



Agencja Kontakt
Iwona Kozak

★★★★★ 4,7 / 5

275 ocen

Szkolenie: Kurs Terapii Bańką ogniową

Numer usługi 2026/01/21/47500/3273501

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 7 h

📅 05.02.2026 do 05.02.2026

1 200,00 PLN brutto

1 200,00 PLN netto

171,43 PLN brutto/h

171,43 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Grupa docelowa usługi – Kurs bańka ogniowa

Usługa szkoleniowa skierowana jest do osób dorosłych, które chcą zdobyć lub poszerzyć kompetencje zawodowe w zakresie terapii naturalnych i uzupełniających, w szczególności baniek ogniowych.

Grupę docelową stanowią:

- kosmetolodzy i kosmetyczki
- masażyści i terapeuci manualni
- fizjoterapeuci
- podolodzy
- terapeuci medycyny naturalnej i holistycznej
- osoby pracujące w gabinetach kosmetycznych, fizjoterapeutycznych, rehabilitacyjnych i wellness
- osoby planujące otwarcie własnej działalności w branży beauty, zdrowia lub terapii naturalnych
- osoby chcące przekwalifikować się lub podnieść kwalifikacje zawodowe
- osoby zainteresowane wprowadzeniem baniek chińskich jako nowej usługi do swojej oferty zawodowej

Szkolenie przeznaczone jest zarówno dla:

- osób początkujących (bez wcześniejszego doświadczenia),
- jak i osób z doświadczeniem zawodowym, które chcą rozszerzyć zakres oferowanych usług.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

04-02-2026

Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	7
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usług Szkoleniowo-Rozwojowych SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem edukacyjnym jest zdobycie wiedzy teoretycznej dotyczącej podstaw kosmetologii, podstaw prawnych wykonywania zabiegów objętych programem z zachowaniem prawidłowej systematyki zabiegowej, poznania uwarunkowań prawnych, specyfiki podczas wykonywania zabiegów. Szkolenia przygotowują do samodzielnego wykonywania usług objętych programem kształcenia.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Organizuje stanowisko pracy do wykonania zabiegów	Przestrzega zasad BHP oraz stosuje środki ochrony osobistej.	Wywiad swobodny
	Prawidłowo przygotowuje i dezynfekuje stanowisko pracy.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Zapewnia aseptyczne warunki wykonywania zabiegu.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Posiada wiedzę teoretyczną z zakresu zasad wykonywania zabiegów oraz wskazań i przeciwwskazań.	Wyjaśnia podstawy teoretyczne związane z wykonywanym zabiegiem.	Wywiad swobodny
	Rozpoznaje wskazania i przeciwwskazania do zabiegu.	Wywiad swobodny
	Omawia zasady bezpieczeństwa pracy i ochrony klienta.	Wywiad swobodny
	Prawidłowo przeprowadza analizę stanu skóry lub obszaru zabiegowego.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Dobiera metodę oraz parametry zabiegu do indywidualnych potrzeb klienta.	Wywiad ustrukturyzowany
Analizuje potrzeby klienta oraz dobiera odpowiednią metodę i parametry zabiegowe.	Uwzględnia możliwe reakcje skóry i bezpieczeństwo zabiegu.	Wywiad swobodny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje zabieg zgodnie z procedurą oraz udziela zaleceń pozabiegowych.	Wykonuje zabieg zgodnie z obowiązującą procedurą i zasadami bezpieczeństwa.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Monitoruje reakcję klienta w trakcie i po zabiegu.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Przekazuje klientowi prawidłowe zalecenia pozabiegowe oraz prowadzi dokumentację.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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

Opis

Terapia bańką ogniową to naturalna metoda terapeutyczna wywodząca się z Tradycyjnej Medycyny Chińskiej (TCM), która od wieków pomaga w leczeniu różnych dolegliwości. Polega na przykładaniu specjalnych szklanych baniek do skóry przy użyciu podciśnienia wytworzonego przez ogień.

Część teoretyczna

- **Historia i filozofia terapii bańkami**Pochodzenie metody i jej rozwój na przestrzeni wieków.
- Znaczenie terapii bańką w Tradycyjnej Medycynie Chińskiej (TCM).
- **Mechanizm działania terapii bańką ogniową**Jak działa podciśnienie wytworzone przez ogień na ciało.
- Wpływ terapii na układ krążenia, limfatyczny i odpornościowy.
- Proces oczyszczania organizmu z toksyn i poprawa przepływu energii Qi.
- **Wskazania i przeciwwskazania**Zastosowanie terapii w leczeniu bólu mięśni, przeziębień, problemów oddechowych czy napięć emocjonalnych.

- Przeciwwskazania: np. choroby skóry, ciąża, osłabienie organizmu.
- **Rodzaje baniek i ich zastosowanie**Bańki szklane (ogniowe) i ich unikalne właściwości.
- Różnice między bańkami ogniowymi a bezogniowymi – zalety i ograniczenia.
- **Bezpieczeństwo i higiena pracy**Zasady obchodzenia się z ogniem i bańkami.
- Jak unikać oparzeń i innych ryzyk związanych z terapią.

Część praktyczna

- • • • **Technika wytwarzania podciśnienia**Nauka użycia ognia do stworzenia podciśnienia w bańkach.
 - Bezpieczne manipulowanie płomieniem i kontrolowanie temperatury.
- **Aplikacja baniek na ciało**Prawidłowe rozmieszczenie baniek w zależności od problemu pacjenta.
 - Zastosowanie statycznej terapii (baniek w jednym miejscu) i dynamicznej (przesuwanie bańki po ciele).
- **Protokoły terapeutyczne**Schematy terapii dostosowane do konkretnych dolegliwości (np. bóle pleców, przeziębienia, stres).
 - Jak dobierać liczbę baniek i czas zabiegu w zależności od stanu pacjenta.
- **Ćwiczenia praktyczne na modelach**Praca na modelach i nauka oceny reakcji skóry pacjenta na terapię.
 - Rozpoznawanie odpowiedzi organizmu na zabieg (np. zaczerwienienie, odczyn próżniowy).
- **Rozwiązywanie problemów w praktyce**Jak radzić sobie z trudnościami, np. upuszczanie baniek, niewłaściwe podciśnienie.
 - Odpowiedzi na pytania i praktyczne wskazówki od instruktora.
- **Zakończenie terapii i opieka po zabiegu**Zasady usuwania baniek bezpiecznie i komfortowo dla pacjenta.
 - Porady dotyczące regeneracji po zabiegu i wspomagania efektów terapii.

Połączenie teorii TCM z intensywną praktyką

Cel szkolenia:

Nauka skutecznego i bezpiecznego stosowania baniek ogniowych szklanych w terapii:

- bólu,
- napięcia mięśniowego,
- przeziębień i grypy,
- zaburzeń energetycznych (stagnacja Qi, zimno, wilgoć),

zgodnie z zasadami TCM.

PROGRAM SZKOLENIA:

1. Wprowadzenie do medycyny chińskiej i roli baniek:

- * Koncepcja Qi (energii życiowej), krwi (Xue) i meridianów
- * Przepływ energii – co go blokuje? (zimno, wiatr, wilgoć, stagnacja)
- * Rola baniek jako narzędzia do usuwania patogenów z powierzchni ciała (Biao)
- * Czym różni się terapia bańkami od klasycznego masażu?
- * Bańki jako forma zabiegu odblokowującego, detoksykującego i rozpraszającego zastój

2. Rodzaje baniek i ich zastosowanie:

- * Bańki ogniowe (szklane) – budowa, zasada działania, kiedy stosować
- * Bańki próżniowe (plastikowe) – różnice terapeutyczne
- * Kiedy wybrać ogień, a kiedy nie? – wskazania wg TCM
- * Rodzaje baniek: lecznicze, relaksacyjne, diagnostyczne

3. Diagnostyka energetyczna TCM:

- * Jak rozpoznać, czy dolegliwość pochodzi z zimna, wilgoci czy zastoju Qi?
- * Wprowadzenie do 8 zasad diagnostycznych (wewnętrzne/zewnętrzne, zimno/gorąco, niedobór/nadmiar, yin/yang)

* Przegląd najczęstszych wzorców patologii:

- Zimno w meridianach (ból pleców, karku),
- Wilgoć w organizmie (sztywność, obrzęki),
- Stagnacja wątroby (emocje, napięcia mięśniowe),
- Przepętnienie gorąca (stany zapalne)

* Język i puls jako narzędzie doboru terapii bańkami

4. Techniki pracy z bańkami:

* Tradycyjna technika ogniowa krok po kroku (bezpieczne użycie ognia)

* Sposoby nakładania baniek:

- statyczna (punktowa)
- dynamiczna (masaże bańką)
- „postaw i przesun” (technika rozpraszająca Qi i krew)
- szybkie stawianie i ściąganie – na rozgrzanie, odblokowanie

* Intensywność i czas trzymania baniek – jak dostosować do pacjenta

5. Praca z meridianami i narządami Zang-Fu:

* Przegląd głównych meridianów: Bladder (Pęcherz Moczowy), Du Mai (meridian zarządzający), Stomach, Gallbladder

* Gdzie najczęściej stawia się bańki i dlaczego?

- Plecy: Du Mai + meridiany pęcherza – działanie ogólne, immunologiczne
- Kark i szyja – wiatr i napięcia mięśniowe
- Lędźwie i nerki – zimno w nerkach, bóle menstruacyjne
- Brzuch – stagnacja, wzdęcia, emocje (np. Śledziona i Wątroba)

* Równoważenie emocji za pomocą bańki (np. żal, gniew, lęk)

6. Wskazania i przeciwwskazania:

* Dolegliwości, w których bańki działają skutecznie:

- bóle kręgosłupa, napięcia karku, rwa kulszowa
- infekcje dróg oddechowych, przeziębienia, kaszel
- cellulit i problemy z krążeniem
- stres, napięcie psychiczne, przemęczenie

* Przeciwwskazania bezwzględne i względne

* Ryzyko poparzeń i zasinień – jak ich unikać?

* Reakcje pozabiegowe – co jest normalne, a co nie?

7. Elementy terapii wspierającej:

* Moksoterapia (ogrzewanie punktów) jako uzupełnienie

* Gua Sha – masaż punktów akupunkturalnych

* Zioła i dieta w walce z wilgocią i zimnem wg TCM

* Styl życia zgodny z zasadą Yin-Yang – jak edukować pacjenta?

Część praktyczna:

- * Nauka rozpalania ognia i bezpiecznej aplikacji
- * Pracana modelkach stawianie baniek na plecach, karku, kończynach
- * Masaż bańką ogniową – demonstracja i ćwiczenia
- * Dobór techniki do wzorca TCM
- * Tworzenie schematów terapeutycznych

Każdy uczestnik otrzymuje:

- * Skrypt szkoleniowy
- * Plansze z meridianami i punktami do stawiania baniek
- * Wzory kart klienta, zgód i zaleceń
- * Certyfikat ukończenia szkolenia
- * Lista polecanych materiałów i akcesoriów

Po szkoleniu będziesz potrafić:

Samodzielnie i bezpiecznie stosować bańki ogniowe

Dobierać technikę i miejsca aplikacji wg TCM

Rozpoznawać wzorce zimna, wilgoci i stagnacji Qi

Łączyć bańki z innymi metodami terapeutycznymi

Prowadzić skuteczną terapię naturalną bólu, przeziębień, napięć, cellulitu i wielu innych dolegliwości

Można ustalić indywidualny tryb szkolenie np:

stres, niepokój, bezsenność, gniew

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 6

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 6 Terapia bańką ogniową	Iwona Kozak	05-02-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 6 Przerwa	Iwona Kozak	05-02-2026	11:00	11:05	00:05
3 z 6 Terapia bańką ogniową	Iwona Kozak	05-02-2026	11:05	13:00	01:55
4 z 6 Przerwa	Iwona Kozak	05-02-2026	13:00	13:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 6 Terapia bańką ogniową	Iwona Kozak	05-02-2026	13:15	15:30	02:15
6 z 6 Walidacja	-	05-02-2026	15:30	16:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	171,43 PLN
Koszt osobogodziny netto	171,43 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Iwona Kozak

Iwona Kozak w Instytucie pracuje jako trener zabiegów w zakresie kosmetyki.

Od 1999r. czynnie pracuje jako szkoleniowiec z zakresu kosmetyki i kosmetyki.

Doświadczony szkoleniowiec z zakresu wszystkich aparatów stosowanych w kosmetyce i medycynie estetycznej. Osoba z ogromną wiedzą, pasją i ambicjami.

Każde szkolenie realizuje z zaangażowaniem dbając o jego jakość i zadowolenie klienta. Odebrała liczne szkolenia w Polsce i za granicą w Promotalii, Genyal, Kes, Adss, EndyMed. Praca sprawia jej dużą satysfakcję. Stale podnosi swoje kwalifikacje i interesuje się nowościami w branży kosmetycznej

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypty szkoleniowe, notatnik, długopis, materiały jednorazowe do wykonania zabiegu oraz wszystkie niezbędne produkty i narzędzia do części praktycznej

W przypadku otrzymania dofinansowania na poziomie co najmniej 70% szkolenie będzie zwolnione z podatku VAT na podstawie par. 3. ust. 1 pkt 14 Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień.

W przypadku szkoleń, które nie są dofinansowane na poziomie minimum 70% to ceny netto należy doliczyć 23% podatku VAT..

Adres

ul. Komuny Paryskiej 39-41/5
50-451 Wrocław
woj. dolnośląskie

Centrum szkoleniowe, które posiadamy mieści się przy jednej z głównych ulic w centrum Wrocławia. Przed lokalem jest parking, mieszczą się przystanki autobusowe i tramwajowe. Wejście do lokalu jest bezpośrednio od ulicy. Lokal umiejscowiony jest frontem do chodnika, posiada ogromne, oklejone witryny, aby klient mógł nas łatwo znaleźć. Lokal posiada 2 poziomy. Wielkość lokalu to ok. 150m². Dysponujemy częścią szkoleniową i częścią socjalną. Posiadamy 4 sale szkoleniowe i odrębne pomieszczenie w stylu salonu, w którym kursantki mogą odpocząć. W pomieszczeniu tym najczęściej wystawiamy catering (kawa, herbata, woda, ciastka). Pomieszczenie jest wyposażone w ogromną kanapę i wygodne stoliki. Wnętrze ma otwierane okna i jest wyposażone w klimatyzację.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Iwona Kozak

E-mail szkolenia@kontakt.pl

Telefon (+48) 884 787 526