



OŚRODEK
SZKOLENIOWO-
WDROŻENIOWY
MAREK SZARATA
SP. Z O. O.

★★★★★ 4,8 / 5
312 ocen

Szkolenie: "Masaż Tkanek Głębokich i rozluźnianie mięśniowo-powięziowe z anatomią palpacyjną"

Numer usługi 2026/01/09/5241/3247906

📍 Toruń / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 60 h

📅 17.04.2026 do 17.05.2026

3 600,00 PLN brutto

3 600,00 PLN netto

60,00 PLN brutto/h

60,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Grupę docelową usługi szkoleniowej stanowią: fizjoterapeuci, masażyści, trenerzy personalni oraz wszyscy specjaliści pracujący z ludzkim ciałem. W szkoleniu mogą wziąć udział również uczniowie i studenci kierunków fizjoterapii, masażu, wychowania fizycznego, medycyny. Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu "Małopolski pociąg do kariery - sezon 1" i/lub dla Uczestników Projektu "Nowy start w Małopolsce z EURESem".
Minimalna liczba uczestników	20
Maksymalna liczba uczestników	32
Data zakończenia rekrutacji	16-04-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	60
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do pracy z pacjentem z wykorzystaniem metody masażu tkanek głębokich.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Definiuje metody masażu głębokiego tkanek miękkich, w tym wskazania i przeciwwskazania do terapii.	- przeprowadza wywiad z pacjentem -omawia metody masażu głębokiego tkanek miękkich i ich zastosowanie w terapii -omawia korzyści płynące z masażu jak: zmniejszenie bólu, zwiększenie zakresów ruchu i stopnia rozluźnienia mięśni, poprawa postawy ciała, zwiększenie gibkości	Test teoretyczny
Definiuje techniki masażu głębokiego w pracy na poszczególnych warstwach mięśniowych oraz łańcuchach mięśniowo-powięziowych.	-omawia pacjentowi zastosowane techniki masażu głębokiego -omawia oddziaływanie na stan napięcia mięśniowego i powięziowego, -omawia z pacjentem plan pracy w danej jednostce chorobowej	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik komunikuje się z pacjentem, ustala potrzeby i oczekiwania.	- komunikuje pacjentowi w sposób zrozumiały wskazania do wprowadzenia terapii oraz ewentualne przeciwwskazania i konsekwencje, -diagnozuje potrzeby pacjenta, - komunikuje się z pacjentem uwzględniając aspekty emocjonalne i fizyczne podczas zabiegu.	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 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

Aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie głównego celu, od uczestników wymagana jest podstawowa wiedza z zakresu anatomii i budowy ciała człowieka.

Uczestnicy pracują w parach przy jednym przydzielonym stanowisku pracy do zajęć. A skład stanowiska wchodzi stół do masażu wraz z wyposażeniem. Zajęcia mają charakter praktyczny i odbywają się na uczestnikach kursu. Uczestnicy nie są podzieleni na grupy osobowe.

Wskazana liczba godzin szkolenia (60h) jest określona w godzinach zegarowych 4 h teorii i 56h praktyki.

Każdego dnia zaplanowane są dwie przerwy kawowe (15minut) oraz jedna dłuższa przerwa obiadowa (1godzina). Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.

Obecność jest potwierdzana na imiennych listach obecności. Zaliczenie szkolenie wymaga minimalnej frekwencji na zajęciach na poziomie 80%.

Dzień 1 Podstawy teoretyczno-praktyczne

9:00-11:00

Wykład wprowadzający część 1: Masaż tkanek głębokich (MTG) i jego korzenie w Integracji Strukturalnej.

11:15-13:00

Wykład wprowadzający część 2: Fizjologia, Anatomia Powięzi i Nauka o Powięzi.

14:00-16:00

Narzędzia stosowane w MTG.

16:15-18:00

Techniki stosowane w MTG.

Dzień 2 Grzbiet

9:00-11:00

Trening jakości czucia kontaktu z tkanką i trening czucia głębokości tkanki.

11:15-13:00

Anatomia palpacyjna wybranych kostnych elementów kręgosłupa.

14:00-16:00

MTG grzbietu: pokaz i praktyka I / zmiana.

16:15-18:00

MTG grzbietu: praktyka II / zmiana i zakończenie pierwszego dnia kursu.

Dzień 3 Tułów

9:00-11:00

Mięśnie brzucha, powłoki brzuszne i przepona: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

11:15-13:00

Mięsień biodrowy i lędźwiowy: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

14:00-16:00

Mięsień czworoboczny lędźwi: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

16:15-18:00

Anatomia palpacyjna obręczy barkowej: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

Dzień 4 Obręcz barkowa i kończyna górna

9:00-11:00

Mięsień piersiowy większy i mniejszy: przywrócenie rotacji zewnętrznej, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

11:15-13:00

Mięsień nadgrzebieniowy, podgrzebieniowy i obły mniejszy: przywrócenie rotacji wewnętrznej, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

14:00-16:00

Anatomia palpacyjna ramienia i stawu łokciowego: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

Mięsień dwugłowy i trójąłowy ramienia: przywrócenie wyprostu i zgięcia, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

16:15-18:00

Anatomia palpacyjna przedramienia i stawu nadgarstkowego, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

Mięśnie zginacze i prostowniki przedramienia: przywrócenie zgięcia i wyprostu w stawie nadgarstkowym, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

Dzień 5 Podudzie i staw skokowy

9:00-11:00

Mechanotransdukcja – wykład otwarty, screen diagnostyczny.

11:15-13:00

Przód goleni, Mięsień piszczelowy przedni i strzałkowy długi.

14:00-16:00

Zwichnięcie stawu skokowego i zespół troczka prostowników.

16:15-18:00

Kolano i rzepka – staw udowy.

Dzień 6 Udo i miednica

9:00-11:00

Stopa i zespół rozciągnięcia podszewowego

11:15-13:00

Przednia strona uda.

14:00-16:00

Syndrom pasma biodrowo-piszczelowego i zespół kolana biegacza.

16:15-18:00

Mięśnie kulszowo-goleniowe, postępowanie regularne i wersja dla sportowców oraz praktyka.

Dzień 7 Górny kwadrant

9:00-11:00

Miednica i rotatory stawu biodrowego.

11:15-13:00

Kręgosłup lędźwiowy – postępowanie.

14:00-16:00

Mięsień czworoboczny grzbietu.

16:15-18:00

Mięśnie przywodzące uda.

Dzień 8 Szyja, twarz i głowa

9:00-11:00

Ramię, staw łokciowy i nadgarstkowy.

11:15-13:00

Mięsień naramienny – zespół przyparcia.

14:00-16:00

Stawy podpotyliczne i skroniowo-żuchwowy.

16:15-18:00

Walidacja

Walidacja składa się z obserwacji w warunkach symulowanych. Obserwacja w warunkach symulowanych polega na dobraniu oraz poprawnym stosowaniu masażu tkanek głębokich. Walidacja obejmuje ocenę takich elementów jak: omówienie protokołu postępowania diagnostycznego, oraz doborze terapii pod kątem lokalizacji objawów – wszystko w warunkach symulujących realną. Przygotowuje strategię postępowania w najczęstszych przypadkach klinicznych oraz postępowaniach profilaktycznych w pracy z pacjentem współuczestników zamiast pacjentów. Czas trwania obserwacji 60minut.

Walidator uzupełnia kartę walidacji. Czas trwania walidacji 60min dla jednego uczestnika od godz. 17:30.

Walidator jest tak przygotowany by proces przebiegł sprawnie i walidacją zostali objęci wszyscy

uczestnicy. Wyniki walidacji podawane są po usłudze. Walidowane są tylko osoby korzystające z dofinansowania.

Walidator przekazuje je firmie szkoleniowej, a firma informuje uczestników.

W Harmonogramie uwzględniono pierwszą walidację.

Termin walidacji dostępny będzie u osoby nadzorującej usługę po stronie Dostawcy

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 32

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 32 Wykład wprowadzający część 1: Masaż tkanek głębokich (MTG) i jego korzenie w Integracji Strukturalnej.	Piotr Szałański	17-04-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 32 Wykład wprowadzający część 2: Fizjologia, Anatomia Powięzi i Nauka o Powięzi.	Piotr Szałański	17-04-2026	11:15	13:00	01:45
3 z 32 Narzędzia stosowane w MTG.	Piotr Szałański	17-04-2026	14:00	16:00	02:00
4 z 32 Techniki stosowane w MTG.	Piotr Szałański	17-04-2026	16:15	18:00	01:45
5 z 32 Trening jakości czucia kontaktu z tkanką i trening czucia głębokości tkanki.	Piotr Szałański	18-04-2026	09:00	11:00	02:00
6 z 32 Anatomia palpacyjna wybranych kostnych elementów kręgosłupa.	Piotr Szałański	18-04-2026	11:15	13:00	01:45
7 z 32 MTG grzbietu: pokaz i praktyka I / zmiana.	Piotr Szałański	18-04-2026	14:00	16:00	02:00
8 z 32 MTG grzbietu: praktyka II / zmiana.	Piotr Szałański	18-04-2026	16:15	18:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 32 Mięśnie brzucha, powłoki brzuszne i przepona: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Szymon Lipowicz	24-04-2026	09:00	11:00	02:00
10 z 32 Mięsień biodrowy i lędźwiowy: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Szymon Lipowicz	24-04-2026	11:15	13:00	01:45
11 z 32 Mięsień czworoboczny lędźwi: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Szymon Lipowicz	24-04-2026	14:00	16:00	02:00
12 z 32 Anatomia palpacyjna obręczy barkowej: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Szymon Lipowicz	24-04-2026	16:15	18:00	01:45
13 z 32 Mięsień piersiowy większy i mniejszy: przywrócenie rotacji zewnętrznej, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Szymon Lipowicz	25-04-2026	09:00	11:00	02:00
14 z 32 Mięsień nadgrzebieniowy, podgrzebieniowy i obły mniejszy: przywrócenie rotacji wewnętrznej, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Szymon Lipowicz	25-04-2026	11:15	13:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 32 Anatomia palpacyjna ramienia i stawu łokciowego: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Szymon Lipowicz	25-04-2026	14:00	16:00	02:00
16 z 32 Anatomia palpacyjna przedramienia i stawu nadgarstkowego, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Szymon Lipowicz	25-04-2026	16:15	18:00	01:45
17 z 32 Mechanotransdukcja – wykład otwarty, screen diagnostyczny.	Filip Zarzeczny	09-05-2026	09:00	11:00	02:00
18 z 32 Przód goleni, Mięsień piszczelowy przedni i strzałkowy długi.	Filip Zarzeczny	09-05-2026	11:15	13:00	01:45
19 z 32 Zwichnięcie stawu skokowego i zespół troczka prostowników.	Filip Zarzeczny	09-05-2026	14:00	16:00	02:00
20 z 32 Kolano i rzepka – staw udowy.	Filip Zarzeczny	09-05-2026	16:15	18:00	01:45
21 z 32 Stopa i syndrom rozciągnięta podeszwowego	Filip Zarzeczny	10-05-2026	09:00	11:00	02:00
22 z 32 Przednia strona uda.	Filip Zarzeczny	10-05-2026	11:15	13:00	01:45
23 z 32 Syndrom pasma biodrowo-piszczelowego i syndrom kolana biegacza.	Filip Zarzeczny	10-05-2026	14:00	16:00	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
24 z 32 Mięśnie kulszowo-goleniowe, postępowanie regularne i wersja dla sportowców oraz praktyka.	Filip Zarzeczny	10-05-2026	16:15	18:00	01:45
25 z 32 Miednica i rotatory stawu biodrowego.	Łukasz Czubaszewski	16-05-2026	09:00	11:00	02:00
26 z 32 Kręgosłup lędźwiowy – postępowanie.	Łukasz Czubaszewski	16-05-2026	11:15	13:00	01:45
27 z 32 Mięsień czworoboczny grzbietu.	Łukasz Czubaszewski	16-05-2026	14:00	16:00	02:00
28 z 32 Mięśnie przywodzące uda.	Łukasz Czubaszewski	16-05-2026	16:15	18:00	01:45
29 z 32 Ramię, staw łokciowy i nadgarstkowy.	Łukasz Czubaszewski	17-05-2026	09:00	11:00	02:00
30 z 32 Mięsień naramienny – zespół przyparcia.	Łukasz Czubaszewski	17-05-2026	11:15	13:00	01:45
31 z 32 Stawy podpotyliczne i skroniowo-żuchwowy.	Łukasz Czubaszewski	17-05-2026	14:00	16:00	02:00
32 z 32 Walidacja	-	17-05-2026	16:15	18:00	01:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 600,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 600,00 PLN
--	--------------

Koszt osobogodziny brutto	60,00 PLN
---------------------------	-----------

Koszt osobogodziny netto	60,00 PLN
--------------------------	-----------

Prowadzący

Liczba prowadzących: 4



1 z 4

Filip Zarzeczny

Dyplomowany masażysta, terapeuta tkanek miękkich oraz bodyworker. Jest u nas nauczycielem Masażu Tkanek Głębokich

Głównym źródłem inspiracji jest dla niego Art Riggs, twórca tej metody i jego drogowskaz w pracy zawodowej.

Przygodę z masażem rozpoczął w 2012 roku, kiedy to podjął naukę w Studium Medycznym im. Stanisława Liebharta w Lublinie. Od tamtej pory nieustannie poszerza swoją wiedzę i umiejętności, uczestnicząc w różnorodnych szkoleniach i kursach. Zdobywał cenne doświadczenie kliniczne pracując w 1 Wojskowym Szpitalu Klinicznym w Lublinie, gdzie doskonalił swoje umiejętności praktyczne.

Masaż stał się jego pasją, w której dąży do osiągnięcia mistrzostwa. Pierwszym kursem, który ukończył był oczywiście kurs MTG.

Jest także właścicielem firmy "Masaż Filip Zarzeczny", gdzie z pasją i zaangażowaniem pracuje ze swoimi pacjentami. Jego podejście opiera się na indywidualnym dostosowaniu terapii do potrzeb każdego pacjenta, co pozwala na uzyskanie najlepszych efektów terapeutycznych. Właśnie to podejście przekazuje swoim kursantom.



2 z 4

Łukasz Czubaszewski

Fizjoterapeuta, osteopata, nauczyciel Masażu Tkanek Głębokich rekomendowany przez Artę Riggsa. Od 15 lat pracuje zawodowo koncentrując się na pomocy pacjentom bólowym. Współpracuje z wieloma drużynami różnych dyscyplin sportowych w tym klubów ligowych z wielkopolski, amatorskich klubów sportowych i reprezentacji kraju. Prowadzi Centrum Fizjoterapii i Osteopatii w Poznaniu.

Jest byłym wykładowcą poznańskiego AWF. Rozwija swoją wiedzę i zainteresowania w obszarach terapii podczas licznych szkoleń specjalistycznych, konferencji i kongresów naukowych.

dr Nauk o Kulturze Fizycznej, Fizjoterapeuta, Osteopata

Przeprowadził kilkadziesiąt szkoleń z tematu Masaż Tkanek Głębokich od 2010 roku.

3 z 4

Szymon Lipowicz

Na co dzień pełni funkcję Koordynatora w poznańskim oddziale Centrum Medycznego LUX MED oraz przyjmuje pacjentów prywatnych w lokalnym, prywatnym centrum medycznym. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu, gdzie uzyskał tytuł magistra fizjoterapii. Już podczas studiów oraz na początku swojej drogi zawodowej pracował jako fizjoterapeuta kadry seniorskiej kobiet w hokeju na trawie. Pracę z masażem tkanek głębokich rozpoczął w 2022 roku jako instruktor. Ukończył kursy z zakresu anatomii palpacyjnej, RockTape, MTG (Basic & Advanced), treningu medycznego oraz wspierania pacjenta w oparciu o pracę z autonomicznym układem nerwowym. Obecnie uczestniczy w pierwszej edycji szkoleń z Indukcji Mięśniowo-Powięziowej prowadzonych przez Andrzeja Piłata.



4 z 4

Piotr Szałański

Fizjoterapeuta, Certyfikowany Integrator Strukturalny, Nauczyciel Przedmiotów Zawodowych ze Specjalizacją Medyczną, Nauczyciel Masażu Tkanek Głębokich z rekomendacją Arta Riggsa. Od 10 lat prowadzi prywatną praktykę terapeutyczną. Od 2012 roku pomaga Pacjentom w rodzinnym Bełchatowie. Były wykładowca AWF Poznań i WSEiT Poznań. mgr Fizjoterapii, Certyfikowany Integrator Strukturalny, EGSI. Absolwent AWF Poznań i European Guild of Structural Integration (Praga) oraz Wyższej Szkoły Zarządzania w Częstochowie. Uczestnik licznych szkoleń zawodowych. Systematycznie bierze udział w konferencjach, sympozjach i kongresach z zakresu rehabilitacji ortopedycznej i terapii powięziowej w kraju i za granicą. Od 2010 roku przeprowadził kilkadziesiąt szkoleń z tematu Masaż Tkanek Głębokich.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy z uczestników otrzymuje polskojęzyczną wersję książki Arta Riggsa "Wizualny przewodnik po technikach Masażu Tkanek Głębokich".

W ramach kursu otrzymujesz od nas dodatkowo:

Profesjonalne nagranie video całego szkolenia z nami, dostępne na naszej platformie filmowej. Będzie ono dostępne dla Ciebie już zawsze i wszędzie, na każdym Twoim urządzeniu. Dlatego nie musisz zabierać ze sobą aparatu, kamery, zajmować się rejestrowaniem szkolenia na swoim telefonie, bądź dyktafonie. Możesz po prostu skupić się tylko i wyłącznie na pracy warsztatowej i treningu z nami. A później, kiedy tylko zechcesz, powrócisz sobie do nagrań z każdego dnia i przypomnisz każdą technikę poznaną z nami na kursie Masażu Tkanek Głębokich.

Warunki uczestnictwa

Szczegółowe warunki udziału w szkoleniu określa Regulamin szkoleń, w tym zgodę uczestnika na użyczenie swojego wizerunku w charakterze zdjęć, filmów zrobionych podczas szkolenia, w którym uczestniczył.

Informacje dodatkowe

- Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.
- Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu.
- Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie oraz swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług.

- Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, kosztów dojazdu i zakwaterowania.

Adres

Toruń

Toruń

woj. kujawsko-pomorskie

Miejsce szkolenia: dokładny adres szkolenia podamy na 2 tygodnie przed rozpoczęciem kursu

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Jolanta Przybyszewska

E-mail szkolenia.mtg@gmail.com

Telefon (+48) 662 310 264