



KINKO WIOLETTA
KOŁODZIEJCZYK

★★★★★ 5,0 / 5

2 oceny

Szkolenie: Profesjonalny Masaż Kobido – Poziom I

Numer usługi 2026/02/12/200047/3328243

📍 Częstochowa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 22 h

📅 18.04.2026 do 19.04.2026

5 200,00 PLN brutto

5 200,00 PLN netto

236,36 PLN brutto/h

236,36 PLN netto/h

437,50 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych, które chcą nabyć praktyczne umiejętności wykonywania masażu Kobido na poziomie podstawowym.

Uczestnikami mogą być:

- osoby pracujące w branży kosmetycznej, masażu, wellness lub fizjoterapii,
- osoby planujące rozpoczęcie działalności w zakresie masażu
- osoby chcące zdobyć nowy zawód lub rozszerzyć zakres świadczonych usług.

Szkolenie nie wymaga wcześniejszego doświadczenia w technikach Kobido.

Minimalna liczba uczestników

3

Maksymalna liczba uczestników

5

Data zakończenia rekrutacji

17-04-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

22

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 przygotowanie uczestnika do samodzielnego i prawidłowego wykonywania masażu Kobido na poziomie podstawowym.

Uczestnik zdobędzie wiedzę z zakresu anatomii i fizjologii twarzy, wskazań i przeciwwskazań do zabiegu oraz zasad organizacji stanowiska pracy i przeprowadzania wywiadu z klientem. Nabędzie praktyczne umiejętności wykonywania technik terapii mięśniowo-powięziowej, drenażu limfatycznego, technik relaksacyjnych i liftingujących oraz integracji ich w kompletny rytuał Kob

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik omawia i stosuje zasady wykonywania masażu Kobido z uwzględnieniem anatomii i fizjologii twarzy, wskazań, przeciwwskazań oraz zasad bezpieczeństwa zabiegowego.	przeprowadza wywiad zabiegowy i identyfikuje przeciwwskazania do wykonania masażu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	uzasadnia dobór technik do potrzeb modelu, odnosząc się do anatomii i stanu tkanek	Obserwacja w warunkach symulowanych
	organizuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami higieny, ergonomii i bezpieczeństwa	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik wykonuje masaż Kobido na poziomie podstawowym, stosując prawidłową metodykę oraz zachowując zasady bezpieczeństwa pracy	prawidłowo wykonuje techniki terapii mięśniowo-powięziowej oraz drenażu limfatycznego twarzy i dekoltu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	stosuje techniki relaksacyjne i liftingujące zgodnie z klasyczną sekwencją zabiegu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	integruje poznane techniki w kompletny, płynny rytuał Kobido z zachowaniem właściwego tempa, kierunków i ergonomii pracy	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik realizuje zabieg w sposób profesjonalny, odpowiedzialny i zgodny z zasadami etyki zawodowej.	komunikuje się z modelem w sposób zapewniający poczucie bezpieczeństwa i komfortu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	reaguje adekwatnie na sygnały dyskomfortu oraz modyfikuje technikę w granicach metody	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przestrzega zasad kultury osobistej, higieny pracy oraz odpowiedzialności zawodowej	Obserwacja w warunkach symulowanych

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

Szkolenie realizowane jest w formie stacjonarnej (2 dni szkoleniowe)

Szkolenie jest realizowane w godzinach dydaktycznych 1h = 45min

Szkolenie trwa 22 h dydaktyczne.

Przerwy i walidacja są wliczane do czasu trwania szkolenia.

Harmonogram obejmuje przerwy, które wliczają się do czasu trwania szkolenia . Przerwy mogą ulec niewielkim przesunięciom ze względu na tempo pracy grupy i dyskusje. Trener prowadzący może dostosować proporcje oraz przebieg poszczególnych elementów szkolenia do potrzeb grupy, poziomu zaawansowania uczestników oraz dynamiki pracy pojawiającej się w trakcie realizacji usługi, dbając jednocześnie o zachowanie zakładanych celów edukacyjnych i efektów uczenia się. Trener na bieżąco monitoruje postęp uczestników poprzez pytania kontrolne, krótkie zadania praktyczne i aktywizację podczas modułów.

Szkolenie realizowane jest w kameralnych grupach, maksymalnie 5-osobowych, co pozwala na indywidualne podejście instruktora do każdej uczestniczki. Instruktor demonstruje wszystkie etapy wykonywanej procedury, omawiając techniki, stosowane narzędzia oraz obowiązujące standardy pracy. Uczestniczki obserwują proces i mają możliwość zadawania pytań, co umożliwia pełne zrozumienie zarówno aspektów teoretycznych, jak i praktycznych. Każda uczestniczka wykonuje zabieg na modelce pod stałym nadzorem instruktora. Trener kontroluje poprawność wykonywanych czynności, udziela wskazówek, koryguje ewentualne błędy i wspiera rozwój umiejętności technicznych uczestniczki.

Podczas zajęć praktycznych uczestnicy **pracują w parach**, naprzemiennie wykonując masaż. W razie nieparzystej liczby osób organizator zapewnia modelkę. Organizator szkolenia zapewnia kompleksowo wyposażoną salę szkoleniową, która umożliwia przeprowadzenie szkolenia tj.: materiały i akcesoria potrzebne do pracy, wraz z materiałami jednorazowego użytku oraz preparatami niezbędnymi do wykonania zabiegu.

ROZDZIELNOŚĆ WALIDACJI - Osoba szkoląca nie ocenia wiedzy i umiejętności swoich kursantów w zakresie, w którym nauczała. Końcową walidację i certyfikację prowadzi odrębna osoba. Warunkiem uzyskania certyfikatu jest minimum 80% obecności na zajęciach oraz zdanie testu końcowego na poziomie min. 60% poprawnych odpowiedzi.

Walidacja zostanie przeprowadzona w 2 dzień szkolenia. Wyniki walidacji są dostępne dla kursantów w dniu przeprowadzonego egzaminu, ocena walidacji należy do Fundacji My Personality Skills, która do 5 dni roboczych wystawi odpowiednie Certyfikaty poświadczające nabyte kwalifikacje, będące częścią składową dokumentacji rozliczeniowej szkolenie.

Szkolenie obejmuje część teoretyczną i praktyczną:

Zajęcia teoretyczne: 5 h dydaktycznych i 30min

Zajęcia praktyczne: 13 h dydaktycznych

Walidacja: 30min

Przerwy: 2h dydaktyczne i 30min

Łącznie: 22 h dydaktyczne

DZIEŃ 1

Teoria:

Historia i charakterystyka japońskiego masażu; Podstawowe zagadnienia z anatomii i fizjologii twarzy

Wskazania/ przeciwwskazania do masażu; Formularz zgody na zabieg – Wywiad; Prawidłowe wyposażenie stanowiska pracy; Demakijaż, ocena skóry i przygotowanie do masażu

Praktyka:

Terapia mięśniowo-powięziowa; Głęboka praca z powięzią i mięśniami twarzy i dekoltu w celu redukcji napięć, poprawy elastyczności tkanek i przywrócenia ich naturalnej ruchomości

Drenaż limfatyczny; Nauka delikatnych technik wspierających pracę układu limfatycznego w celu redukcji obrzęków i poprawy jakości tkanek.

DZIEŃ 2

Praktyka:

Techniki rozluźniające i relaksacyjne (ramiona, szyja, barki, dekolt i głowa); Integracja tkanek poprzez techniki rozluźniające i regulujące napięcie. Przygotowanie tkanek do dalszej pracy manualnej

Techniki liftingujące; Dynamiczne techniki liftingujące poprawiające napięcie i kontur twarzy. Modelowanie tkanek zgodnie z klasyczną filozofią Kobido.

Integracja poznanych technik w kompletny zabieg Kobido. Wykonanie pełnego rytuału Kobido

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 16

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Historia i charakterystyka japońskiego masażu; Podstawowe zagadnienia z anatomii i fizjologii twarzy	Karolina Nietresta	18-04-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 16 Przerwa	Karolina Nietresta	18-04-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 16 Wskazania/ przeciwwskazania do masażu; Formularz zgody na zabieg – Wywiad; Prawidłowe wyposażenie stanowiska pracy; Demakijaż, ocena skóry i przygotowanie do masażu;	Karolina Nietresta	18-04-2026	11:15	13:00	01:45
4 z 16 Przerwa	Karolina Nietresta	18-04-2026	13:00	13:30	00:30
5 z 16 PRAKTYKA:Terap ia mięśniowo- powięziowa; Głęboka praca z powięzią i mięśniami twarzy i dekoltu w celu redukcji napięć, poprawy elastyczności tkanek i przywrócenia ich naturalnej ruchomości;	Karolina Nietresta	18-04-2026	13:30	15:00	01:30
6 z 16 Przerwa	Karolina Nietresta	18-04-2026	15:00	15:15	00:15
7 z 16 PRAKTYKA: Drenaż limfatyczny; Nauka delikatnych technik wspierających pracę układu limfatycznego w celu redukcji obrzęków i poprawy jakości tkanek	Karolina Nietresta	18-04-2026	15:15	17:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 16 Powtórka zagadnień z dnia poprzedniego; Ewentualne pytania kursantów	Karolina Nietresta	19-04-2026	09:00	09:30	00:30
9 z 16 PRAKTYKA:Techniki rozluźniające i relaksacyjne (ramiona, szyja, barki, dekolt i głowa); Integracja tkanek poprzez techniki rozluźniające i regulujące napięcie.	Karolina Nietresta	19-04-2026	09:30	11:00	01:30
10 z 16 Przerwa	Karolina Nietresta	19-04-2026	11:00	11:15	00:15
11 z 16 PRAKTYKA:Techniki liftingujące; Dynamiczne techniki liftingujące poprawiające napięcie i kontur twarzy. Modelowanie tkanek zgodnie z klasyczną filozofią Kobido	Karolina Nietresta	19-04-2026	11:15	13:00	01:45
12 z 16 Przerwa	Karolina Nietresta	19-04-2026	13:00	13:30	00:30
13 z 16 PRAKTYKA: Integracja poznanych technik w kompletny zabieg Kobido. Wykonanie pełnego rytuału Kobido	Karolina Nietresta	19-04-2026	13:30	15:00	01:30
14 z 16 Przerwa	Karolina Nietresta	19-04-2026	15:00	15:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 16 PRAKTYKA:c.d Integracji poznanych technik	Karolina Nietresta	19-04-2026	15:15	17:00	01:45
16 z 16 Walidacja - obserwacja w warunkach symulowanych	-	19-04-2026	17:00	17:30	00:30

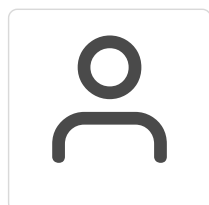
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	236,36 PLN
Koszt osobogodziny netto	236,36 PLN
W tym koszt walidacji brutto	320,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	320,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	320,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	320,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Karolina Nietresta

Fizjoterapeutka i terapeutka manualna z ponad 15-letnim doświadczeniem w pracy z ciałem. Swoją praktykę rozpoczęła w 2010 roku, w 2012 uzyskała tytuł technika masażysty, a w 2015

ukończyła studia na kierunku fizjoterapii uzyskując tytuł licencjata.

W 2021 roku ukończyła kurs manualnego liftingu twarzy Kobido – od tego momentu masaż twarzy stał się naturalnym rozwinięciem jej wieloletniej pracy z tkankami. Swoje podejście pogłębiała na kolejnych szkoleniach, m.in. facelifting therapy Gua Sha, estetyczny kinesiotaping twarzy, Facework - powięziowy masaż twarzy oraz Maderoterapia twarzy.

Od 2025 roku prowadzi własną praktykę – Nietresta Bodywork – w której łączy wiedzę fizjoterapeutyczną z uważną, holistyczną pracą manualną.

Podczas szkolenia kładzie nacisk na solidne, ale przystępnie podane podstawy: zrozumienie anatomii mięśni twarzy, układu limfatycznego oraz bezpiecznej, świadomej pracy z dotykiem. Jej celem jest stworzenie uczestnikom realnych fundamentów do rozpoczęcia nowej ścieżki zawodowej.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Organizator zapewnia wszelkie materiały szkoleniowe i dydaktyczne niezbędne do realizacji części teoretycznej i praktycznej szkolenia.

Uczestnicy dostaną skrypty szkoleniowe w wersji elektronicznej. Organizator w razie potrzeby zapewnia modelki do części praktycznej szkolenia.

Informacje dodatkowe

Zastosowano zwolnienie z podatku VAT dla Uczestników, których poziom dofinansowania wynosi co najmniej 70% (na podstawie art.43 ust. 1 pkt 29a ustawy o VAT oraz § 3 ust. 1 pkt. 14 Rozporządzenia Ministrów Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień)

Adres

ul. Wręczycka 96
42-200 Częstochowa
woj. śląskie

Szkolenie realizowane jest w profesjonalnym gabinecie masażu, w którym na co dzień prowadzona jest praktyka zawodowa trenerki. Pomieszczenie jest przystosowane do prowadzenia zajęć praktycznych oraz wykonywania zabiegów manualnych.

Gabinet wyposażony jest w niezbędny sprzęt i materiały do realizacji szkolenia, w szczególności: profesjonalne łóżko do masażu, taboret kosmetyczny, wałki i podkłady jednorazowe, środki do demakijażu i przygotowania skóry, preparaty poślizgowe, środki dezynfekcyjne oraz dostęp do zaplecza sanitarnego.

Stanowisko pracy spełnia wymogi higieniczne, sanitarne i ergonomiczne, umożliwiając bezpieczne przeprowadzenie części praktycznej szkolenia

Kontakt

WIOLETTA KOŁODZIEJCZYK

E-mail wk.kinko@wp.pl



Telefon (+48) 696 234 448