



"Akademia Zdrowia"
Izabela Łajs

★★★★★ 4,6 / 5

91 ocen

Terapeuta SPA

Numer usługi 2026/01/15/8973/3261128

📍 Kielce / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 50 h

📅 13.03.2026 do 22.03.2026

8 000,00 PLN brutto

8 000,00 PLN netto

160,00 PLN brutto/h

160,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób, które chcą nabyć umiejętności i wiedzę o technikach masażu:

- studenci
- osoby zainteresowane tematyką
- osoby związane z branżą kosmetyczną, wellness
- kosmetolodzy i kosmetyczki
- masażyści
- fizjoterapeuci

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

06-03-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

50

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

Szkolenie przygotowuje uczestników do samodzielnego wykonywania masażu, zapoznanie ich z technikami, anatomią oraz praktycznymi umiejętnościami niezbędnymi do skutecznego i profesjonalnego masażu. Uczestnicy zdobędą wiedzę i umiejętności niezbędne do świadczenia wysokiej jakości usług masażu gorącymi kamieniami i bańką chińską, miodem i czekoladą oraz tajskiego masażu stóp.

Kurs prowadzony jest od podstaw, a zatem, jest również dedykowany dla osób, które rozpoczynają swoją pracę z branżą wellness

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje działania masażu bańką chińską i masażu gorącymi kamieniami oraz ich wpływ na organizm człowieka.	Opisuje mechanizmy działania obu technik, wskazania i przeciwwskazania do zabiegów.	Test teoretyczny
Charakteryzuje przeprowadzenie masażu bańką chińską i gorącymi kamieniami zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i higieny.	Opisuje jak wykonać pełną sekwencję ruchów składających się na masaż gorącymi kamieniami i bańką chińską.	Test teoretyczny
	Wymienia odpowiednio bańki chińskie i nacisk na skórę żeby osiągnąć zamierzony efekt.	Test teoretyczny
Rozróżnia czynniki i mechanizmy determinujące starzenie się skóry.	Definiuje i wymienia zmiany w naskórku, skórze właściwej, naczyniach krwionośnych, układzie mięśniowym, kostnym i tkance podskórnej.	Test teoretyczny
Definiuje wskazania i przeciwwskazania do prowadzenia masażu z wykorzystaniem miodu i czekolady.	Definiuje wskazania i przeciwwskazania do wykonania zabiegu	Test teoretyczny
Posiada umiejętność przygotowania klienta do zabiegu i jego prawidłowego przeprowadzenia.	Opisuje przygotowanie stanowiska zgodnie z zasadami BHP. Wymienia niezbędne materiały do wykonania zabiegu.	Test teoretyczny
Charakteryzuje przeprowadzenie masażu miodem i czekoladą	Definiuje jak przeprowadzić masaż z wykorzystaniem miodu i czekolady. Posiada niezbędną wiedzę z zakresu budowy skóry z elementami dermatologii.	Test teoretyczny
Charakteryzuje podstawowe pojęcia związane z masażem tajskim stóp.	Opisuje podstawowe zagadnienia z zakresu masażu tajskiego stóp.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje techniki masażu tajskiego stóp	Określa techniki rozprowadzania produktów do masażu tajskiego stóp	Test teoretyczny
	Charakteryzuje produkty poślizgowe i kremy do wykonania zabiegu.	Test teoretyczny
	Opisuje wykonanie masażu tajskiego stóp.	Test teoretyczny
Definiuje historię masażu balijskiego, wskazania i przeciwwskazania oraz efekty.	Opisuje jego zalety, zastosowanie oraz efekty masażu	Test teoretyczny
	Przedstawia przeciwwskazania i wskazania do masażu.	Test teoretyczny
	Rozróżnia poszczególne etapy masażu balijskiego	Test teoretyczny
	Opisuje techniki z zastosowaniem wskazań do masażu.	Test teoretyczny
Charakteryzuje przeprowadzenie masażu balijskiego.	Definiuje jak przeprowadzić masaż balijski.	Test teoretyczny
	Opisuje odpowiednie produkty do masażu balijskiego.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnionych do wydawania dokumentów potwierdzających uzyskanie kwalifikacji, w tym w zawodzie
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Certyfikacja ICVC Sp z o.o.

Program

Ramowy program usługi :

Masaż gorącymi kamieniami i bańką chińską:

- Mechanizmy powstawania cellulitu
- Fazy rozwoju i czynniki ryzyka
- Badanie podmiotowe (wywiad z pacjentem)
- Pochodzenie i rodzaje baniek
- Działanie na układ limfatyczny i mikrokrążenie
- Wskazania i przeciwwskazania do zabiegów
- Wprowadzenie do ciepłolecznictwa – jak ciepło wpływa na tkanki miękkie i układ nerwowy
- Drogi przewodzenia ciepła oraz mechanizmy termoregulacji
- Wskazania i przeciwwskazania do zabiegów masażem gorącymi kamieniami
- Rodzaje kamieni bazaltowych i półszlachetnych – jak dobrać odpowiednie kamienie
- Zasady BHP, czyszczenie i przechowywanie kamieni
- Podstawy czakroterapii i jej rola w pracy z kamieniami
- Nauka technik masażu: od podstaw po zaawansowane sekwencje ruchów
- Pokaz pełnego protokołu masażu – krok po kroku, od przygotowania kamieni po zakończenie zabiegu
- Praca z pacjentem: symulacja zabiegu
- Trening z technik masażu na różnych partiach ciała, dostosowanie do indywidualnych potrzeb

Masaż miodem i czekoladą:

- Wprowadzenie do masażu czekoladą gorącą – historia, korzyści i zastosowanie;
- Składniki czekolady gorącej i ich wpływ na skórę;
- Techniki masażu czekoladą gorącą – różnice w porównaniu z tradycyjnymi masażami;
- wprowadzenie do masażu z użyciem miodu - historia, korzyści i zastosowanie;
- zasady i metodologia prowadzenia masażu
- Przygotowanie ciała i umysłu do sesji masażu.
- ćwiczenia praktyczne na modelach
- Trening z technik masażu na różnych partiach ciała, dostosowanie do indywidualnych potrzeb

Tajski masaż stóp:

- Geneza tajskiego masażu – wpływy ajurwedy, medycyny chińskiej i buddyzmu
- Znaczenie przepływu energii „Sen” w ciele
- Rola i miejsce masażu stóp w kulturze i tradycji Tajlandii
- Ergonomia i postawa masażysty
- Przygotowanie stanowiska i klienta do masażu
- Higiena pracy i użycie akcesoriów (kijek refleksologiczny, olejki)
- Zasady bezpieczeństwa i komfortu klienta
- Nauka podstawowych chwytów i technik:
 - Uciskanie kciukami i palcami
 - Masaż dłonią i pięścią
 - Praca kijkiem refleksologicznym
- Masaż suchy i masaż z użyciem olejku
- Praca z mapą stóp – lokalizacja punktów refleksyjnych
- Ćwiczenia – wykonanie pełnej sesji tajskiego masażu stóp

Masaż balijski:

- historia masażu balijskiego
- rodzaje olejów wykorzystywanych do zabieg
- zasady oraz charakterystyka masażu
- wskazania i przeciwwskazania do masażu

- ergonomia pracy i umiejętne dobranie chwytów
- przygotowanie stanowiska pracy
- praca z ciałem – siła masażu, umiejętne wykorzystanie ciężaru własnego ciała
- metodyka masażu
- ćwiczenia praktyczne masażu

Każdy z kursantów ma do dyspozycji stanowisko do masażu, narzędzia, produkty oraz ćwiczy na modelkach pod okiem instruktora. Uczestnicy wykonują pracę indywidualną.

Czas trwania zajęć teoretycznych - 15 godzin dydaktycznych

Czas trwania zajęć praktycznych - 35 godzin dydaktycznych

Usługa w swojej cenie zawiera koszty walidacji.

Szkolenie skierowane jest zarówno do osób początkujących jak i do kosmetologów , kosmetyczek pragnących poszerzyć swoją ofertę zabiegów.

Metoda walidacji - Egzamin ICVC - test teoretyczny czas trwania 30minut. Po zakończonej usłudze kursant napisze test teoretyczny pod nadzorem podmiotu zewnętrznego.

Każdy z kursantów ma do dyspozycji stół do masażu, narzędzia, produkty niezbędne do wykonania specjalistycznych masażu.

Usługa jest prowadzona w trybie godzin dydaktycznych. 50 godzin dydaktycznych = 37 godzin zegarowych i 30minut

Przerwy nie wliczają się w czas trwania usługi.

W ciągu dnia przewidziana jest przerwa 30 minut.

Po ukończeniu szkolenia uczestnicy kursu otrzymują:

Certyfikat

Certyfikat ICVC

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 17

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 17 Pochodzenie i rodzaje baniek Działanie na układ limfatyczny i mikrokrążenie Wskazania i przeciwwskazania do zabiegów.Rodzaje kamieni bazaltowych i półszlachetnych – jak dobrać odpowiednie kamienie	Marcin Nowaczek	13-03-2026	16:00	18:00	02:00
2 z 17 Przerwa	Marcin Nowaczek	13-03-2026	18:00	18:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 17 Nauka technik masażu bańką chińską i gorącymi kamieniami: od podstaw po zaawansowane sekwencje ruchów Pokaz pełnego protokołu masażu – krok po kroku, od przygotowania kamieni po zakończenie zabiegu	Marcin Nowaczek	13-03-2026	18:15	20:30	02:15
4 z 17 Wprowadzenie do masażu czekoladą gorącą – historia, korzyści i zastosowanie; Składniki czekolady gorącej i ich wpływ na skórę. Wprowadzenie do masażu z użyciem miodu	Marcin Nowaczek	14-03-2026	08:30	11:00	02:30
5 z 17 Zasady i metodologia prowadzenia masażu. Przygotowanie ciała i umysłu do sesji masażu.	Marcin Nowaczek	14-03-2026	11:00	13:00	02:00
6 z 17 Przerwa	Marcin Nowaczek	14-03-2026	13:00	13:30	00:30
7 z 17 Ćwiczenia praktyczne na modelach. Trening z technik masażu na różnych partiach ciała, dostosowanie do indywidualnych potrzeb	Marcin Nowaczek	14-03-2026	13:30	17:30	04:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 17 Geneza tajskiego masażu – wpływy ajurwedy, medycyny chińskiej i buddyzmu. Nauka podstawowych chwytów i technik: Uciskanie kciukami i palcami Masaż dłonią i pięścią Praca kijkiem refleksologicznym	Marcin Nowaczek	15-03-2026	08:30	12:00	03:30
9 z 17 Przerwa	Marcin Nowaczek	15-03-2026	12:00	12:30	00:30
10 z 17 Ćwiczenia – wykonanie pełnej sesji tajskiego masażu stóp. Praca praktyczna na modelach.	Marcin Nowaczek	15-03-2026	12:30	17:30	05:00
11 z 17 Historia masażu balijskiego, rodzaje olejów wykorzystywanych do zabiegu. Zasady oraz charakterystyka masażu. Wskazania i przeciwwskazania do masażu balijskiego	Marzena Madetko-Słowik	21-03-2026	08:30	12:00	03:30
12 z 17 Przerwa	Marzena Madetko-Słowik	21-03-2026	12:00	12:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 17 Ćwiczenia. Ergonomia pracy i umiejętność dobranie chwytów. Przygotowanie stanowiska pracy praca z ciałem – siła masażu, umiejętność wykorzystanie ciężaru własnego ciała	Marzena Madetko-Słowik	21-03-2026	12:30	17:30	05:00
14 z 17 Metodyka masażu. Ćwiczenia praktyczne masażu balijskiego na modelkach.	Marzena Madetko-Słowik	22-03-2026	09:00	12:00	03:00
15 z 17 Przerwa	Marzena Madetko-Słowik	22-03-2026	12:00	12:30	00:30
16 z 17 Ćwiczenia praktyczne masażu balijskiego na modelkach.	Marzena Madetko-Słowik	22-03-2026	12:30	17:00	04:30
17 z 17 Egzamin ICVC- test teoretyczny	Marzena Madetko-Słowik	22-03-2026	17:00	17:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	8 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	8 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	160,00 PLN

Koszt osobogodziny netto	160,00 PLN
W tym koszt walidacji brutto	170,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	170,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	30,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	30,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Marzena Madetko-Słowik

Pani Marzena posiada wieloletnie doświadczenie w branży. Jest fizjoterapeutką, masażystką oraz nauczycielem w technikum masażu . Instruktor masażu leczniczych- klasycznego, sportowego, tensegracyjnego , limfatycznego, segmentarnego, izometrycznego jak również masażu orientalnychbalijskiego, hawajskiego, tajskiego oraz w odnowie biologicznej i kosmetyce - bańką chińską, kamieniami , miodem, przeciwcellulitowego, kosmetycznego, czekoladą. Doświadczenie zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą opublikowania usługi rozwojowej.



2 z 2

Marcin Nowaczek

Mgr. Fizjoterapii na Uniwersytecie Jana Kochanowskiego w Kielcach. Technik masażysta oraz instruktor z zakresu masażu. Posiada wieloletnie doświadczenie w branży. Doświadczenie zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą opublikowania usługi rozwojowej.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają skrypty szkoleniowe.

Informacje dodatkowe

Usługa w swojej cenie zawiera koszty walidacji.

Zwolniony z VAT na podstawie ustawa VAT art. 43 ust. 1 pkt 26a

1 godzina = 45minut

Adres

al. IX Wieków Kielc 8/24

25-516 Kielce

woj. świętokrzyskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Agnieszka Zięba

E-mail agnieszka.zieba@akademia-zdrowia.pl

Telefon (+48) 662 536 086