



Malowana Centrum
Szkoleniowe Sylwia
Obrzut

★★★★★ 5,0 / 5

15 ocen

„Masażu bańkami i Face Taping twarzy – Szkolenie Specjalistyczne (EKO + cyfryzacja)”

Numer usługi 2025/12/08/194463/3199694

📍 Bielsko-Biała / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 14 h

📅 21.01.2026 do 22.01.2026

4 998,00 PLN brutto

4 998,00 PLN netto

357,00 PLN brutto/h

357,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Uroda

Grupa docelowa usługi

Celem szkolenia jest rozwinięcie wiedzy i umiejętności w zakresie **specjalistycznych, manualnych technik liftingujących i modelujących twarz**, z wykorzystaniem **masażu bańkami chińskimi i face tapingu**.

Szkolenie przygotowuje uczestników do **samodzielnego i bezpiecznego wykonywania pełnej sekwencji zabiegu**, obejmującej:

- pracę na mięśniach mimicznych i powięziach twarzy,
- techniki liftingujące i wygładzające,
- techniki limfatyczne redukujące opuchliznę i modelujące owal twarzy,
- precyzyjne stosowanie face tapingu do korekcji zmarszczek, napięć mięśniowych i asymetrii.

Program ma charakter specjalistyczny i **ekologiczny** – wykorzystuje naturalne kosmetyki i materiały przyjazne środowisku, łączy intensywne ćwiczenia praktyczne z panelami cyfryzacji, umożliwiając **monitorowanie efektów zabiegów i dokumentację cyfrową** oraz optymalizację sekwencji zabiegowej w pracy zawodowej.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

8

Data zakończenia rekrutacji

20-01-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

14

Cel

Cel edukacyjny

Kurs Masaż bańkami i Face Taping twarzy przygotowuje uczestników do samodzielnego i bezpiecznego wykonywania zabiegów liftingujących i modelujących twarz, z wykorzystaniem masażu bańkami chińskimi i face tapingu, dostosowanych do indywidualnych potrzeb klienta.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje budowę mięśni twarzy, szyi oraz mięśni mimicznych i żwaczy, ze szczególnym uwzględnieniem struktur policzków i żwaczy, które są kluczowe dla mimiki, modelowania i naturalnego liftingu twarzy. Rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu bańkami oraz face tapingu, uwzględniając bezpieczeństwo aplikacji taśm i pracę z tkankami wrażliwymi. Analizuje wpływ masażu bańkami i face tapingu na układ limfatyczny, nerwowy oraz mięśniowo-powięziowy, w tym na redukcję opuchlizny, napięcie mięśniowych oraz poprawę owalu i konturu twarzy. Uwzględnia aspekty ekologiczne w pracy kosmetyka, takie jak stosowanie naturalnych kosmetyków, biodegradowalnych taśm, minimalizacja odpadów oraz świadome wykorzystanie materiałów przyjaznych środowisku w praktyce zabiegowej.	Wymienia główne mięśnie twarzy i szyi oraz określa ich funkcję w kontekście pracy manualnej zewnętrznej (masaż bańkami) oraz aplikacji face tapingu, uwzględniając biomechanikę i efekty liftingujące. Poprawnie klasyfikuje wskazania i przeciwwskazania do stosowania masażu bańkami i face tapingu, z uwzględnieniem bezpieczeństwa tkanek i przeciwwskazań ekologicznych (np. reakcje skórne na naturalne taśmy). Opisuje efekty fizjologiczne, estetyczne i relaksacyjne, wynikające z pracy na mięśniach mimicznych, powięzi twarzy oraz z zastosowania face tapingu, w tym: poprawę mikrokrażenia, redukcję napięcie mięśniowych, modelowanie owalu twarzy oraz wspieranie naturalnych procesów drenażu limfatycznego. Uwzględnia aspekty ekologiczne w praktyce, stosując naturalne kosmetyki, biodegradowalne taśmy i minimalizując odpady podczas zabiegów.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Organizuje stanowisko pracy z zachowaniem zasad higieny, aseptyki i ergonomii, w tym przygotowuje środowisko do bezpiecznej i ekologicznej pracy: stosuje biodegradowalne rękawiczki, naturalne środki dezynfekcyjne i ochronę klienta przy masażu bańkami i face tapingu. Wykonuje techniki masażu bańkami i face tapingu zgodnie z pełną sekwencją zabiegową: przygotowanie skóry i wstępna mobilizacja tkanek, techniki liftingujące i wygładzające przy użyciu baniek chińskich, techniki face tapingu – aplikacja i modelowanie owalu twarzy, techniki limfatyczne redukujące opuchliznę i napięcia mięśniowe, zakończenie zabiegu i wyciszenie tkanek. Dopasowuje intensywność, głębokość i tempo pracy do indywidualnych potrzeb klienta, napięć mięśniowych oraz komfortu tkanek, uwzględniając reakcje skóry i wrażliwość poszczególnych obszarów twarzy. Uwzględnia aspekty ekologiczne i cyfrowe w pracy, stosując naturalne kosmetyki, biodegradowalne taśmy oraz dokumentując efekty zabiegu w systemach cyfrowych do monitorowania progresu klienta.	Prawidłowo przygotowuje modelkę i narzędzia do masażu bańkami i face tapingu, stosując checklistę obejmującą higienę, aseptykę, bezpieczeństwo zabiegu oraz ekologiczne materiały (np. biodegradowalne rękawiczki, naturalne środki dezynfekcyjne). Poprawnie wykonuje pełną sekwencję zabiegową, w tym masaż bańkami i aplikację face tapingu, zgodnie z instrukcjami i bez popełniania błędów krytycznych. Uzasadnia dobór tempa i siły nacisku, dostosowując je do indywidualnych potrzeb klienta, napięć mięśniowych oraz komfortu tkanek, zarówno w pracy zewnętrznej (bańki), jak i w aplikacji tapingu na twarzy. Uwzględnia aspekty ekologiczne i cyfrowe, dokumentując wykonany zabieg w systemie cyfrowym i stosując materiały przyjazne środowisku.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Komunikuje się z klientem w sposób profesjonalny, empatyczny i etyczny, wyjaśniając przebieg zabiegu masażu bańkami i face tapingu, jego cele, wskazania oraz przeciwwskazania. Ocenia efekty zabiegu zarówno wizualne, jak i odcuciowe, w tym napięcie mięśniowe, poprawę owalu twarzy, komfort klienta oraz skuteczność technik liftingujących i limfatycznych. Udziela zaleceń pozabiegowych, dokumentuje przebieg sesji w formie cyfrowej lub tradycyjnej, rekomendując indywidualny cykl pielęgnacyjny oraz dalsze zabiegi w zależności od potrzeb klienta. Uwzględnia aspekty ekologiczne i cyfrowe, promując stosowanie naturalnych kosmetyków, biodegradowalnych materiałów oraz cyfrową dokumentację efektów zabiegów.	Spełnia kryteria profesjonalnej komunikacji z klientem, zachowując empatię, jasność przekazu i zasady etyki zawodowej. Udziela poprawnych zaleceń pozabiegowych i ocenia efekty masażu transbukalnego zgodnie z checklistą, uwzględniając zarówno aspekty wizualne, jak i odcuciowe. Dokonuje analizy efektów zabiegu i formułuje indywidualne zalecenia pielęgnacyjne, w tym propozycje dalszych sesji lub domowej pielęgnacji, dopasowane do potrzeb klienta.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Fundacja My Personality Skills
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak

Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR Tak

Program

PROGRAM SZKOLENIA – Masaż bańkami i Face Taping twarzy (EKO + CYFRYZACJA)

DZIEŃ 1 – 08:00–15:00

08:00–10:00 – TEORIA (2 h)

- Nauka o mięśniach mimicznych twarzy
- Starzenie się skóry – czynniki zewnętrzne i wewnętrzne
- Zasady działania próżni i efekty masażu bańkami chińskimi
- Przeciwwskazania do stosowania bańki chińskiej
- Zasady bezpieczeństwa i techniki masażu bańkami
- Historia kinesiologii i face tapingu
- Wskazania estetyczne i terapeutyczne face tapingu
- Przeciwwskazania do stosowania taśm
- Właściwości taśm, rodzaje i ich zastosowanie
- **EKO elementy:**
 - Wybór kosmetyków naturalnych wspierających masaż
 - Minimalizacja odpadów i wykorzystanie materiałów biodegradowalnych
 - Higiena i dezynfekcja przyjazna środowisku

10:00–12:30 – PRAKTYKA

- Przygotowanie skóry i stanowiska z uwzględnieniem zasad EKO
- Techniki masażu bańkami – modelowanie owalu twarzy, lifting, wygładzanie zmarszczek
- Wskazówki po face tapingu
- Techniki naklejania taśm na twarzy
- Schematy aplikacji taśm
- Ćwiczenia praktyczne na modelkach – wybrane obszary twarzy

12:30–13:00 – PRZERWA OBIADOWA

13:00–15:00 – PRAKTYKA

- Face taping – nauka i samodzielne wykonanie aplikacji
- Techniki liftingujące i wygładzające:
 1. Wygładzanie 12 zmarszczki
 2. Redukcja zmarszczek poziomych na czole
 3. Redukcja bruzd nosowo-wargowych
 4. Lifting policzków
 5. Redukcja kurzych łapek
 6. Wygładzenie okolicy ust
 7. Modelowanie owalu twarzy
 8. Uniesienie powieki górnej
 9. Wygładzenie szyi
 10. Wygładzenie brody
 11. Łączenie aplikacji taśm w sekwencje
- **EKO elementy praktyczne:** stosowanie biodegradowalnych taśm, kosmetyków naturalnych i redukcja odpadów

DZIEŃ 2 – 08:00–15:00

08:00–09:00 – PANEL CYFRYZACJI (1 h)

- Digitalizacja dokumentacji zabiegów i monitorowanie efektów klienta

- Aplikacje do planowania terapii i sekwencji masażu
- Cyfrowe checklisty i systemy monitorowania efektów liftingu i drenażu
- Porównanie metod tradycyjnych i cyfrowych w śledzeniu efektów zabiegów
- Zastosowanie technologii w edukacji i szkoleń praktycznych

09:00–12:30 – PRAKTYKA

- Techniki limfatyczne w masażu bańkami i face tapingu:
 - Usuwanie opuchlizny pod dolną powieką
 - Niwelowanie drugiego podbródka
 - Kształtowanie owalu twarzy
- Integracja masażu bańkami z face tapingiem
- Doskonalenie technik liftingujących i wygładzających
- Praca nad pełnym schematem aplikacji i masażu

12:30–13:00 – PRZERWA OBIADOWA

13:00–14:30 – PRAKTYKA

- Powtórzenie pełnych sekwencji masażu bańkami i face tapingu
- Ćwiczenia indywidualne pod nadzorem instruktora
- Korekta błędów i wskazówki końcowe
- **14:30 – WALIDACJA**

Przerwy wliczone w czas usługi

Godziny usługi są godzinami zegarowymi

Szkolenie również dla osób początkujących i bez doświadczenia

Szkolenie odbywa się cyklicznie z podziałem na GRUPY

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 9

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 08:00–10:00 – TEORIA (2 h) Nauka o mięśniach mimicznych twarzy Starzenie się skóry – czynniki zewnętrzne i wewnętrzne Zasady działania próżni	Justyna Polak	21-01-2026	08:00	10:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 9 10:00–12:20 – PRAKTYKA Przygotowanie skóry i stanowiska z uwzględnieniem zasad EKO Techniki masażu bańkami	Justyna Polak	21-01-2026	10:00	12:30	02:30
3 z 9 przerwa obiadowa	Justyna Polak	21-01-2026	12:30	13:00	00:30
4 z 9 13:00–15:00 – PRAKTYKA Face taping – nauka i samodzielne wykonanie aplikacji Techniki liftingujące i wygładzające:	Justyna Polak	21-01-2026	13:00	15:00	02:00
5 z 9 08:00–09:00 – PANEL CYFRYZACJI (1 h) Digitalizacja dokumentacji zabiegów i monitorowanie efektów klienta Aplikacje do planowania terapii i sekwencji masażu	Justyna Polak	22-01-2026	08:00	09:00	01:00
6 z 9 PRAKTYKA Techniki limfatyczne w masażu bańkami i face tapingu: Usuwanie opuchlizny	Justyna Polak	22-01-2026	09:00	12:30	03:30
7 z 9 przerwa obiadowa	Justyna Polak	22-01-2026	12:30	13:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 9 PRAKTYKA Powtórzenie pełnych sekwencji masażu bańkami i face tapingu Ćwiczenia indywidualne	Justyna Polak	22-01-2026	13:00	14:30	01:30
9 z 9 walidacja	Justyna Polak	22-01-2026	14:30	15:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 998,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 998,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	357,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	357,00 PLN
W tym koszt walidacji brutto	200,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	200,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	100,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Justyna Polak

Justyna Polak

Justyna Polak – masażystka i szkoleniowiec z ponad 10-letnim doświadczeniem, specjalizująca się

w holistycznej pielęgnacji twarzy, fizjoterapii estetycznej oraz masażach kobido i tkanek głębokich.

Jako ekspertka i trenerka w branży beauty i wellness, od lat z pasją dzieli się swoją wiedzą, prowadząc szkolenia, w których przeszkoliła już setki kursantów. Od 2020 do 2025 roku aktywnie rozwijała swoje kompetencje, biorąc udział w specjalistycznych kursach, m.in. z zakresu Facelift Marie Margo, Facemodelingu, Kobido, terapii bruksizmu oraz fizjoterapii wdowego garbu.

Ma za sobą ponad 140 godzin dydaktycznych jako szkoleniowiec – z sukcesem prowadzi warsztaty i kursy, traktując każdego uczestnika indywidualnie i z pełnym zaangażowaniem. Jej podejście do nauczania cechuje rzetelność, przejrzystość oraz ogromna empatia.

Jest autorką i twórczynią unikalnych szkoleń, takich jak:

Rytuał Kobido

Lifting i laminacja rzęs

Rytuał Head Spa – pierwszego w Polsce szkolenia, które łączy dwa niezależne zabiegi: masaż Kobido i Head Spa w jednym kompleksowym programie.

W swojej pracy łączy wiedzę, doświadczenie i uważność na potrzeby drugiego człowieka.

Nagrody i wyróżnienia:



I miejsce – Lash Wrap Global Lash Lift Artist Award 2020



III miejsce – Lights, Camera, Lift! Global Artist Award 2021

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

CO OTRZYMASZ W TRAKCIE SZKOLENIA?

1. Wiedzę i praktyczne umiejętności pozwalające na wykonywanie różnych technik masażu .
2. Możliwość natychmiastowego ćwiczenia nabytych umiejętności.
3. Indywidualne wsparcie i nadzór instruktora podczas zajęć.
4. Skrypty szkoleniowe w formie obszernego materiału dydaktycznego.

CO OTRZYMASZ PO SZKOLENIU?

1. Certyfikat potwierdzający ukończenie szkolenia oraz nabycie kwalifikacji.
2. Dostęp do dodatkowych materiałów edukacyjnych i porad.
3. 3-miesięczną opiekę poszkoleniową.

Warunki uczestnictwa

Szkolenie skierowane jest dla przedsiębiorców, właścicieli oraz pracowników, którzy pracują w sektorze beauty. Szkolenie Może odbyć każdy - również osoby bez doświadczenia .

Zapisując się na usługę wyrażasz zgodę na rejestrowanie/nagrywanie swojego wizerunku na potrzeby monitoringu, kontroli oraz w celu utrwalenia efektów uczenia się.

Cena usługi rozwojowej nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności koszty środków trwałych przekazywanych przedsiębiorcom lub ich pracownikom, koszty dojazdu i zakwaterowania.

Karta niniejszej usługi rozwojowej została przygotowana zgodnie z obowiązującym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych, w tym m.in. w zakresie powierzania usług.

Informacje dodatkowe

- Karta niniejszej usługi rozwojowej została przygotowana zgodnie z obowiązującym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych, w tym m.in. w zakresie powierzania usług.
- Usługa szkoleniowa jest zwolniona z podatku VAT w przypadku, kiedy realizacja usługi uprawnia przedsiębiorstwo lub osobę do uzyskania dofinansowania co najmniej w 70%. W innej sytuacji do ceny netto doliczany jest podatek VAT w wysokości 23%

Przyczyna zwolnienia: §3 ust.1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz.U. z 2015 r., poz. 736).

Adres

ul. 11 Listopada 46
43-300 Bielsko-Biała
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Sylwia Obrzut

E-mail sylwia3d@gmail.com

Telefon (+48) 780 019 778