

DILIGENT

Diligent Szymon
Mrózek

★★★★★ 5,0 / 5

40 ocen

**Mistrzowski Lifting KATACHI oraz Masaż
Transbukalny - szkolenie z masażu w
nurcie zielonych kompetencji wraz z
elementami cyfryzacji**

Numer usługi 2026/01/31/175328/3298137

📍 Bielsko-Biała / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 16.03.2026 do 17.03.2026

4 900,00 PLN brutto

4 900,00 PLN netto

306,25 PLN brutto/h

306,25 PLN netto/h

437,50 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie przeznaczone jest dla osób fizycznych. Początkujących, jak i aktywnie działających, kosmetologów, kosmetyczek, fizjoterapeutów, masażystów, pracowników SPA oraz wszystkich zainteresowanych tematyką masaży. Poziom podstawowy, nie wymagane są dokumenty potwierdzające kompetencje. Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu MP i/lub dla Uczestników Projektu NSE;

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

15-03-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

16

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 mistrzowskiego liftingu Katachi oraz tapingu estetycznego z uwzględnieniem zielonych kompetencji. Uczestnik będzie wykonywał dokumentację cyfrową. Dodatkowo uczestnicy zdobędą kwalifikację masażysty z elementami zrównoważonego rozwoju, rozumianego jako wiedza i

umiejętności z zakresu doboru ekologicznych kosmetyków w gabinecie i ograniczenia negatywnego wpływu prowadzenia gabinetu. Szkolenie łączy wiedzę teoretyczną z praktyką.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

| Efekty uczenia się | Kryteria weryfikacji | Metoda walidacji |
|--|---|--------------------------------------|
| Moduł 1 uczestnik charakteryzuje filozofię i założenia techniki Katachi, opisuje anatomię i zasady bezpiecznego wykonania masażu z uwzględnieniem właściwego przygotowania gabinetu z poszanowaniem nurtu ekologii | opisuje anatomię i biomechanikę mięśni mimicznych | Test teoretyczny |
| | wymienia zasady bezpieczeństwa w pracy manualnej na twarzy dających poczucie holistycznej opieku | Test teoretyczny |
| | analizuje strukturę mięśni twarzy w kontekście liftingu naturalnego wykonując dokumentację cyfrową | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Moduł 2 uczestnik rozróżnia etapy przygotowania do zabiegu, wyjaśnia znaczenie prawidłowej postawy terapeuty i komunikacji z klientem dla maksymalnego poczucia harmonii | demonstruje poprawne ustawienie ciała w trakcie pracy | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| | prowadzi wstępny wywiad i formułuje przeciwwskazania, wykonuje dokumentację cyfrową i właściwie ją zapisuje | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| | stosuje zasady etycznej komunikacji i empatii wobec klienta | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Moduł 3: Techniki masażu KATACHI uczestnik opisuje kierunki pracy w obrębie żuchwy i bródki, opisuje wpływ napięć mięśni żwacza na owal twarzy prawidłowo wykonuje masaż korzystając z ekologicznych kosmetyków Moduł 4: Techniki masażu KATACHI uczestnik omawia budowę mięśni jarzmowych i ich znaczenie w mimice, rozpoznaje przyczyny asymetrii w obrębie policzków prawidłowo wykonuje masaż minimalizując zużycie środków kosmetycznych | prawidłowo wykonuje techniki liftingujące dolną część twarzy | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| | dobiera siłę nacisku do typu skóry i napięcia mięśni | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| | utrzymuje koncentrację i spokój podczas pracy manualnej | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| | wykonuje techniki rozluźniania i unoszenia środkowej części twarzy | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| | stosuje odpowiednie tempo i kierunek ruchu | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| | utrzymuje kontakt z klientem i reaguje na jego sygnały napięcia | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |

| Efekty uczenia się | Kryteria weryfikacji | Metoda walidacji |
|--|---|---|
| <p>Moduł 5: Techniki masażu KATACHI</p> <p>uczestnik wymienia mięśnie odpowiedzialne za zmarszczki mimiczne,</p> <p>opisuje wpływ napięcia czoła na mimikę i wyraz twarzy</p> <p>prawidłowo wykonuje masaż minimalizując zużycie energii elektrycznej przez zastosowanie naturalnych źródeł światła</p> | <p>opracowuje czoło, skronie i okolice oczu w sposób liftingujący</p> | <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> |
| | <p>koordynuje rytm i nacisk dla harmonizacji całej twarzy</p> | <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> |
| | <p>zachowuje uważność i precyzję w pracy wrażliwych obszarów</p> | <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> |
| <p>Moduł 6: Całościowa procedura masażu KATACHI</p> <p>uczestnik wykonuje strukturę pełnego rytuału Katachi,</p> <p>rozdziela etapy zabiegu i ich znaczenie terapeutyczne</p> | <p>łączy poszczególne techniki w płynną sekwencję</p> | <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> |
| | <p>analizuje efekty wizualne i napięcia mięśniowe po sesji, wykonując ponownie dokumentację cyfrową oraz zestawiając stan początkowy z analizą stanu PO zabiegu</p> | <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> |
| | <p>samodzielnie planuje przebieg zabiegu</p> | <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> |
| <p>Moduł 7: Pogłębienie pracy w technice KATACHI</p> <p>uczestnik wykonuje zaawansowane techniki liftingujące,</p> <p>analizuje przyczyny asymetrii mięśni twarzy</p> <p>minimalizuje odpady powstające w trakcie masażu</p> | <p>wykonuje pogłębione ruchy liftingujące i modelujące</p> | <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> |
| | <p>modyfikuje technikę w zależności od typu skóry i napięcia</p> | <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> |
| | <p>przyjmuje postawę otwartą na indywidualne potrzeby klienta</p> | <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> |
| <p>Moduł 8: Wprowadzenie do masażu transbukalnego</p> <p>uczestnik opisuje anatomię jamy ustnej i mięśni żwaczy,</p> <p>opisuje zasady aseptyki i bezpieczeństwa z jednoczesnym minimalizowaniem odpadów</p> | <p>przygotowuje stanowisko i klienta do pracy wewnątrz jamy ustnej, wykonuje dokumentację cyfrową</p> | <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> |
| | <p>prezentuje anatomię twarzy w kontekście masażu transbukalnego</p> | <p>Test teoretyczny</p> |

| Efekty uczenia się | Kryteria weryfikacji | Metoda walidacji |
|--|--|--------------------------------------|
| Moduł 9: Technika masażu transbukalnego – część praktyczna | wykonuje masaż transbukalny policzków, żwaczy i okolic ust | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| uczestnik rozpoznaje struktury anatomiczne dostępne od strony jamy ustnej, | koordynuje siłę nacisku i rytm pracy wewnątrz jamy ustnej | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| opisuje reakcje tkanek na ucisk wewnętrzny | utrzymuje komunikację z klientem w celu zapewnienia komfortu | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| Moduł 10: Integracja technik – KATACHI + Transbukalny | łączy Katachi i masaż transbukalny w jedną procedurę | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| uczestnik wyjaśnia kolejność i logikę łączenia technik, | | |
| wykorzystuje synergiczne działanie masażu zewnętrznego i wewnętrznego, jako naturalnej metody redukcji napięć, bez konieczności korzystania z urządzeń elektrycznych | dostosowuje czas, rytm i nacisk do potrzeb klienta | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |

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 | uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa |
| Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację | Fundacja My Personality Skills |
| Nazwa Podmiotu certyfikującego | Fundacja My Personality Skills |

Program

Program szkolenia

Dzień 1 – Mistrzowski Lifting KATACHI

Moduł 1: Wprowadzenie do techniki KATACHI (1 godzina) teoria

- omówienie filozofii metody i zasad działania,
- anatomia i biomechanika mięśni mimicznych twarzy,
- zasady bezpieczeństwa pracy manualnej na twarzy.

Moduł 2: Przygotowanie terapeuty i klienta (30 minut) praktyka

- obserwacja, wywiad, przeciwwskazania, dokumentacja cyfrowa
- ustawienie ciała terapeuty – praca bez przeciążeń,
- rytuał wstępny – techniki oddechowe i rozluźniające.

Moduł 3: Techniki masażu KATACHI – część dolna twarzy (2 godziny) praktyka

- opracowanie żuchwy, bródki i okolicy ust,
- techniki liftingujące i modelujące owal twarzy,
- kierunki pracy i nacisku.

Moduł 4: Techniki masażu KATACHI – część środkowa twarzy (1 godzina 45 minut) praktyka

- praca w obrębie policzków i skrzydeł nosa,
- uwalnianie napięć w mięśniu jarzmowym i okolicach ust,
- harmonizacja prawej i lewej strony twarzy.

Moduł 5: Techniki masażu KATACHI – część górna twarzy (1 godzina) praktyka

- praca z czołem, mięśniem okrężnym oka i skroniami,
- wygładzanie zmarszczek mimicznych,
- budowanie liftingu naturalnego w całym obszarze twarzy.

Moduł 6: Całościowa procedura masażu KATACHI (1 godzina) praktyka

- łączenie poszczególnych etapów w rytuał,
- dostosowanie siły, tempa i rytmu do potrzeb klienta,
- analiza efektów i omówienie błędów, dokumentacja cyfrowa, zestawienie efektów ze stanem początkowym

Dzień 2 – Katachi w praktyce + Masaż Transbukalny

Moduł 7: Pogłębienie pracy w technice KATACHI (1 godzina) praktyka

- zaawansowane techniki liftingujące,
- praca na asymetriach twarzy,
- techniki głębszego opracowania mięśni.

Moduł 8: Wprowadzenie do masażu transbukalnego (1 godzina) teoria

- zasady higieny i bezpieczeństwa,
- anatomia mięśni wewnętrznych jamy ustnej,
- przygotowanie stanowiska i klienta, dokumentacja cyfrowa

Moduł 9: Technika masażu transbukalnego – część praktyczna (2 godziny 15 minut) praktyka

- praca wewnątrz jamy ustnej: policzki, okolice ust, żwacze,
- rozluźnianie głębokich napięć i modelowanie owalu,
- praca z emocjami utrwalonymi w mięśniach twarzy.

Moduł 10: Integracja technik – KATACHI + Transbukalny (2 godziny) praktyka

- łączenie obu metod w jedną procedurę,
- kolejność, rytm i proporcje pracy,
- omówienie efektów i indywidualizacja zabiegu, analiza dokumentacji cyfrowej, zestawianie stanu początkowego z efektami po zabiegu

egzamin (1 godzina)

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

| Przedmiot / temat zajęć | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| Brak wyników. | | | | | |

Cennik

Cennik

| Rodzaj ceny | Cena |
|---|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 4 900,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto | 4 900,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto | 306,25 PLN |
| Koszt osobogodziny netto | 306,25 PLN |
| W tym koszt walidacji brutto | 90,00 PLN |
| W tym koszt walidacji netto | 90,00 PLN |
| W tym koszt certyfikowania brutto | 150,00 PLN |
| W tym koszt certyfikowania netto | 150,00 PLN |

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Monika Skalska

Monika Skalska to doświadczony i pełen pasji trener z imponującym, 20-letnim stażem w dziedzinie terapii manualnych. Specjalizuje się w autorskich metodach masażu twarzy i ciała w tym głównie KOBIDO MS i FaceLifting MS oraz neuromasaż. Jej podejście bazuje na bezinwazyjnych, naturalnych technikach, które przynoszą spektakularne efekty w poprawie kondycji skóry, relaksacji mięśni, stymulacji układu limfatycznego i krwionośnego, a także redukcji stresu i oznak zmęczenia. Monika Skalska jest nie tylko praktykiem, ale również wybitnym pedagogiem, który z ogromnym

zaangażowaniem dzieli się swoją wiedzą i umiejętnościami. Ukończyła szkolenie z zakresu zielonych kompetencji, które pozwoliło poszerzyć wiedzę na temat zrównoważonego rozwoju, ochrony środowiska oraz ekologicznych praktyk w życiu codziennym i pracy zawodowej. Jej filozofia pracy to nieustanne doskonalenie i poszukiwanie nowych rozwiązań. Regularnie uczestniczy w kursach i szkoleniach, w ciągu ostatnich 5 lat podnosiła swoje kompetencje i kwalifikacje.

Monika Skalska to uznany specjalista w dziedzinie terapii manualnych, z szerokim zakresem kompetencji obejmujących m.in.:

Japońskie techniki masażu Kobido MS

Facelifting MS Manual Therapy (terapia autorska)

Neuromasaż z elementami refleksologii (terapia autorska)

Masaż transbukalny

Drenaż limfatyczny

Mezoterapia mikroigłowa

Masaż bańkami

Techniki relaksacyjne na ciało

Refleksologia twarzy, głowy, dłoni i stóp

Pinezkowanie twarzy

Masaż gorącymi kamieniami

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Informacje dodatkowe:

- przerwy wliczone są w czas trwania kursu
- 1H 30 MIN PRZERWA
- 2H TEORII
- 11H 30 min PRAKTYKA
- 1 godzina EGZAMIN
- po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej uczestnik otrzymuje certyfikat
- każdy uczestnik otrzymuje skrypty szkoleniowe
- uczestnicy mają do dyspozycji kompleksowo wyposażone stanowisko
- organizator zapewnia modelki do masażu lub uczestnicy pracują na sobie wzajemnie
- jedna godzina zajęć równa jest godzinie zegarowej
- każdy z uczestników otrzymuje skrypt w postaci drukowanej
- przed zapisem na szkolenie prosimy o kontakt z organizatorem, aby zweryfikować dostępność terminu
- aby wypełnić zgłoszenie prosimy o kontakt mailowy: instytutskalska@gmail.com

Podstawa zwolnienia z VAT

Rozporządzenie Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. paragraf 3 ust 1 pkt.14. Zwalnia się od podatku usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego, finansowane w co najmniej 70 % ze środków publicznych oraz świadczenie usług i dostawę towarów ściśle z tymi usługami związane.

Adres

Bielsko-Biała 5/3

43-300 Bielsko-Biała

woj. śląskie

budynek z windą

dostępne wifi

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Szymon Mrózek

E-mail instytutkalska@gmail.com

Telefon (+48) 602 626 662