



Recentia - Szkoły,
Kursy, Szkolenia -
Marta Dajewska

★★★★★ 4,7 / 5

379 ocen

Kurs „Masaż Kobido Balance – Harmonia Twarzy i Głębokiego Relaksu”

Numer usługi 2025/12/30/10008/3232669

📍 Lubin / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 22 h

📅 24.01.2026 do 25.01.2026

2 200,00 PLN brutto

2 200,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Kurs masażu Kobido skierowany jest do **wszystkich osób dorosłych zainteresowanych nauką masażu twarzy**, niezależnie od dotychczasowego wykształcenia, doświadczenia zawodowego czy wcześniejszej znajomości technik masażu.

Szkolenie zostało zaprojektowane jako **kurs od podstaw**, dlatego **nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie ani wiedza z zakresu masażu, kosmetologii, fizjoterapii czy anatomii**. Program obejmuje stopniowe wprowadzanie uczestników w tematykę masażu Kobido – od podstawowych zasad pracy z twarzą, poprzez naukę technik manualnych, aż do samodzielnego wykonania masażu.

Grupę docelową stanowią w szczególności:

- osoby, które chcą **nauczyć się nowej umiejętności** i zdobyć praktyczną wiedzę od podstaw,
- osoby planujące **zmianę ścieżki zawodowej** lub poszukujące nowego obszaru rozwoju,
- osoby chcące wykonywać masaż Kobido **na potrzeby własne lub w przyszłej działalności zawodowej**,
- osoby bez doświadczenia, które chcą zdobyć **pierwsze kompetencje w obszarze masażu twarzy**.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

3

Data zakończenia rekrutacji

23-01-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Cel

Cel edukacyjny

Celem kursu masażu Kobido jest przekazanie uczestnikom wiedzy teoretycznej oraz praktycznych umiejętności z zakresu wykonywania masażu Kobido od podstaw, w sposób bezpieczny, świadomy i zgodny z zasadami pracy z twarzą. Kurs ma na celu przygotowanie uczestników do samodzielnego wykonania podstawowego masażu Kobido, poprzez: zapoznanie z ideą i filozofią masażu Kobido, naukę podstaw anatomii twarzy niezbędnej do prawidłowej pracy manualnej, opanowanie technik masażu Kobido.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Przedstawia ogólne zasady wykonywania masażu Kobido	1. przedstawia zarys historyczny oraz filozofię japońskiego rytuału 2. charakteryzuje podstawy anatomii 3. wymienia mięśnie twarzy i szyi	Test teoretyczny
Omawia poszczególne etapy masażu Kobido	1. odpowiednie przygotowanie skóry klienta do zabiegu 2. omówienie rodzajów skóry, przyczyn starzenia się skóry 3. przedstawia masaż tkanek głębokich, drenaż limfatyczny, masaż relaksacyjny, masaż modelująco-liftingujący, akupresurę	Wywiad swobodny
Wykonuje zabieg masażu Kobido	1. wykonanie poszczególnych faz masażu 2. wykonuje kinesio taping bio estetyczny	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Kształtuje własny rozwój oraz zdolność autonomicznego i odpowiedzialnego uczestniczenia w życiu zawodowym	1. stosuje zasady komunikacji interpersonalnej 2. definiuje swoje słabe i mocne strony 3. ocenia efekt wykonanego zabiegu	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

Grupą docelową są **osoby dorosłe zainteresowane nauką masażu twarzy**, niezależnie od dotychczasowego wykształcenia, doświadczenia zawodowego czy wcześniejszej znajomości technik masażu.

Kursant nie musi posiadać umiejętności z zakresu masażu.

Kurs prowadzony będzie w godzinach zegarowych.

Kurs obejmuje 22 godz. zegarowych w tym egzamin końcowy, który przeprowadzony jest ostatniego dnia. Każdego dnia przewidziana jest 30 minutowa przerwa, która nie wlicza się w czas trwania usługi.

Kurs prowadzony jest w bardzo małych 3 - osobowych grupach, trener w czasie rzeczywistym nadzoruje pracę każdego kursanta. Część praktyczna odbywać się będzie z udziałem 2 modelek zapewnionych przez organizatora.

1 DZIEŃ 09:00-20:30

MASAŻ KOBIDO - PODSTAWY I TECHNIKI MANUALNE

Teoria:

- Zarys historii i filozofii japońskiego rytuału Kobido
- Wskazania i przeciwwskazania do masażu Kobido
- Komunikacja z klientem:
 - przeprowadzenie wywiadu,
 - omówienie oczekiwań,
 - zalecenia pozabiegowe,
 - częstotliwość zabiegów,
 - możliwości autoterapii
- Ogólne zasady wykonywania masażu oraz przygotowanie do zabiegu:
 - aseptyka i dezynfekcja,
 - demakijaż i oczyszczenie skóry,
 - rodzaje olejów i olejków eterycznych
- Zmarszczki – typy i przyczyny ich powstawania
- Ekspozom – czynniki wpływające na zdrowie i kondycję skóry
- Podstawy anatomii – mięśnie twarzy i szyi

Praktyka:

- Nauka i wykonanie masażu tkanek głębokich twarzy
- Drenaż limfatyczny twarzy i szyi
- Masaż relaksacyjny twarzy
- Masaż modelująco-liftingujący
- Akupresura twarzy
- Łączenie technik w spójną sekwencję masażu Kobido

Praktyka odbywać się będzie na dwóch modelkach zapewnionych przez instytucję szkoleniową.

2 DZIEŃ 09:00-20:30

MASAŻ KOBIDO - ROZSZERZENIE TECHNIK I WALIDACJA

Teoria:

- Omówienie pełnych etapów rytuału Kobido
- Pokaz i omówienie poszczególnych technik masażu
- Podstawowe aplikacje kinesiotalingu bio-estetycznego:
 - wygładzanie „lwiej zmarszczki”,
 - redukcja zmarszczek poziomych czoła,
 - aplikacja przeciwobrzękowa

Praktyka:

- Wykonanie pełnego rytuału masażu Kobido
- Kinesiotaling bio-estetyczny:
 - przedłużanie efektów masażu,
 - wspieranie liftingu twarzy,
 - redukcja zastoju limfatycznego
- Masaż bańką chińską twarzy:
 - poprawa krążenia,
 - wspomaganie drenażu limfatycznego,
 - stymulacja kolagenu i elastyny
- Łączenie masażu Kobido z kinesiotalingiem

Praktyka odbywać się będzie na dwóch modelkach zapewnionych przez instytucję szkoleniową.

Walidacja:

- W trakcie realizacji kursu przeprowadza się test, wywiady swobodne oraz obserwację w warunkach rzeczywistych.
- Po zrealizowaniu kursu następuje sprawdzenie, czy każdy uczestnik osiągnął całość określonych w usłudze efektów uczenia.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 7

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 7 Masaż Kobido: teoria - wykład trenera, pytania i odpowiedzi	Emilia Zych	24-01-2026	09:00	13:00	04:00
2 z 7 Masaż Kobido: praktyka - wykonanie zabiegu	Emilia Zych	24-01-2026	13:00	15:00	02:00
3 z 7 Masaż Kobido: praktyka - wykonanie zabiegu	Emilia Zych	24-01-2026	15:30	20:30	05:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 7 Masaż Kobido: teoria - wykład trenera, pytania i odpowiedzi	Emilia Zych	25-01-2026	09:00	12:00	03:00
5 z 7 Masaż Kobido: praktyka - wykonanie zabiegu	Emilia Zych	25-01-2026	12:00	15:00	03:00
6 z 7 Masaż Kobido: praktyka - wykonanie zabiegu	Emilia Zych	25-01-2026	15:30	19:30	04:00
7 z 7 Validacja: test zamknięty, obserwacja w warunkach rzeczywistych oraz wywiad swobodny	-	25-01-2026	19:30	20:30	01:00

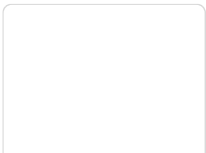
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1
Emilia Zych



Doświadczona instruktorka masażu z doświadczeniem w pracy z ciałem. Od kilku lat prowadzi własną działalność gospodarczą, w ramach której świadczy profesjonalne usługi masażu, dostosowane do indywidualnych potrzeb klientów. W swojej codziennej pracy łączy wiedzę z zakresu anatomii funkcjonalnej, relaksacji oraz regeneracji organizmu z praktycznym doświadczeniem zdobywanym w bezpośredniej pracy z osobami o różnych potrzebach zdrowotnych i kondycyjnych.

Specjalizuje się w szerokim zakresie technik masażu, obejmujących zarówno masaże relaksacyjne, jak i ukierunkowane na poprawę komfortu fizycznego, redukcję napięć mięśniowych oraz wsparcie regeneracji organizmu. Jej doświadczenie obejmuje pracę z osobami aktywnymi fizycznie, osobami odczuwającymi przeciążenia związane z pracą siedzącą, a także klientami poszukującymi odprężenia i poprawy samopoczucia. Pani Emilia Zych w swojej działalności kładzie szczególny nacisk na bezpieczeństwo, indywidualne podejście do klienta oraz wysoką jakość świadczonych usług. Systematycznie rozwija swoje kompetencje praktyczne, śledząc nowe metody pracy z ciałem i aktualne trendy w obszarze masażu i profilaktyki zdrowotnej. Pani Emilia jest też doświadczoną instruktorką masażu na kursach i szkoleniach (od ponad 5 lat prowadzi szkolenia z masażu)

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik przed rozpoczęciem oraz po zakończeniu kursu otrzyma:

- materiały merytoryczne szkoleniowe w formie papierowej
- zaświadczenie potwierdzające nabycie umiejętności i wiedzy do wykonywania zabiegów objętych tematyką szkolenia sygnowane przez eksperta i organizatora szkolenia

Dodatkowo podczas szkolenia uczestnik otrzymuje:

- Odzież ochronną (które zapewnia organizator usługi)
- preparaty, na których wykonywane jest szkolenie (które zapewnia organizator usługi)

Część praktyczna odbywać się będzie z udziałem modelek, zapewnionych przez organizatora.

Po ukończonym kursie uczestnik otrzymuje zaświadczenie oraz certyfikat potwierdzający nabycie kompetencji.

Informacje dodatkowe

Kurs prowadzony będzie przez dyplomowaną specjalistkę

Część praktyczna odbywać się będzie z udziałem modelek, zapewnionych przez organizatora.

Uczestnik po ukończonym kursie otrzyma certyfikat oraz zaświadczenie.

Kurs będzie realizowany zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

W cenę kursu nie jest wliczony koszt dojazdu oraz zakwaterowania.

Organizator ma prawo zmienić wykładowcę na danym kursie z ważnej przyczyny bez uprzedniego poinformowania uczestników.

Organizator gwarantuje w takim przypadku odpowiednie przygotowanie merytoryczne nowego wykładowcy. Zmiana wykładowcy nie może być podstawą żądania zwrotu opłaty za kurs przez uczestnika.

Zapis na usługę jest równoznaczny z akceptacją regulaminu Realizatora Usługi.

Podstawa zwolnienia z VAT - Art. 43 ust. 1 pkt. 26 a) - ustawy o VAT

Adres

ul. Józefa Piłsudskiego 18
59-300 Lubin
woj. dolnośląskie

Zajęcia prowadzone są w Gabinetzie Masażu w pełni przystosowanym do zabiegów masażu.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



MARTA DAJEWSKA

E-mail m.dajewska@recentia.pl

Telefon (+48) 605 740 813