



Japońska technika liftingu twarzy- szkolenie

Numer usługi 2026/01/15/33060/3259890

4 700,00 PLN brutto

4 700,00 PLN netto

156,67 PLN brutto/h

156,67 PLN netto/h

Dialexi spółka z
ograniczoną
odpowiedzialnością

★★★★★ 4,9 / 5

5 319 ocen

📍 Sopot / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 30 h

📅 18.03.2026 do 20.03.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do osób początkujących, które chcą rozpocząć swoją drogę w branży beauty oraz masażyistów, fizjoterapeutów oraz kosmetologów, którzy chcą poszerzyć zakres wykonywanych usług.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

8

Data zakończenia rekrutacji

10-03-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

30

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa „Japońska technika liftingu twarzy- szkolenie” przygotowuje uczestnika do wykonywania japońskiego masażu i liftingu twarzy poprzez wykonywanie technik liftingujących, relaksujących i drenujących.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje filozofię japońskiego masażu	opisuje historię masażu japońskiego	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	charakteryzuje techniki masażu japońskiego oraz wyjaśnia ich wpływ na ciało człowieka	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	analizuje wskazania i przeciwwskazania do wykonywania masażu japońskiego	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	omawia poszczególne etapy masażu japońskiego oraz określa jego zastosowanie	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	charakteryzuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami ergonomii i higieny	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	omawia podstawowe działania marketingowe wspierające rozwój usług masażu	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje masaż technika japońską	przygotowuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami ergonomii i higieny	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wypełnia kartę wywiadu z klientem, uwzględniając stan zdrowia i potrzeby zabiegowe	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje demakijaż twarzy, szyi i dekoltu z użyciem ciepłych ręczników	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przeprowadza palpację tkanek oraz rozróżnia pracę powierzchowną i głęboką na mięśniach	Obserwacja w warunkach symulowanych
	opracowuje mięśnie przykręgosłupowe, obręczy barkowej oraz czepiec ścięgniasty	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje techniki pracy na mięśniach mimicznych twarzy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje techniki relaksujące obręcz barkową	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje techniki relaksujące mięśnie w obrębie szyi	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje techniki relaksujące i drenujące mięśnie twarzy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje techniki liftingujące oraz wykonuje akupresurę twarzy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje technikę wyciągania czepca ścięgniastego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przeprowadza pełną sesję masażu japońskiego zgodnie z prawidłową sekwencją zabiegową	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

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych (1 godzina = 45 minut).

Czas trwania: 30 godzin dydaktycznych, w tym 5 godzin teoretycznych i 25 godzin praktycznych (w tym walidacja i przerwy)

Harmonogram usługi może ulegać nieznacznemu przesunięciu czasowemu ze względu na czas wykonywanych zabiegów i umiejętności uczestnika. Podczas usługi przewidziane są przerwy ujęte w harmonogramie, które wliczają się w czas usługi.

Usługa skierowana jest do osób początkujących, które chcą rozpocząć swoją drogę w branży beauty oraz masażyстів, fizjoterapeutów oraz kosmetologów, którzy chcą poszerzyć zakres wykonywanych usług.

Usługa składa się z części teoretycznej (prezentacja multimedialna) oraz praktycznej wykonywanej na modelkach/samych sobie. Modelkami są uczestnicy szkolenia i pracują w parach na zmianę (jedna osoba wykonuje schemat ruchów, a druga jest modelką, po czym następuje zamiana ról). Na 1 parę uczestników przypada 1 stół do masażu/leżanka.

Uczestnik potwierdza swoją obecność poprzez podpisanie listy obecności w formie papierowej. Warunkiem zaliczenia jest min. 80% obecności potwierdzone na liście obecności. Na koniec szkolenia przeprowadzana jest walidacja. Walidacja składa się z 2 części: test teoretyczny dotyczy zagadnień teoretycznych (15 min. dla całej grupy), a obserwacja w warunkach symulowanych dotyczy części praktycznej (15 min. na uczestnika) i jest ustalana indywidualnie z Uczestnikiem usługi. Rozpocznie się w dniu 20.03.2026 od godz. 16.15. Harmonogram godzinowy walidacji dla poszczególnych uczestników dostępny będzie u osoby nadzorującej usługę po stronie Dostawcy Usług.

Instruktor weryfikuje na bieżąco postępy uczestnika, odnotowując je na protokole zaliczenia, a po zakończonym szkoleniu uczestnik wypełnia ankietę wewnętrzną Dostawcy Usług.

PROGRAM

Część teoretyczna:

- historia masażu japońskiego
- techniki masażu i ich wpływu na ciało człowieka
- wskazania oraz przeciwwskazania do masażu
- etapy masażu japońskiego oraz jego zastosowanie
- przygotowanie stanowiska pracy
- karta wywiadu
- marketing wspierający rozwój

Część praktyczna:

- nauka demakijażu twarzy szyi oraz dekoltu ciepłymi ręcznikami
- palpacja tkanek, różnica w pracy powierzchownej i głębokiej na mięśniach
- opracowanie mięśni przykręgosłupowych, obręczy barkowej oraz czepca ścięgienistego
- techniki pracy na mięśniach mimicznych
- techniki relaksujące obręcz barkową
- techniki relaksujące mięśnie w obrębie szyi
- techniki relaksujące mięśnie twarzy
- techniki drenujące w obszarze twarzy
- techniki liftingujące

- akupresura twarzy
- wyciągnięcie czepca ścięgnistego
- pełna sesja masaż

Walidacja

- test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
- obserwacja w warunkach symulowanych

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 24

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 24 Część teoretyczna: historia masażu japońskiego, omówienie technik masażu i ich wpływu na ciało człowieka	Aneta Hregorowicz-Gorlo	18-03-2026	09:30	10:15	00:45
2 z 24 Część teoretyczna: wskazania oraz przeciwwskazania do masażu	Aneta Hregorowicz-Gorlo	18-03-2026	10:15	11:00	00:45
3 z 24 Część teoretyczna: przygotowanie stanowiska pracy, dokumentacja zabiegowa: karta wywiadu	Aneta Hregorowicz-Gorlo	18-03-2026	11:00	11:45	00:45
4 z 24 Część teoretyczna: omówienie poszczególnych etapów masażu japońskiego oraz jego zastosowanie	Aneta Hregorowicz-Gorlo	18-03-2026	11:45	12:30	00:45
5 z 24 przerwa	Aneta Hregorowicz-Gorlo	18-03-2026	12:30	12:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 24 Część praktyczna: nauka demakijażu twarzy szyi oraz dekoltu ciepłymi ręcznikami	Aneta Hregorowicz-Gorlo	18-03-2026	12:45	15:00	02:15
7 z 24 Część praktyczna: palpacja tkanek, różnica w pracy powierzchownej i głębokiej na mięśniach	Aneta Hregorowicz-Gorlo	18-03-2026	15:00	17:15	02:15
8 z 24 Część praktyczna: opracowanie mięśni przykręgosłupowych, obręczy barkowej oraz czepca ścięgniastego	Aneta Hregorowicz-Gorlo	19-03-2026	09:30	11:00	01:30
9 z 24 Część praktyczna: techniki pracy na mięśniach mimicznych	Aneta Hregorowicz-Gorlo	19-03-2026	11:00	12:30	01:30
10 z 24 przerwa	Aneta Hregorowicz-Gorlo	19-03-2026	12:30	12:45	00:15
11 z 24 Część praktyczna: techniki relaksujące obręcz barkową	Aneta Hregorowicz-Gorlo	19-03-2026	12:45	14:15	01:30
12 z 24 Część praktyczna: techniki relaksujące mięśnie w obrębie szyi	Aneta Hregorowicz-Gorlo	19-03-2026	14:15	15:00	00:45
13 z 24 przerwa	Aneta Hregorowicz-Gorlo	19-03-2026	15:00	15:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 24 Część praktyczna: techniki relaksujące mięśnie twarzy	Aneta Hregorowicz-Gorlo	19-03-2026	15:15	16:00	00:45
15 z 24 Część praktyczna: techniki drenujące w obszarze twarzy	Aneta Hregorowicz-Gorlo	19-03-2026	16:00	17:30	01:30
16 z 24 Część teoretyczna: marketing wspierający rozwój	Aneta Hregorowicz-Gorlo	20-03-2026	09:30	10:15	00:45
17 z 24 Część praktyczna: techniki liftingujące	Aneta Hregorowicz-Gorlo	20-03-2026	10:15	11:45	01:30
18 z 24 przerwa	Aneta Hregorowicz-Gorlo	20-03-2026	11:45	12:00	00:15
19 z 24 Część praktyczna: akupresura twarzy	Aneta Hregorowicz-Gorlo	20-03-2026	12:00	12:45	00:45
20 z 24 Część praktyczna: wyciągnięcie czepca ścięgnistego	Aneta Hregorowicz-Gorlo	20-03-2026	12:45	13:30	00:45
21 z 24 przerwa	Aneta Hregorowicz-Gorlo	20-03-2026	13:30	13:45	00:15
22 z 24 Część praktyczna: pełna sesja masażu	Aneta Hregorowicz-Gorlo	20-03-2026	13:45	15:45	02:00
23 z 24 walidacja: test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie	Aneta Hregorowicz-Gorlo	20-03-2026	15:45	16:00	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
24 z 24 walidacja: obserwacja w warunkach symulowanych	-	20-03-2026	16:00	16:15	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 700,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 700,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	156,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	156,67 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Aneta Hregorowicz-Gorlo

kosmetolog, dyplomowany dietetyk oraz naturoterapeutka Terapeutka biologicznej odnowy twarzy od kilku lat rozwijając autorskie metody liftingujące. Specjalizuje się w naturalnych metodach odmładzania i stymulacji skóry, bardzo często zasięgniętych z dalekowschodnich kultur. Opracowała unikalny program Bio-stymulacji i Nutridermologii, który łączy biologiczne odmładzanie organizmu ze szczególnym uwzględnieniem skóry. Ukończyła wiele szkoleń z masaży orientalnych i liftingujących. Przeprowadziła wiele szkoleń z zakresu masaży orientalnych, liftingujących i specjalistycznych. Prowadzi kursy Japońskiego Liftingu Twarzy, Kobido i Facemodeling oraz warsztaty z Odmładzającej Autoplastyki twarzy i Kinesiotapingu Estetycznego. W ostatnich 5 latach ukończyła szkolenia z zakresu: (2019) Wiktoria Zwinczewska -Akupunktura kosmetyczna/medycyna chińska i twarz; (2019) Dr Grażyna Walasek - Polarity; (2020) TOMO medycyna chińska - podstawy DR LEE / biomasaż; (2020) Jokov Gershekovic - Sculpting Lifting; (2021) Iva Comarenko - Faceremodeling Lotva; (2022) Terapia Czaszkowo -Krzyżowa Wojciech Garwoliński; (2023) Terapia Manualna/ staw Skroniowo-żuchwowy Jolanta Wikaryjczyk.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje skrypt szkoleniowy

Warunki uczestnictwa

Przed złożeniem wniosku o dofinansowanie i zapisem na szkolenie prosimy o kontakt telefoniczny lub mailowy w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.

Warunkiem uczestnictwa w szkoleniu jest wypełnienie formularza zgłoszeniowego na stronie www.dialexi.pl:

https://dialexi.pl/formularze/formularz_uczestnika/

Informacje dodatkowe

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych (1 godzina szkolenia = 45 minut)

Cena nie zawiera kosztów wyżywienia, noclegu i transportu.

Dla podmiotów/osób uczestniczących w usłudze, które otrzymają dofinansowanie min. 70%, koszt szkolenia jest zwolniony z podatku VAT (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień: § 3 ust. 1 pkt 14).

Dla podmiotów/osób uczestniczących w usłudze, które otrzymają dofinansowanie mniejsze niż 70%, podmiot świadczący usługę wystawi fakturę w kwocie netto=brutto we względu na to, że nie jest zarejestrowany jako podatnik VAT (podstawa prawna: art. 113 ust.1 Ustawy o VAT).

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.

Adres

ul. Mikołaja Kopernika 17

81-769 Sopot

woj. pomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Malwina Wiśniewska

E-mail biuro@dialexi.pl

Telefon (+48) 884 886 880