



DAY SPA Aleksandra Mazur

Brak ocen dla tego dostawcy

Japoński Lifting Twarzy i Kinezjotaping Estetyczny – Kurs Zaawansowany

Numer usługi 2026/02/04/207353/3308669

- 📍 Bydgoszcz / stacjonarna
- 🏠 Usługa o charakterze zawodowym
- 🕒 16 h
- 📅 04.05.2026 do 05.05.2026

3 800,00 PLN brutto
3 800,00 PLN netto
237,50 PLN brutto/h
237,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Usługa szkoleniowa skierowana jest do przedstawicieli branży Beauty, Wellness oraz medycznej, a także osób planujących przekwalifikowanie zawodowe, w szczególności do:

- **Specjalistów pracujących z twarzą i ciałem:** Kosmetologów, techników usług kosmetycznych, masażyistów, fizjoterapeutów oraz naturopatów pragnących rozszerzyć swoje kompetencje o zaawansowane techniki manualne.
- **Pracowników sektora SPA & Wellness:** Terapeutów SPA szukających unikalnych, holistycznych rytuałów podnoszących prestiż oferty hotelowej lub gabinetowej.
- **Właścicieli i managerów gabinetów:** Osób zarządzających placówkami Beauty, chcących wprowadzić do oferty wysokomarżowe usługi liftingujące jako alternatywę dla medycyny estetycznej.
- **Osób zmieniających ścieżkę kariery:** Osób bez doświadczenia medycznego, które chcą zdobyć konkretny, rynkowy zawód i umiejętności pozwalające na natychmiastowe rozpoczęcie praktyki (szkolenie obejmuje naukę od podstaw anatomii i ergonomii).

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

27-04-2026

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

Celem szkolenia jest nabycie przez uczestnika specjalistycznych kompetencji w zakresie wykonywania zaawansowanych terapii manualnych twarzy (głęboki lifting mięśniowo-powięziowy oparty na metodyce japońskiej) oraz umiejętności stosowania kinezytapingu estetycznego. Usługa przygotowuje do samodzielnego świadczenia usług liftingujących i przeciwstarzeniowych, diagnozowania napięć mięśniowych (w tym bruksizmu) oraz budowania kompleksowych planów zabiegowych (masaż + taping).

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik charakteryzuje anatomię funkcjonalną twarzy i szyi w kontekście procesów starzenia się, ze szczególnym uwzględnieniem roli powięzi, taśm anatomicznych oraz układu limfatycznego.</p>	<p>Uczestnik poprawnie wymienia warstwy tkanek poddawane terapii, wskazuje lokalizację kluczowych węzłów chłonnych (nadobojczykowe, przyuszne, pachowe) oraz omawia mechanizm powstawania zmarszczek mimicznych i grawitacyjnych.</p>	<p>Analiza dowodów i deklaracji</p>
<p>Uczestnik definiuje wskazania i przeciwwskazania do zabiegu manualnego liftingu twarzy oraz kinezytapingu estetycznego, a także zasady doboru preparatów zabiegowych.</p>	<p>Uczestnik wymienia co najmniej 3 przeciwwskazania bezwzględne i względnych do masażu; potrafi dobrać odpowiedni olej bazowy do cery trądzikowej, naczyniowej i dojrzałej, uzasadniając wybór.</p> <p>Uczestnik demonstruje na modelu płynne przejścia między fazami:</p> <p>Faza Otwarcia: Poprawne wykonanie trakcji czepca i rozluźnienia dekołtu.</p>	<p>Analiza dowodów i deklaracji</p>
<p>Uczestnik wykonuje pełną procedurę Japońskiego Liftingu Twarzy (Metoda Manualna), zachowując prawidłową kolejność faz zabiegowych oraz poprawną technikę ruchów.</p>	<p>Faza Drenażu: Zachowanie właściwego kierunku i siły nacisku odprowadzania chłonki.</p> <p>Faza Liftingu: Wykonanie dynamicznych technik (szczypanie, mioplastyka) z odpowiednią intensywnością.</p> <p>Faza Wyciszenia: Skuteczne uspokojenie tkanek.</p>	<p>Analiza dowodów i deklaracji</p>
<p>Uczestnik projektuje i wykonuje aplikacje kinezytapingu estetycznego dostosowane do indywidualnych potrzeb klienta (obrzęki, zmarszczki, napięcia).</p>	<p>Uczestnik samodzielnie docina taśmy (baza, ogony) i nakleja je z zachowaniem zasad bezpieczeństwa oraz właściwego stopnia naciągu (napięcia) dla wybranej dysfunkcji (np. aplikacja na "Iwią zmarszczkę", bruksizm lub owal twarzy).</p>	<p>Analiza dowodów i deklaracji</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik stosuje zasady ergonomii i BHP podczas pracy terapeutycznej, dbając o własne bezpieczeństwo i higienę zabiegu.	Uczestnik utrzymuje prawidłową postawę ciała przy stole (praca ciężarem ciała, proste nadgarstki w fazie dynamicznej), dezynfekuje dłonie przed zabiegiem i organizuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami higieny.	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik buduje profesjonalną relację z klientem, przeprowadza wywiad diagnostyczny i planuje serię zabiegową.	Uczestnik w symulowanej rozmowie przeprowadza wywiad wykluczający przeciwwskazania, wyjaśnia klientowi przebieg zabiegu, informuje o możliwych odczuciach oraz proponuje plan terapii.	Analiza dowodów i deklaracji

Cel biznesowy

Wzrost konkurencyjności i rentowności przedsiębiorstwa poprzez wdrożenie do oferty nowej, wysokomarżowej usługi holistycznej (Japoński Lifting Twarzy + Kinezytaping), stanowiącej bezpieczną alternatywę dla medycyny estetycznej.

Usługa pozwoli przedsiębiorstwu na:

Dywersyfikację przychodów: Wprowadzenie zabiegu o wysokiej wartości rynkowej, umożliwiającego sprzedaż w systemie seryjnym (pakiety zabiegowe), co zwiększa tzw. Lifetime Value (LTV) klienta.

Pozyskanie nowej grupy klientów: Odpowiedź na rosnący trend rynkowy naturalnych terapii odmładzających, przyciągająca klientów unikających inwazyjnych procedur igłowych.

Optymalizację oferty: Możliwość łączenia nowej kompetencji z dotychczasowymi usługami (kosmetologia, fizjoterapia) w celu tworzenia kompleksowych planów, co buduje lojalność klienta i pozycję ekspercką firmy na rynku lokalnym.

Efekt usługi

Wiedza: Uczestnik zna anatomię twarzy w kontekście starzenia, metodykę masażu Kobido oraz zasady kinezytapingu estetycznego.

Umiejętności: Uczestnik samodzielnie przeprowadza pełną procedurę japońskiego liftingu twarzy (masaż Kobido) oraz poprawnie aplikuje taśmy do tapingu estetycznego.

- **Kompetencje:** Uczestnik jest gotowy do samodzielnego planowania i bezpiecznego wykonywania zabiegów w warunkach gabinetowych.

Kryteria merytoryczne:

1. **Poprawność diagnozy:** Uczestnik prawidłowo wypełnił 1 kartę konsultacyjną, uwzględniając wskazania i przeciwwskazania.
2. **Poprawność techniczna:** Uczestnik wykonał masaż Kobido oraz min. 2 aplikacje taśm zgodnie z procedurą pokazową (weryfikacja na podstawie dokumentacji foto).
3. **Samodzielność:** Uczestnik złożył pisemną deklarację (samocenie) potwierdzającą nabycie umiejętności łączenia masażu z tapingiem.

Metoda potwierdzenia osiągnięcia efektu usługi

Walidacja efektów uczenia się odbywa się metodą **analizy dowodów i deklaracji**.

Proces gromadzenia dowodów: Podczas zajęć praktycznych (Dzień 1 i Dzień 2) trener dokumentuje postępy uczestnika poprzez zbieranie następujących dowodów:

1. **Karta diagnostyczna i plan terapii:** wypełniona przez uczestnika na podstawie wywiadu z modelem (weryfikacja Modułu I).
2. **Portfolio fotograficzne:** zdjęcia dokumentujące poprawność wykonania chwytów w fazie dynamicznej masażu Kobido oraz min. 2 prawidłowo wykonane aplikacje taśm (np. aplikacja na bruksizm i lifting owalu twarzy – weryfikacja Modułów II i IV).
3. **Deklaracja uczestnika:** ustrukturyzowany kwestionariusz samoceny kompetencji w zakresie łączenia masażu z tapingiem (weryfikacja Modułu V).

Proces weryfikacji: Zgromadzone dowody (portfolio cyfrowe) są przekazywane do niezależnego Walidatora, który w terminie do 3 dni po zakończeniu usługi dokonuje ich analizy pod kątem poprawności technicznej i merytorycznej. Walidator, niebędący trenerem prowadzącym, sporządza protokół z wynikiem walidacji.

Kwalifikacje

Usługa o charakterze zawodowym

Kształcenie KUZ

Wykonywanie zabiegów kosmetycznych twarzy

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

DZIEŃ 1: Kobido- Metodyka Zabiegu (8h zegarowych)

Moduł I: Fundamenty, Diagnostyka i Przygotowanie (09:00 – 10:30)

- Anatomia starzenia się: powięź, mięsień, skóra.
- Procedura wstępna: Wywiad z klientem, oczekiwania, karta przeciwwskazań
- Kosmetologia w masażu: Dobór odpowiednich preparatów i olejków do masażu w zależności od cery (trądzikowa, naczyniowa, dojrzała) – jak uniknąć komedogenności.
- Przygotowanie klienta: Bielizna zabiegowa, wstępne opracowanie skóry.

Moduł II: Masaż Kobido jako manualna terapia liftingująca (10:45 – 12:45)

1. Pokaz mistrzowski
2. Praca na modelach

FAZA OTWARCIA – Praca na Napięciach i Tkankach głębokich

- Zaawansowane techniki tradycyjne obszaru głowy.
- Rozluźnianie powięziowe: czoło, skroń, ucho. Praca na dekolcie i mięśniach szyi. Otwieranie klatki piersiowej.

- Aktywacja układu limfatycznego: Pobudzenie kluczowych węzłów chłonnych (pachowe, nadobojczykowe, podobojczykowe, przyuszne).

FAZA DRENUJĄCA - Drenaż limfatyczny i rozgrzanie tkanek (13:15 – 15:00)

- Manualny Drenaż Limfatyczny: Sekwencje odprowadzające chłonkę z dekoltu, szyi i twarzy – redukcja obrzęków.
- Głębokie głaskanie, aktywujące kolejne partie mięśniowe

FAZA DYNAMICZNA - Usuwanie napięć oraz lifting (15:15 – 18:00)

- Opracowanie mięśni, celem zminimalizowania napięć i przykurczów. Techniki głębokie, punkty spustowe, mioplastyka
- Dynamiczne techniki stymulacji – Praca przeciwzmarszczkowa , liftingująca na owalu twarzy.

FAZA WYCISZENIA- Techniki relaksacji tkanek

- Delikatne roztrząsanie, techniki uciskowe.
- Zakończenie procedury: Oczyszczenie i zabezpieczenie skóry.

DZIEŃ 2: Konsolidacja Wiedzy i Kinezytaping Estetyczny (8h zegarowych)

Moduł III: Trening Całościowy – Pełna Sesja Zabiegowa (09:00 – 11:30)

- Powtórzenie sekwencji z Dnia 1 pod okiem trenera.
- Korekta postawy terapeuty (ergonomia) przy technikach dynamicznych.
- Wykonywanie pełnej procedury: od masażu czepca po wyciszenie.

Moduł IV: Kinezytaping Estetyczny – Twarz i Szyja Część 1 (11:45 – 14:15)

Wprowadzenie: rodzaje taśm, zasady cięcia, test uczuleniowy.

- Techniki Rozluźniające i Przeciwbólowe:
 - Aplikacja na bruksizm
 - Rozluźnianie napięć karku, dekoltu i szyi
 - Relaksacja czoła i "lwej zmarszczki".

Moduł IV: Kinezytaping Estetyczny – Twarz i Szyja Część 2 (14:45 – 17:15)

- Techniki Przeciwozbrzękowe:
 - Drenaż limfatyczny twarzy (redukcja opuchlizny).
 - Aplikacja na "drugi podbródek".
 - Modelowanie owalu twarzy: Techniki unoszące
 - Korekta zmarszczek głębokich:
 - Bruzda nosowo-wargowa.
 - Zmarszczki poprzeczne czoła.
 - Okolica oka: Aplikacje na opadającą powiekę i "kurze łapki".

Moduł V: Wdrożenie (17:30– 18:30)

- .Sesja Q&A: Jak łączyć masaż z tapingiem w serii zabiegowej, (cennik, częstotliwość).
- Podsumowanie i zebranie dowodów do walidacji
- Wręczenie certyfikatów.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 14

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 14 Moduł I: Fundamenty, Diagnostyka i Przygotowanie	-	04-05-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 14 Przerwa	-	04-05-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 14 Moduł II: Masaż Kobido jako manualna terapia liftingująca FAZA OTWARCIA	-	04-05-2026	10:45	12:45	02:00
4 z 14 Przerwa	-	04-05-2026	12:45	13:15	00:30
5 z 14 Moduł II: Masaż Kobido jako manualna terapia liftingująca - FAZA DRENUJĄCA	-	04-05-2026	13:15	15:00	01:45
6 z 14 Przerwa	-	04-05-2026	15:00	15:15	00:15
7 z 14 Moduł II: Masaż Kobido jako manualna terapia liftingująca - FAZA DYNAMICZNA i FAZA WYCISZENIA	-	04-05-2026	15:15	18:00	02:45
8 z 14 Moduł III: Trening Całościowy – Pełna Sesja Zabiegowa	-	05-05-2026	09:00	11:30	02:30
9 z 14 Przerwa	-	05-05-2026	11:30	11:45	00:15
10 z 14 Moduł IV: Kinezytaping Estetyczny – Twarz i Szyja Część 1	-	05-05-2026	11:45	13:45	02:00
11 z 14 Przerwa	-	05-05-2026	13:45	14:15	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 14 Moduł IV: Kineziotaping Estetyczny – Twarz i Szyja Część 2	-	05-05-2026	14:15	16:45	02:30
13 z 14 Przerwa	-	05-05-2026	16:45	17:00	00:15
14 z 14 Moduł V: Wdrożenie	-	05-05-2026	17:00	18:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	237,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	237,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Maria Dąbrowska

Wykładowca na Collegium Medikum, fizjoterapeuta, praktyk liftingu japońskiego twarzy, praktyk licznych masaży relaksacyjnych, head spa

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W cenie szkolenia uczestnik otrzymuje:

- Profesjonalny **skrypt szkoleniowy** zawierający teorię, mapy anatomiczne, schematy ruchów masażu oraz instrukcje aplikacji kineziotapingu.

Informacje dodatkowe

1. Organizacja zajęć praktycznych:

- Szkolenie ma charakter warsztatowy
- Uczestnicy pracują w parach, wykonując zabiegi na sobie nawzajem. Pozwala to nie tylko na naukę techniki ruchu, ale także na **odczuwanie siły nacisku i specyfiki zabiegu "na własnej skórze"**, co jest kluczowym elementem procesu dydaktycznego.
- Wymagany jest wygodny strój niekrępujący ruchów (np. tunika kosmetyczna, luźna koszulka, obuwie zmienne) umożliwiające swobodną pracę przy stole do masażu.

2. Wymogi higieniczne i przygotowanie:

- **Paznokcie:** Ze względu na specyfikę zaawansowanych technik manualnych i bezpieczeństwo pracy, wymagane jest posiadanie **krótko opitowanych paznokci** (bez ostrych krawędzi).

3. W cenie szkolenia uczestnik otrzymuje:

- **Zestaw startowy:** Taśma do kinezjotapingu estetycznego oraz próbka olejku do masażu.
- **Serwis kawowy oraz poczęstunek**
- **Imienny Certyfikat ukończenia szkolenia**

Adres

ul. Górskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego 46

85-794 Bydgoszcz

woj. kujawsko-pomorskie

Wejście od strony ulicy, drzwi przy Żabce, parter

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- parking

Kontakt



Tomasz Mazur

E-mail mazurszkolenia@gmail.com

Telefon (+48) 606 376 557