



Akademia Spa  
Tomasz Tomasik

★★★★★ 4,9 / 5

817 ocen

## UWALNIAJĄCY MASAŻ GŁOWY, KARKU I SZYI - szkolenie

Numer usługi 2025/12/22/166474/3226635

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 11:00 h

📅 13.06.2026 do 13.06.2026

1 230,00 PLN brutto

1 000,00 PLN netto

111,82 PLN brutto/h

90,91 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<p>właściciele salonów kosmetycznych i salonów masażu.</p> <p>pracownicy salonów kosmetycznych i salonów masażu</p> <p>osoby chcące się przebranżowić lub poszerzyć wiedzę na temat masażu</p> <p>Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem”</p> <p>Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery</p> <p>Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.</p>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	20
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	12-06-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	11
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego wykonywania Uwalniającego Masażu Głowy, Karku i Szyi poprzez stosowanie technik relaksacyjnych, drenujących, liftingujących i akupresurowych, dobieranie metod pracy do potrzeb klienta oraz przeprowadzanie kompletnej sesji zabiegowej zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i metodyką pracy.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje założenia, cele i zastosowanie uwalniającego masażu głowy, karku i szyi.	omawia ideę i przebieg terapii	Wywiad swobodny
	rozdziela cele relaksacyjne i terapeutyczne masażu	Wywiad swobodny
Rozdziela wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu.	klasyfikuje wskazania do zabiegu	Wywiad swobodny
	klasyfikuje wskazania do zabiegu	Wywiad swobodny
Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta do wykonania masażu.	organizuje przestrzeń pracy zgodnie z zasadami ergonomii	Analiza dowodów i deklaracji
	dobiera materiały i narzędzia do zabiegu	Analiza dowodów i deklaracji
Wykonuje techniki masażu drenujące i liftingujące.	dobiera techniki do celu zabiegu	Analiza dowodów i deklaracji
	wykonuje ruchy drenujące zgodnie z metodyką	Analiza dowodów i deklaracji
Organizuje pracę własną podczas wykonywania zabiegu.	Organizuje pracę własną podczas wykonywania zabiegu.	Analiza dowodów i deklaracji
	Organizuje pracę własną podczas wykonywania zabiegu.	Analiza dowodów i deklaracji

# 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

Część teoretyczna: 3h dydaktyczne tj. 135 min.

1. Idea i zastosowanie Uwalniającego Masażu Głowy, Karku i Szyi
2. Korzyści terapeutyczne – rozluźnienie, redukcja napięć, poprawa krążenia, wpływ antystresowy
3. Wskazania i zakres terapeutyczny
4. Przeciwwskazania do zabiegu
5. Aspekty anatomiczne i fizjologiczne
6. Wpływ masażu na emocje
7. Energetyczny aspekt terapii
8. Przygotowanie do zabiegu
9. Zasady i metodyka zabiegu
10. Elementy dodatkowe

Część praktyczna: 8h dydaktycznych tj. 360 min

1. Nauka etapów masażu drenujących
2. Nauka etapów liftingujących
3. Praca z punktami akupresurowymi
4. Wykorzystanie kamienia Kassa
5. Ćwiczenie kompletnej sesji masażu od początku do końca
6. Praca w parach pod nadzorem trenera
7. Analiza techniki i korekty

Walidacja

Zakończenie

-----

Po zrealizowanym szkoleniu uczestnik otrzyma zaświadczenie o ukończeniu usługi.

Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć

Fakt uczestnictwa w każdym dniu usługi rozwojowej musi zostać potwierdzony przez uczestnika własnoręcznym podpisem złożonym na udostępnionej przez organizatora liście obecności

Każdy uczestnik ma indywidualne stanowisko.

Szkolenie jest kierowane do :

właściciele salonów kosmetycznych i salonów masażu.

pracownicy salonów kosmetycznych i salonów masażu

osoby chcące się przebranżowić lub poszerzyć wiedzę na temat masażu

Szkolenie realizowane w formule godzin dydaktycznych 45 min

Szkolenie podzielone jest na część teoretyczną 3h i praktyczną 8h (godziny dydaktyczne zgodnie z harmonogramem)

Przerwy nie wliczają się w liczbę godzin usługi,

Uczestnikom przysługuje przerwa na prośbę, na 4 godziny szkolenia 15 min, przerwy, usług zostanie wydłużona o czas zrealizowanych przerw.

Walidacja wlicza się w liczbę godzin usługi.

Szkolenie będzie realizowane metodami interaktywnymi i aktywizującymi, rozumianymi jako metody umożliwiające uczenie się w oparciu o doświadczenie i pozwalające uczestnikom na ćwiczenie umiejętności tj:

- Dyskusja panelowa
- Metoda symulacyjna
- Metoda projektów
- Rozmowa kierowana

Walidacja realizowana jest w trakcie szkolenia i obejmuje:

- **obserwację pracy uczestnika podczas wykonywania masażu,**
- **ocenę poprawności wykonania technik praktycznych,**
- **analizę przygotowania stanowiska i klienta,**
- **zadania praktyczne polegające na wykonaniu pełnej sesji masażu,**
- **rozmowę kierowaną w zakresie wiedzy teoretycznej.**

Walidacja prowadzona jest przez wyznaczoną osobę (inną niż trener części praktycznej lub zgodnie z harmonogramem) i **wlicza się w czas usługi.**

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 8

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 8</b> wprowadzenie	Marta Otawa	13-06-2026	09:00	09:15	00:15
<b>2 z 8</b> teoria: idea, wskazania, anatomia	Marta Otawa	13-06-2026	09:15	10:30	01:15
<b>3 z 8</b> teoria: emocje, nerw błędny, energetyka	Marta Otawa	13-06-2026	10:30	11:30	01:00
<b>4 z 8</b> praktyka: techniki drenujące i liftingujące	Marta Otawa	13-06-2026	11:30	13:00	01:30
<b>5 z 8</b> Przerwa	Marta Otawa	13-06-2026	13:00	13:15	00:15
<b>6 z 8</b> praktyka: akupresura, techniki Oshibori	Marta Otawa	13-06-2026	13:15	15:30	02:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>7 z 8</b> pełna sesja masażu + korekty	Marta Otawa	13-06-2026	15:30	17:00	01:30
<b>8 z 8</b> Walidacja-wywiad swobodny, analiza dowód i deklaracji	-	13-06-2026	17:00	17:30	00:30

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 230,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	111,82 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,91 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



**1 z 1**

### Marta Otawa

Marta Otawa - dyplomowana naturoterapeutka i akupunkturzystka. Absolwentka szkół i certyfikowanych szkoleń z zakresu akupunktury terapeutycznej i estetycznej, masaży i rytuałów SPA, w tym rytuałów mokrych Hammam. Praktykuje gabinetowo i promuje naturalny anti-aging, często łącząc liftingi manualne z pracą igłami. Jest autorką i trenerką wielu zabiegów i rytuałów customizowanych. W swoich terapiach skupia się na zastosowaniu dobroczynnych, tradycyjnych technik i narzędzi - akupunktura, aurikuloterapia, GuaSha, bańki, termoterapia itd. - nie tylko dla urody, ale i zdrowia swoich Klientów.

Zafascynowana wschodnią tradycją świadomości ciała, zachodnią wiedzą anatomiczną, życiem w zgodzie z naturą i pasją dającą nieprzemijające piękno naszego pełnego potencjału. Wyznaje holistyczne podejście do pracy z ciałem, umysłem i duchem.

Marta Otawa i jej naturalne zabiegi anti-aging były wielokrotnie prezentowane przez magazyny Vogue Beauty, Elle i Glamour. W wywiadach i artykułach, metody jej pracy są opisywane jako neoholistyka i naturoterapia na miarę naszych czasów.

Stworzyła wizję SPA 4 Strony w Wodnej Wieży w Pszczynie, koncepcję menu zabiegowego i

autorskich rytuałów, standardów obsługi klienta, szkolenia i mentoringu masażyistów i terapeutów. Z powodzeniem kreuje i zarządza obiektami odnowy biologicznej w konwencji naturalnej. Ostatnie 5 lat aktywnie działa w branży beauty.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzymuje: skrypt, igły akupunkturu, wzory formularzy dla Klientów.

### Informacje dodatkowe

ZAWARTO UMOWĘ Z WUP KRAKÓW NA ROZLICZANIE USŁUG Z WYKORZYSTANIEM ELEKTRONICZNYCH BONÓW SZKOLENIOWYCH W RAMACH PROJEKTU NOWY START W MAŁOPOLSCE Z EURES-em i Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój.

SZKOLENIE ROZLICZANE JEST W RAMACH PRYZNANYCH BONÓW.

Usługa będzie zwolniona z VAT, w przypadku gdy uczestnik posiada dofinansowanie na poziomie minimum 70%. zgodnie z art. 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień

## Adres

ul. Grażyny 15/65  
02-548 Warszawa  
woj. mazowieckie

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

## Kontakt



**Aleksandra Brukiewa**

**E-mail** [info@akademia-spa.pl](mailto:info@akademia-spa.pl)

**Telefon** (+48) 889 109 396