizowane z wykorzystaniem METOD INTERAKTYWNYCH I AKTYWIZUJĄCYCH:

- Praca w grupach
- odgrywanie ról (symulacje)

grupa docelowa obejmuje:

- właściciele salonów kosmetycznych i salonów masażu.
- pracownicy salonów kosmetycznych i salonów masażu
- osoby chcące się przebranżowić lub poszerzyć wiedzę na temat masażu

Część praktyczna trwa: 705 min

Część teoretyczna trwa: 600 min

Wywiad swobodny, mający na celu sprawdzenie poziomu wiedzy, będzie realizowany na początku czasu przewidzianego na walidację , z czasem trwania wynoszącym 15 minut. Następnie, walidacja odbędzie się w formie obserwacji w warunkach symulowanych i potrwa 15 minut na jednego uczestnika.

Pozostali uczestnicy będą walidowani po zakończeniu części praktycznej usługi, co oznacza, że dodatkowy czas na walidację po szkoleniu nie wlicza się w czas trwania usługi.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 12

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Część Teoretyczna - Anatomia Twarzy	Tomasz Tomasik	16-03-2026	10:00	13:00	03:00
2 z 12 Przerwa	Tomasz Tomasik	16-03-2026	13:00	13:15	00:15
3 z 12 Część teoretyczna - rozmieszczenie i budowa układów krwionośnego, limfatycznego, kostnego, mięśniowego.	Tomasz Tomasik	16-03-2026	13:15	18:15	05:00
4 z 12 Część teoretyczna - Wskazania i przeciwwskazania do terapii.	Tomasz Tomasik	17-03-2026	09:00	11:00	02:00
5 z 12 Część praktyczna: rozluźnianie mięśniowo – powięziowe praca wewnątrz ust:mięśnie okrężne ust, dźwigacze kącika ust uwolnienie napięć w stawie skroniowo-żuchwowym. cz I	Tomasz Tomasik	17-03-2026	11:00	13:00	02:00
6 z 12 Przerwa	Tomasz Tomasik	17-03-2026	13:00	13:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 12 Część praktyczna: rozluźnianie mięśniowo – powięziowe praca wewnątrz ust:mięśnie okrężne ust, dźwigacze kącika ust uwolnienie napięć w stawie skroniowo-żuchwowym. cz II	Tomasz Tomasik	17-03-2026	13:15	16:00	02:45
8 z 12 Część praktyczna: praca na mięśniach szyi w celu normalizacji napięcia mięśniowego, i skorygowania nieprawidłowego ustawienia odcinka szyjnego. cz II	Tomasz Tomasik	17-03-2026	16:00	17:15	01:15
9 z 12 Część praktyczna: praca na mięśniach szyi w celu normalizacji napięcia mięśniowego, i skorygowania nieprawidłowego ustawienia odcinka szyjnego. cz II	Tomasz Tomasik	18-03-2026	09:00	12:00	03:00
10 z 12 przerwa	Tomasz Tomasik	18-03-2026	12:00	12:15	00:15
11 z 12 Część praktyczna: opracowanie mięśni podpotylicznych w celu normalizacji napięcia i wyrównania asymetrii.	Tomasz Tomasik	18-03-2026	12:15	14:45	02:30
12 z 12 walidacja	-	18-03-2026	14:45	15:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 690,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	127,24 PLN
Koszt osobogodziny netto	103,45 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Tomasz Tomasik

Specjalista masaży Spa, autor programów i technik masaży dla obiektów Spa, założyciel szkoły masażu Akademia Spa. Członek klubu „Ludzie Masażu”. Autor publikacji dla magazynu Beauty Inspiration z zakresu Japońskich technik masażu oraz Roli Terapeutów Spa. Jako pierwszy wprowadził masaż Kobido na rynek Polski w 2018 roku. Akademia Spa ma wyłączność na szkolenia z zakresu Hadado. Szkolenia z Zakresu Hadado od 2021 do- teraz. Trener aktywnie działający w branży w ciągu ostatnich 5 lat

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe w postaci skryptu szkoleniowego z materiałami pozwalającymi na utrwalenie nabytej wiedzy i kompetencji.

Informacje dodatkowe

- Po zrealizowanym szkoleniu uczestnik otrzyma certyfikat potwierdzający uczestnictwo w szkoleniu - wymagane jest uczestnictwo w co najmniej 100% zajęć wraz z zaliczeniem testu.
- Uczestnicy usługi nie muszą wykazywać się minimalnym doświadczeniem / stażem aby uczestniczyć w usłudze rozwojowej
- Fakt uczestnictwa w każdym dniu usługi rozwojowej musi zostać potwierdzony przez uczestnika własnoręcznym podpisem złożonym na udostępnionej przez organizatora liście obecności
- Walidacja wliczona w czas trwania usługi
- Przerwy nie wliczają się w liczbę usługi
- cena nie obejmuje kosztów bezpośrednio niezwiązanych z usługą rozwojową, np. kosztów dojazdów, zakwaterowania,
- lokalizacja szkolenia jaki jego realizacja jest dostosowana do osób niepełnosprawnych

Adres

ul. 11 Listopada 65A
05-816 Michałowice
woj. mazowieckie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



Aleksandra Brukiewa

E-mail info@akademia-spa.pl

Telefon (+48) 889 109 396