



ANNA WOJDAT
DROGA SERCA

★★★★★ 5,0 / 5

3 oceny

Intensywne szkolenie hawajskiego masażu terapeutycznego Lomi Lomi w trybie indywidualnym

Numer usługi 2026/01/05/197573/3240109

📍 Turka / mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

📅 Usługa szkoleniowa

🕒 30 h

📅 28.03.2026 do 31.03.2026

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

166,67 PLN brutto/h

166,67 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Uroda
Grupa docelowa usługi	Szkolenie dedykowane dla osób początkujących, zainteresowanych rozwijaniem kompetencji w obszarze relaksacyjnej (terapeutycznej) pracy z ciałem, oraz masażystów i terapeutów zainteresowanych poszerzeniem kompetencji.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	1
Data zakończenia rekrutacji	27-03-2026
Forma prowadzenia usługi	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
Liczba godzin usługi	30
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

Cel

Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnego wykonywania masażu Lomi Lomi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Samodzielnie organizuje stanowisko pracy.	Dopasowuje wysokość stołu do swojego wzrostu i komfortowej postawy przy stole.	Wywiad ustrukturyzowany
	Bada poziom wygody klienta (przeprowadza wywiad) i proponuje rozwiązania zwiększające poziom wygody (np. regulacja wysokości podglówka, kształtki) stanowiska pracy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Identyfikuje potrzeby klienta i stosuje adekwatne do nich techniki.	Przeprowadza wywiad w celu rozpoznania ograniczeń ruchowych klienta.	Wywiad ustrukturyzowany
	Przeprowadza wywiad w celu określenia potrzeb klienta. Dopasowuje pracę i stosowane techniki do pozyskanych informacji.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Definiuje i wykorzystuje podstawowe formy masażu Lomi Lomi.	Definiuje i wykorzystuje: - Technikę ruchu podstawowego na plecach - Techniki rozluźniania barków, bioder, kolan i stawów skokowych. - Techniki masażu brzuchu - Rotacje na głowie - Rotacje na rękach - Rotacje na nogach - Wjazdy pod plecy.	Wywiad ustrukturyzowany
		Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykorzystuje techniki wspomagające prawidłowe przeprowadzenie masażu.	Definiuje i wykorzystuje: - oddech (technika oddechu przez usta – wdech i wydech) - taniec nawigatora (krokiem tego tańca porusza się wokół stołu z masażem)	Wywiad ustrukturyzowany
		Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykorzystuje techniki wspomagające dbanie o swoje ciało (BHP masażysty Lomi Lomi).	Definiuje i wykorzystuje: - techniki automasażu, które poprzez rozluźnienie mięśni, wpływają na dobre samopoczucie masażysty i jego wygodną postawę podczas sesji masażu	Wywiad ustrukturyzowany
		Obserwacja w warunkach symulowanych

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 validacja 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 validacji?

TAK

Program

Nauka z hawajskiego masażu Lomi Lomi odbywać się będzie przez krótkie omówienie techniki przez prowadzącą i wielokrotne ćwiczenia praktyczne osoby uczącej się na modelu (ciele ludzkim).

Godzina usługi szkoleniowej = 45 min. Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.

1. Wprowadzenie do szkolenia - Wprowadzenie do szkolenia - czym jest lomi lomi, skąd pochodzi, jakie ma działanie terapeutyczne.
2. Oddech w lomi lomi - ćwiczenia.
3. Nauka tańca nawigatora.
4. Technika ustawiania się masażysty przy stole, nauka oddawania swojego ciężaru.
5. Masaż tyłu ciała - olejowanie, ruch podstawowy na plecach - krótki i wydłużony, masaż brzucha, rozluźnianie barków, bioder, kolan i stawów skokowych.
6. Jak rozmawiać z klientem, jak opowiadać o lomi, o co pytać klienta, jakie są przeciwwskazania, jak dobrać techniki masażu do konkretnego ciała (kontuzje, przebyte choroby, zakresy ruchu).
7. Nauka automasażu.
8. Nauka rotacji na sucho. Natura i cele rotacji, struktura i technika rotacji, ćwiczenia praktyczne, omówienie możliwych trudności przy wykonywaniu rotacji.
9. Rotacja głowy, rotacja rąk wewnętrzna i zewnętrzna, rotacje nóg - zewnętrzna, wewnętrzna mała i duża.
10. Masaż przodu ciała. Rotacje głowy, rąk, nóg, masaż brzucha i mostka, wjazdy pod plecy, masaż twarzy i głowy.

Jest to szkolenie indywidualne.

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych (1 godzina = 45 minut). Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.

Szkolenie obejmuje 2 godziny teorii, 24 godziny praktyki, 4 godziny validacji.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 32

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 32 Wprowadzenie do szkolenia - czym jest lomi lomi, skąd pochodzi, jakie ma działanie terapeutyczne	ANNA WOJDAT	28-03-2026	08:00	08:30	00:30	Nie

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
2 z 32 Oddech w łomi łomi - ćwiczenia.	ANNA WOJDAT	28-03-2026	08:30	09:30	01:00	Tak
3 z 32 Przerwa	ANNA WOJDAT	28-03-2026	09:30	09:45	00:15	Tak
4 z 32 Początkowe prawdzenie wiedzy i umiejętności.	-	28-03-2026	09:45	10:15	00:30	Tak
5 z 32 Nauka tańca nawigatora.	ANNA WOJDAT	28-03-2026	10:15	10:45	00:30	Tak
6 z 32 Technika ustawiania się masażysty przy stole, nauka oddawania swojego ciężaru.	ANNA WOJDAT	28-03-2026	10:45	11:15	00:30	Tak
7 z 32 Przerwa	ANNA WOJDAT	28-03-2026	11:15	11:30	00:15	Tak
8 z 32 Masaż tyłu ciała - olejowanie, ruch podstawowy na plecach - krótki i wydłużony, masaż brzucha, rozluźnianie barków, bioder, kolan i stawów skokowych.	ANNA WOJDAT	28-03-2026	11:30	13:00	01:30	Tak
9 z 32 Przerwa	ANNA WOJDAT	28-03-2026	13:00	13:15	00:15	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
10 z 32 Masaż tyłu ciała - olejowanie, ruch podstawowy na plecach - krótki i wydłużony, masaż brzucha, rozluźnianie barków, bioder, kolan i stawów skokowych.	ANNA WOJDAT	28-03-2026	13:15	14:45	01:30	Tak
11 z 32 Nauka automasażu	ANNA WOJDAT	29-03-2026	08:00	08:45	00:45	Tak
12 z 32 Jak rozmawiać z klientem, jak opowiadać o lomi, o co pytać klienta, jakie są przeciwwskaz ania, jak dobrać techniki masażu do konkretnego ciała (kontuzje, przebyte choroby, zakresy ruchu).	ANNA WOJDAT	29-03-2026	08:45	09:30	00:45	Tak
13 z 32 Przerwa	ANNA WOJDAT	29-03-2026	09:30	09:45	00:15	Tak
14 z 32 Nauka rotacji na sucho. Natura i cele rotacji, struktura i technika rotacji, ćwiczenia praktyczne, omówienie możliwych trudności przy wykonywaniu rotacji.	ANNA WOJDAT	29-03-2026	09:45	11:15	01:30	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
15 z 32 Przerwa	ANNA WOJDAT	29-03-2026	11:15	11:30	00:15	Tak
16 z 32 Rotacja głowy, rotacja rąk wewnętrzna i zewewnętrzna, rotacje nóg - zewewnętrzna, wewnętrzna mała i duża.	ANNA WOJDAT	29-03-2026	11:30	13:00	01:30	Tak
17 z 32 Przerwa	ANNA WOJDAT	29-03-2026	13:00	13:15	00:15	Tak
18 z 32 Rotacja głowy, rotacja rąk wewnętrzna i zewewnętrzna, rotacje nóg - zewewnętrzna, wewnętrzna mała i duża.	ANNA WOJDAT	29-03-2026	13:15	14:45	01:30	Tak
19 z 32 Ćwiczenia oddechowe.	ANNA WOJDAT	30-03-2026	08:00	08:45	00:45	Tak
20 z 32 Taniec nawigatora - ćwiczenia	ANNA WOJDAT	30-03-2026	08:45	09:30	00:45	Tak
21 z 32 Przerwa	ANNA WOJDAT	30-03-2026	09:30	09:45	00:15	Tak
22 z 32 Masaż przodu ciała w oleju - przypomnieni e	ANNA WOJDAT	30-03-2026	09:45	11:15	01:30	Tak
23 z 32 Przerwa	ANNA WOJDAT	30-03-2026	11:15	11:30	00:15	Tak
24 z 32 Masaż przodu ciała w oleju. Rotacje głowy, rąk, nóg	ANNA WOJDAT	30-03-2026	11:30	13:00	01:30	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
25 z 32 Przerwa	ANNA WOJDAT	30-03-2026	13:00	13:15	00:15	Tak
26 z 32 Masaż przodu ciała cd. Masaż brzucha i mostka, wjazdy pod plecy, masaż twarzy i głowy.	ANNA WOJDAT	30-03-2026	13:15	14:45	01:30	Tak
27 z 32 Podsumowani e, sesja pytań i odpowiedzi.	ANNA WOJDAT	31-03-2026	08:00	09:30	01:30	Nie
28 z 32 Przerwa	ANNA WOJDAT	31-03-2026	09:30	09:45	00:15	Tak
29 z 32 Podsumowani e, sesja pytań i odpowiedzi - cd.	ANNA WOJDAT	31-03-2026	09:45	10:45	01:00	Nie
30 z 32 Walidacja cz1 – sesja integrująca - wykonanie pełnego masażu Lomi Lomi (tył i przód ciała).	-	31-03-2026	10:45	11:15	00:30	Tak
31 z 32 Przerwa	ANNA WOJDAT	31-03-2026	11:15	11:30	00:15	Tak
32 z 32 Walidacja cz2 - wywiad z osobą szkolącą się.	-	31-03-2026	11:30	13:00	01:30	Tak

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	166,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	166,67 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

ANNA WOJDAT

Anna Wojdat - praktyczka i nauczycielka terapeutycznego masażu hawajskiego Lomi Lomi oraz japońskiego liftingującego masażu twarzy Kobido. Masuje od 2020, uczy od 2022 roku. Odbyte kursy i szkolenia: Lomi Lomi Nui Kinomana I - Moc uważnego dotyku Małgorzata Pawula 11.07-17.07.2020; Indywidualny intensywny kurs Lomi Lomi Nui i automasażu - Kawula. Agnieszka Kawula, 8-11.02.2021; Lomi Lomi Nui dla kobiet w ciąży - Kawula. Agnieszka Kawula, 8.10.2021; Intensywny kurs nauczycielski hawajskiego masażu terapeutycznego Lomi Lomi - Kawula. Agnieszka Kawula, 29-31.09.2022; Pogłębiony kurs Lomi Lomi - Aloha Magdalena – Terapia i Nauka Lomi Lomi, 20-27.01.2023; Technika – taniec – głębia – od podstawy i mechaniki ruchu, do przepływu i głębi w masażu Lomi Lomi Nui – Aloha Ano Zofia Gadomska, 4-7.05.2023; Kobido w duchu Aloha – Anna Zaleska BODYTEMPLE, 27-28.04.2024; Lomi Lomi Twarzy oraz zaawansowane techniki pracy z obręczą barkową, szyją i głową masażu Lomi Lomi Nui - Aloha Ano Zofia Gadomska, 26-28.08.2024. Aktualnie uczy się metody Feldenkraisa (świadomość poprzez ruch) w szkole Ewy Paszkowskiej-Demidowskiej w Lublinie. Ma wieloletnie doświadczenie w weryfikacji efektów uczenia się w procesie kształcenia z zakresu pracy z ciałem. W ostatnich dwóch latach przeprowadziła ponad 500 godzin usług szkoleniowych o podobnej tematyce.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje materiały jednorazowe do wykonywania masażu, oraz wszystkie niezbędne produkty i narzędzia do części praktycznej.

Warunki uczestnictwa

Usługa będzie podlegała zw. z podatku VAT jeżeli będzie finansowania w min. 70% ze środków publicznych.

Obowiązkiem kursanta, który chce uczestniczyć w szkoleniu jest wcześniejsze zgłoszenie się do organizatora celem potwierdzenia sprawdzenia dostępności miejsc na dany termin.

W celu skontaktowania się z nami, prosimy o kontakt telefoniczny pod numerem: 796194797.

Informacje dodatkowe

Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi. Godzina usługi szkoleniowej = 45 min.

Warunki organizacyjne:

- Jedno stanowisko pracy dla uczestnika (podgrzewany stół do masażu z podłokietnikami, podglówkiem i kształtkami)
- Wszystkie potrzebne kosmetyki oraz narzędzia do dyspozycji na szkoleniu typu: olej do masażu ciała, olejek do masażu twarzy, hydrolat, płyn do demakijażu, podgrzewacz oleju do masażu, grzejnik elektryczny, ręczniki materiałowe, ręczniki papierowe, płyn do dezynfekcji, żel do dezynfekcji rąk.

Warunki techniczne

Opis warunków technicznych:

1. Wymagania sprzętowe: System Windows z procesorem Intel Dual-Core o częstotliwości 2.XX GHz lub procesorem AMD (zalecane minimum 2 GB RAM). Mac z systemem MacOS 10.12 lub nowszym na wspieranym urządzeniu z procesorem Intel CPI (zalecane minimum 2 GB RAM).
2. Zainstalowany system operacyjny: Windows 7 z dodatkiem Service Pack 1 lub nowszy. Upewnij się, że masz zaktualizowane sterowniki. MacOS 10.12 lub nowszy na wspieranym Macu.
3. Zainstalowana przeglądarka internetowa: Ostatnie dwie główne wersje jednej z następujących przeglądarek: Google Chrome, Mozilla Firefox, Apple Safari, Microsoft Edge.
4. Minimalna wymagana przepustowość łącza: Przy transferze wychodzącym - minimum 300 kb/s. Przy transferze przychodzącym - minimum 300 kb/s.

Adres

ul. Bukowa 6/1
20-258 Turka
woj. lubelskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



ANNA WOJDAT

E-mail annawojdat1701@gmail.com

Telefon (+48) 796 194 797