



Karol Sitarz
Fizjoactiv

★★★★★ 4,7 / 5

1 053 oceny

Masaż tkanek głębokich - Kurs

Numer usługi 2026/01/21/15046/3273190

- 📍 Lublin
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 🕒 60:00 h
- 📅 15.05.2026 do 27.06.2026

2 600,00 PLN brutto

2 600,00 PLN netto

43,33 PLN brutto/h

43,33 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	<ul style="list-style-type: none">• Kurs skierowany jest do fizjoterapeutów, lekarzy oraz do osób już praktykujących lub kształcących się na kierunkach związanych z masażem lub fizjoterapią.• Uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego. Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia.
Minimalna liczba uczestników	12
Maksymalna liczba uczestników	30
Data zakończenia rekrutacji	11-05-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	60
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem kursu jest przygotowanie kursantów do samodzielnej oceny i badania ciała pacjenta, dokonywania diagnostyki naczyniowej, neurologicznej, diagnostyki różnicowej jamy brzusznej, stosowania testów klinicznych i ortopedycznych oraz stosowania technik masażu tkanek głębokich w pracy z pacjentami.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Podaje definicję Masażu Tkanek Głębokich, zasady stosowania, strategię pracy oraz wskazania przeciwwskazania w kontekście diagnozy i terapii.	Wymienia zasady masażu tkanek głębokich.	Test teoretyczny
	Wymienia strategię pracy w MTG.	Test teoretyczny
	Wymienia wskazania i przeciwwskazania do stosowania masażu tkanek głębokich	Test teoretyczny
	Podaje definicję masażu tkanek głębokich	Test teoretyczny
Stosuje techniki pracy z zakresu Masażu Tkanek Głębokich w diagnostyce i terapii	Dokonuje oceny wizualnej ciała (bodyreading)	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Bada całe ciało (screening ciała)	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dokonuje diagnostyki naczyniowej, neurologicznej, diagnostyki różnicowej jamy brzusznej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje testy kliniczne i ortopedyczne	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje palpację struktur poddawanych terapii	Obserwacja w warunkach symulowanych
Współpracuje wewnątrz interdyscyplinarnych zespołów medycznych oraz komunikuje się z pacjentem.	Stosuje specjalistyczne słownictwo przy opisie stanu pacjentów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dobiera sposób przekazywania informacji do możliwości komunikacyjnych pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu:

- Kurs skierowany jest do fizjoterapeutów, lekarzy oraz do osób już praktykujących lub kształcących się na kierunkach związanych z masażem lub fizjoterapią.
- Uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego. Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia.

Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Do dyspozycji wykładowcy jest tablica flipchart. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły, maty, piłki, model szkieletu człowieka, modele anatomiczne stawów i kręgosłupa.

Zajęcia praktyczne odbywają się głównie na stołach rehabilitacyjnych, na jeden stół przypadają 2 osoby. Kursanci wykonują techniki na sobie nawzajem. Każdy uczestnik ma możliwość przećwiczenia każdej z technik. Cały sprzęt wykorzystywany do realizacji szkolenia zapewniony jest przez instytucję. W trakcie trwania szkolenia jest ogólnodostępny dla kursantów.

Czas trwania: 60 godzin dydaktycznych (w zakres godzinowy kursu nie są wliczane przerwy)

Liczba godzin zajęć teoretycznych: 12

Liczba godzin zajęć praktycznych: 47 godzin 30 minut

Walidacja efektów kształcenia: 15 minut

Za jedną godzinę dydaktyczną przyjmuje się 45 minut.

Zakres tematyczny oraz opis treści nauczania:

Część teoretyczna:

- Definicja masażu tkanek głębokich i przedstawienie filozofii koncepcji
- Zasady masażu tkanek głębokich
- Rodzaj chwytów stosowanych w MTG i Kierunek ruchów
- Narzędzia pracy w MTG
- Ergonomia pracy terapeuty
- Sposób myślenia zgodnie z koncepcją MTG i strategię pracy w MTG
- Czytanie ciała i zasady strukturalnej pracy z ciałem
- Plan pracy w serii spotkań terapeutycznych (Plan dla serii 10 i 6 spotkań)

Część praktyczna

- Ocena wizualna ciała (bodyreading)
- Badanie całego ciała (screening ciała)
- Stawianie diagnozy
- Diagnostyka naczyniowa, neurologiczna, diagnostyka różnicowa jamy brzusznej, testy kliniczne i ortopedyczne
- Relacja struktur w taśmach mięśniowo-powięziowych i transmisja napięć w ich obrębie
- Palpacja struktur poddawanych terapii

Na kursie podejmiemy m.in. takie jednostki i dolegliwości jak:

- Skoliozy
- Dysbalans w ustawieniu miednicy (przodo- i tyłopochylenie)
- Hiperlordoza szyjna i lędźwiowa, hiperkifoza piersiowa
- Obniżenie przestrzeni międzykręgowych
- Zaburzenia rytmu oddechowego
- Zaburzenia ruchomości kręgosłupa
- Bóle L-S, rwa kulszowa, pseudo-rwa, lumbago, ostre i przewlekłe bóle kręgosłupa
- Zespół mięśnia gruszkowatego
- Bóle głowy
- Zawroty głowy
- Zaburzenia równowagi
- Relacja potylicy – kość krzyżowa
- Dysbalans w ustawieniu głowy i obręczy barkowej
- Bóle w obrębie obręczy barkowej
- Bóle szyi i karku, kręcz karku
- Klatka piersiowa wdechowa i wydechowa
- Zespół skrzyżowania górnego
- Protrakcyjne ustawienie głowy
- Bóle stawu ramiennego, ograniczenia ruchomości w stawie
- Zespół stożka rotatorów
- Zespół górnego otworu klatki piersiowej,
- Zaburzenia w ruchomości obojczyka
- Problemy pseudo-narządowe, pseudo-kolki jamy brzusznej
- Szumy uszne,
- Bruksizm
- Zaburzenie pracy stawu skroniowo-żuchwowego
- Zespoły bólowe z promieniowaniem do kończyny górnej
- Dysfunkcje przepony i jej wpływ na pozostałe struktury ciała
- Relacje i wpływ struktur mięśniowych na dolegliwości trzewne
- Pozorna nierówność kończyn dolnych
- Bóle kości krzyżowej i ogonowej, stany po urazach kości ogonowej
- Pseudocysta Bakera
- Bóle w obrębie guza kulszowego
- Walidacja efektów kształcenia

Do przeprowadzenia walidacji wykorzystane zostaną metody: obserwacja w warunkach symulowanych (w trakcie trwania kursu) oraz "test teoretyczny" dla części teoretycznej przeprowadzony po zakończeniu części edukacyjnej kursu.

Test rozdany, a po zakończeniu zebrany jest przez osobę z ramienia organizatora na koniec kursu, po zakończeniu części edukacyjnej. Test następnie sprawdzany jest przez walidatora. Próg zdawalności - 80%.

Walidacja umiejętności praktycznych odbywa się w trakcie zajęć praktycznych w trakcie trwania kursu, prowadzona przez walidatora usługi. Walidator nie ingeruje w proces kształcenia. Trener nie ingeruje w proces walidacji, nie podaje instrukcji w czasie trwania oceny przez walidatora, oraz nie koryguje wykonania technik. Próg zdawalności - 80%.

Wyniki walidacji podawane są po usłudze. W harmonogramie uwzględniono czas walidacji na 1 uczestnika.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 38

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>1 z 38 Definicja masażu tkanek głębokich i przedstawienie filozofii koncepcji.</p> <p>Zasady masażu tkanek głębokich.</p> <p>Rodzaj chwytów stosowanych w MTG i Kierunek ruchów</p>	mgr Rafał Uryzaj	15-05-2026	09:00	10:30	01:30
<p>2 z 38 Przerwa</p>	mgr Rafał Uryzaj	15-05-2026	10:30	10:45	00:15
<p>3 z 38 Narzędzia pracy w MTG. Ergonomia pracy terapeuty.</p>	mgr Rafał Uryzaj	15-05-2026	10:45	13:00	02:15
<p>4 z 38 Przerwa</p>	mgr Rafał Uryzaj	15-05-2026	13:00	13:30	00:30
<p>5 z 38 Sposób myślenia zgodnie z koncepcją MTG i strategię pracy w MTG. Czytanie ciała i zasady strukturalnej pracy z ciałem.</p>	mgr Rafał Uryzaj	15-05-2026	13:30	15:45	02:15
<p>6 z 38 Przerwa</p>	mgr Rafał Uryzaj	15-05-2026	15:45	16:00	00:15
<p>7 z 38 Plan pracy w serii spotkań terapeutycznych (Plan dla serii 10 i 6 spotkań). Ocena wizualna ciała (bodyreading).</p>	mgr Rafał Uryzaj	15-05-2026	16:00	18:00	02:00
<p>8 z 38 Badanie całego ciała (screening ciała). Stawianie diagnozy.</p>	mgr Rafał Uryzaj	16-05-2026	08:30	10:30	02:00
<p>9 z 38 Przerwa</p>	mgr Rafał Uryzaj	16-05-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 38 Diagnostyka naczyniowa, neurologiczna, diagnostyka różnicowa jamy brzusznej, testy kliniczne i ortopedyczne.	mgr Rafał Uryzaj	16-05-2026	10:45	13:00	02:15
11 z 38 Przerwa	mgr Rafał Uryzaj	16-05-2026	13:00	13:30	00:30
12 z 38 Relacja struktur w taśmach mięśniowo-powięziowych i transmisja napięć w ich obrębie. Palpacja struktur poddawanych terapii.	mgr Rafał Uryzaj	16-05-2026	13:30	15:45	02:15
13 z 38 Przerwa	mgr Rafał Uryzaj	16-05-2026	15:45	16:00	00:15
14 z 38 Skoliozy. Dysbalans w ustawieniu miednicy (przodo- i tyłopochylenie)	mgr Rafał Uryzaj	16-05-2026	16:00	18:00	02:00
15 z 38 Hiperlordoza szyjna i lędźwiowa, hiperkifoza piersiowa. Obniżenie przestrzeni międzykręgowych.	mgr Rafał Uryzaj	17-05-2026	08:30	10:30	02:00
16 z 38 Przerwa	mgr Rafał Uryzaj	17-05-2026	10:30	10:45	00:15
17 z 38 Zaburzenia rytmu oddechowego. Zaburzenia ruchomości kręgosłupa	mgr Rafał Uryzaj	17-05-2026	10:45	12:30	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 38 Przerwa	mgr Rafał Uryzaj	17-05-2026	12:30	13:00	00:30
19 z 38 Bóle L-S, rwa kulszowa, pseudo-rwa, lumbago, ostre i przewlekłe bóle kręgosłupa. Zespół mięśnia gruszkowatego.	mgr Rafał Uryzaj	17-05-2026	13:00	16:30	03:30
20 z 38 Bóle głowy. Zawroty głowy. Zaburzenia równowagi.	mgr Rafał Uryzaj	25-06-2026	09:00	10:30	01:30
21 z 38 Przerwa	mgr Rafał Uryzaj	25-06-2026	10:30	10:45	00:15
22 z 38 Relacja potylicy – kość krzyżowa. Dysbalans w ustawieniu głowy i obręczy barkowej.	mgr Rafał Uryzaj	25-06-2026	10:45	13:00	02:15
23 z 38 Przerwa	mgr Rafał Uryzaj	25-06-2026	13:00	13:30	00:30
24 z 38 Bóle w obrębie obręczy barkowej. Bóle szyi i karku, kręcz karku.	mgr Rafał Uryzaj	25-06-2026	13:30	15:45	02:15
25 z 38 Przerwa	mgr Rafał Uryzaj	25-06-2026	15:45	16:00	00:15
26 z 38 Klatka piersiowa wdechowa i wydechowa. Zespół skrzyżowania górnego.	mgr Rafał Uryzaj	25-06-2026	16:00	18:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
27 z 38 Protrakcyjne ustawienie głowy. Bóle stawu ramiennego, ograniczenia ruchomości w stawie.	mgr Rafał Uryzaj	26-06-2026	08:30	10:30	02:00
28 z 38 Przerwa	mgr Rafał Uryzaj	26-06-2026	10:30	10:45	00:15
29 z 38 Zespół stożka rotatorów. Zespół górnego otworu klatki piersiowej. Zaburzenia w ruchomości obojczyka.	mgr Rafał Uryzaj	26-06-2026	10:45	13:00	02:15
30 z 38 Przerwa	mgr Rafał Uryzaj	26-06-2026	13:00	13:30	00:30
31 z 38 Problemy pseudo-narządowe, pseudo-kolki jamy brzusznej. Szumy uszne, Bruksizm.	mgr Rafał Uryzaj	26-06-2026	13:30	15:45	02:15
32 z 38 Przerwa	mgr Rafał Uryzaj	26-06-2026	15:45	16:00	00:15
33 z 38 Zaburzenie pracy stawu skroniowo-żuchwowego. Zespoły bólowe z promieniowaniem do kończyny górnej.	mgr Rafał Uryzaj	26-06-2026	16:00	18:00	02:00
34 z 38 Dysfunkcje przepony i jej wpływ na pozostałe struktury ciała. Relacje i wpływ struktur mięśniowych na dolegliwości trzewne.	mgr Rafał Uryzaj	27-06-2026	08:30	10:30	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
35 z 38 Przerwa	mgr Rafał Uryzaj	27-06-2026	10:30	10:45	00:15
36 z 38 Pozorna nierówność kończyn dolnych. Bóle kości krzyżowej i ogonowej, stany po urazach kości ogonowej.	mgr Rafał Uryzaj	27-06-2026	10:45	12:15	01:30
37 z 38 Pseudocysta Bakera. Bóle w obrębie guza kulszowego.	mgr Rafał Uryzaj	27-06-2026	12:15	13:15	01:00
38 z 38 Walidacja efektów kształcenia - test teoretyczny i weryfikacja wyników obserwacji w warunkach symulowanych.	-	27-06-2026	13:15	13:30	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 600,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	43,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	43,33 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1

1 z 1



mgr Rafał Uryzaj

Fizjoterapeuta z ponad 15-letnim doświadczeniem. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu na kierunku fizjoterapia. Założyciel i dyrektor Centrum Szkoleniowego Rafała Uryzaja oraz Roczego Studium Terapii Tkanek Miękkich. Autor badań naukowych oraz publikacji z zakresu masażu tkanek głębokich. Członek Krajowej Izby Fizjoterapii (KIF), Członek Klubu „Ludzie Masażu”. Głównym nurtem zainteresowań jest osteopatia, praca strukturalna i integracja całego ciała w celu jego balansowania i maksymalnego zharmonizowania. Mówi o sobie, że jako osoba stale żądna wiedzy oprócz przekazywania jej od 2008 roku w centrum szkoleniowym, stale szkoli się i podnosi swoje kwalifikacje aby być lepszym terapeutą, nauczycielem i człowiekiem.

* Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy z uczestników otrzymuje skrypt z opisem technik prezentowanych na zajęciach. W skrypcie kursanci mogą także umieszczać własne notatki. Każdy z uczestników otrzymuje także długopis i notatnik.

Warunki uczestnictwa

Przed zapisem na kurs prosimy o kontakt z organizatorem w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.

W celu dokonania zgłoszenia na kurs należy przesłać na adres mailowy formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie <http://www.fizjoactiv.pl/>

Po potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.

- Wymagana obecność na minimum 80% zajęć edukacyjnych.
- Poziom zdawalności dla walidacji testem teoretycznym: 80%
- Poziom zdawalności dla walidacji obserwacji w warunkach symulowanych: 80%

Kurs skierowany jest do fizjoterapeutów, lekarzy oraz do osób już praktykujących lub kształcących się na kierunkach związanych z masażem lub fizjoterapią. Uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego. Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia.

Adres

ul. Krochmalna 3
20-401 Lublin
woj. lubelskie

Pomieszczenia, w których odbędą się zajęcia mieszczą się przy ul. Krochmalna 3 w Lublinie. Pomieszczenie wyposażone jest w projektor multimedialny, stoły i sprzęt rehabilitacyjny, krzesła. Uczestnicy będą mieli do swojej dyspozycji szatnię na pozostawienie odzieży wierzchniej.

Wejście do budynku od strony ul. Kawiej.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



Karol Sitarz

E-mail ksfizjoactiv@gmail.com

Telefon (+48) 501 078 971