



BodyConnection  
Agata Olszewska-  
Sarapata

★★★★★ 4,9 / 5

765 ocen

## Lomi Lomi Nui od podstaw – Kurs masażu hawajskiego i świadomej pracy z ciałem. Moduł 1

Numer usługi 2026/02/12/34566/3329806

📍 Stróża

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 48:00 h

📅 04.05.2026 do 10.05.2026

5 313,60 PLN brutto

4 320,00 PLN netto

110,70 PLN brutto/h

90,00 PLN netto/h

226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Styl życia / Uroda
<b>Identyfikatory projektów</b>	Małopolski Pociąg do kariery
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<p>Szkolenie dedykowane dla osób początkujących, zainteresowanych rozwijaniem kompetencji w obszarze relaksacyjnej (terapeutycznej) pracy z ciałem, oraz masażystów i terapeutów zainteresowanych poszerzeniem kompetencji.</p> <p>Usługa jest adresowana do MMŚP oraz osób indywidualnych (w tym również dla Uczestników Projektu MP)</p>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	10
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	25-04-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	48
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnego wykonywania relaksacyjnego masażu hawajskiego Lomi Lomi Nui na poziomie podstawowym.

Uczestnik kursu pozna teoretyczne podstawy pracy z ciałem oparte na wiedzy płynącej z tradycji Hawajskiej, nauczy się jak zorganizować miejsce pracy, nabierze umiejętności pracy z tkankami ciała i systemem nerwowym człowieka poprzez uważny dotyk,

pozna strukturę i sekwencje masażu Lomi Lomi Nui w wersji podstawowej, nauczy się wykonywać ten masaż w odsłonie ceremonialnej.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Samodzielnie organizuje stanowisko pracy.	Dopasowuje wysokość stołu do swojego wzrostu i komfortowej postawy przy stole. Bada poziom wygody klienta (przeprowadza wywiad) i proponuje rozwiązania zwiększające poziom wygody (np. regulacja wysokości podgółtka). stanowiska pracy.	Wywiad ustrukturyzowany  Obserwacja w warunkach symulowanych
Określa potrzeby i ograniczenia klienta i dostosowuje do nich masaż.	Przeprowadza wywiad w celu rozpoznania ograniczeń ruchowych klienta. Przeprowadza wywiad w celu określenia potrzeb klienta. Dopasowuje pracę i stosowane techniki do pozyskanych informacji.	Wywiad ustrukturyzowany  Obserwacja w warunkach symulowanych
Definiuje i wykorzystuje podstawowe elementy masażu Lomi Lomi Nui.	Definiuje i wykorzystuje: - Technikę ruchu podstawowego - Rotacje na nogach z tyłu - Techniki ruchów na klatce piersiowej i brzuchu - Techniki ruchów dla głowy i szyji. - Rotacje na ramionach - Rotacje na nogach z przodu - Wjazdy pod plecy.	Wywiad ustrukturyzowany  Obserwacja w warunkach symulowanych
Definiuje i wykorzystuje elementu początkowe i końcowe ceremonii masażu Lomi Lomi Nui.	Definiuje i wykonuje poprawnie: - Przywitanie ciała - Zaproszenie intencji, śpiew. - Rytuał zakończenia masażu.	Wywiad ustrukturyzowany  Obserwacja w warunkach symulowanych
Definiuje i wykorzystuje podstawy pracy z ciałem oparte na wiedzy płynącej z tradycji Hawajskiej i ich znaczenie dla układu nerwowego.	Definiuje i wykorzystuje zasadę pracy z ciałem bez bólu, poprzez zaproszenie oddechu, uważny oddech i łagodnego ruch. Rozumie znaczenie tego sposobu pracy dla systemu nerwowego człowieka, poczucia bezpieczeństwa i jakości relaksu.	Wywiad ustrukturyzowany  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 rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

TAK

## Program

Uczestnicy kursu pracują w grupach po 2 osoby na 1 stanowisko, na które składa się stół do masażu oraz wszelkie materiały jednorazowe niezbędne do przeprowadzenia masażu Lomi Lomi Nui. Uczestnicy praktykują na sobie wzajemnie, na zmianę.

Godzina usługi szkoleniowej = 45 min. Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi.

1. Przygotowanie miejsca pracy i odpowiednie dopasowanie wysokości stołu.

2. Krok fregaty i podstawowe zasady poruszania się wokół stołu.

3. Automasaż

4. Ćwiczenia i praktyki pogłębiające świadomość ciała.

5. Podstawy budowania relacji z klientem :

- Praktyka uważnego dotyku.

- Budowanie poczucia bezpieczeństwa w kontakcie z ciałem.

- Nastawienie oparte na akceptacji, szacunku i zaufaniu.

6. Podstawowe techniki masażu Lomi Lomi Nui.

- płynne ruchy w pracy z ciałem przy użyciu oleju

- ruch podstawowy na plecach

- ruchy podstawowe na brzuchu i klatce piersiowej

- rozluźnianie głowy i szyi

- rozluźnianie obręczy barkowej

- masowanie ramion i dłoni

- masowanie nóg i stóp

- unoszenia rąk i nóg

- rotacje na nogach i rękach

7. Elementy ceremonii masażu Lomi Lomi Nui w oparciu o genezę masażu świątynnego z tradycji Hawajskiej.

8. Hawajska filozofia Huny i jej znaczenie w podejściu do pracy z ciałem w masażu Lomi Lomi Nui.

Usługa obejmuje 48h szkoleniowych, w tym 15h teorii i 33h praktyki (30% teorii, 70% praktyki)

Ćwiczenia praktyczne w formie wzajemnych sesji masażu przy stołach masażowych.

Początkowe sprawdzenie poziomu wiedzy i umiejętności: wywiad ustrukturyzowany.

Walidacja końcowa: obserwacja w warunkach symulowanych oraz wywiad ustrukturyzowany. uczestnik będzie obserwowany w trakcie wykonywania masażu (1,5 godziny) oraz zostanie z nim przeprowadzony wywiad sprawdzający jego poziom wiedzy oraz umiejętności, a także kompetencji społecznych niezbędnych do realizacji usług masażu Lomi Lomi Nui.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 43

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 43</b> Wprowadzenie w zakres szkolenia. Cele uczestników na szkolenie.	Zofia Gadomska	04-05-2026	18:00	18:45	00:45
<b>2 z 43</b> Początkowe sprawdzenie poziomu wiedzy i umiejętności - wywiad ustrukturyzowany.	-	04-05-2026	18:45	19:30	00:45
<b>3 z 43</b> Automasaż i ćwiczenia pogłębiające świadomość ciała.	Zofia Gadomska	05-05-2026	08:00	09:30	01:30
<b>4 z 43</b> Przerwa śniadaniowa.	Zofia Gadomska	05-05-2026	09:30	10:30	01:00
<b>5 z 43</b> Spotkanie w kręgu, część teoretyczna z elementami filozofii hawajskiej.	Zofia Gadomska	05-05-2026	10:30	12:00	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 43 Przerwa.	Zofia Gadomska	05-05-2026	12:00	12:30	00:30
7 z 43 Praktyka uważnego dotyku, i rotacje, sesja 1.	Zofia Gadomska	05-05-2026	12:30	14:00	01:30
8 z 43 Przerwa obiadowa.	Zofia Gadomska	05-05-2026	14:00	16:00	02:00
9 z 43 Praktyka uważnego dotyku i rotacje, sesja 2.	Zofia Gadomska	05-05-2026	16:00	17:30	01:30
10 z 43 Automasaż i ćwiczenia pogłębiające świadomość ciała.	Zofia Gadomska	06-05-2026	08:00	09:30	01:30
11 z 43 Przerwa śniadaniowa.	Zofia Gadomska	06-05-2026	09:30	10:30	01:00
12 z 43 Spotkanie w kręgu, część teoretyczna z elementami filozofii hawajskiej.	Zofia Gadomska	06-05-2026	10:30	12:00	01:30
13 z 43 Przerwa.	Zofia Gadomska	06-05-2026	12:00	12:30	00:30
14 z 43 Zastosowanie oleju i masaż pleców, sesja 1.	Zofia Gadomska	06-05-2026	12:30	14:00	01:30
15 z 43 Przerwa obiadowa.	Zofia Gadomska	06-05-2026	14:00	16:00	02:00
16 z 43 Zastosowanie oleju i masaż pleców, sesja 2.	Zofia Gadomska	06-05-2026	16:00	17:30	01:30
17 z 43 Automasaż i ćwiczenia pogłębiające świadomość ciała.	Zofia Gadomska	07-05-2026	08:00	09:30	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>18 z 43</b> Przerwa śniadaniowa.	Zofia Gadomska	07-05-2026	09:30	10:30	01:00
<b>19 z 43</b> Spotkanie w kręgu, część teoretyczna z elementami filozofii hawajskiej.	Zofia Gadomska	07-05-2026	10:30	12:00	01:30
<b>20 z 43</b> Przerwa.	Zofia Gadomska	07-05-2026	12:00	12:30	00:30
<b>21 z 43</b> Masaż tyłu ciała, sesja 1.	Zofia Gadomska	07-05-2026	12:30	14:00	01:30
<b>22 z 43</b> Przerwa obiadowa.	Zofia Gadomska	07-05-2026	14:00	16:00	02:00
<b>23 z 43</b> Masaż tyłu ciała, sesja 2.	Zofia Gadomska	07-05-2026	16:00	17:30	01:30
<b>24 z 43</b> Automasaż i ćwiczenia pogłębiające świadomość ciała.	Zofia Gadomska	08-05-2026	08:00	09:30	01:30
<b>25 z 43</b> Przerwa śniadaniowa.	Zofia Gadomska	08-05-2026	09:30	10:30	01:00
<b>26 z 43</b> Spotkanie w kręgu, część teoretyczna z elementami filozofii hawajskiej.	Zofia Gadomska	08-05-2026	10:30	12:00	01:30
<b>27 z 43</b> Przerwa.	Zofia Gadomska	08-05-2026	12:00	12:30	00:30
<b>28 z 43</b> Masaż przodu ciała, sesja 1.	Zofia Gadomska	08-05-2026	12:30	14:00	01:30
<b>29 z 43</b> Przerwa obiadowa.	Zofia Gadomska	08-05-2026	14:00	16:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>30 z 43</b> Masaż przodu ciała, sesja 2.	Zofia Gadomska	08-05-2026	16:00	17:30	01:30
<b>31 z 43</b> Automasaż i ćwiczenia pogłębiające świadomość ciała.	Zofia Gadomska	09-05-2026	08:00	09:30	01:30
<b>32 z 43</b> Przerwa śniadaniowa.	Zofia Gadomska	09-05-2026	09:30	10:30	01:00
<b>33 z 43</b> Spotkanie w kręgu, część teoretyczna z elementami filozofii hawajskiej.	Zofia Gadomska	09-05-2026	10:30	12:00	01:30
<b>34 z 43</b> Przerwa.	Zofia Gadomska	09-05-2026	12:00	12:30	00:30
<b>35 z 43</b> Pełen masaż Lomi Lomi Nui	Zofia Gadomska	09-05-2026	12:30	14:00	01:30
<b>36 z 43</b> Przerwa obiadowa.	Zofia Gadomska	09-05-2026	14:00	16:00	02:00
<b>37 z 43</b> Pełen masaż Lomi Lomi Nui - obserwacja do walidacji	-	09-05-2026	16:00	17:30	01:30
<b>38 z 43</b> Hawajskie powitanie dnia, praktyka słuchania ciała - Kahi.	Zofia Gadomska	10-05-2026	08:00	09:30	01:30
<b>39 z 43</b> Przerwa śniadaniowa.	Zofia Gadomska	10-05-2026	09:30	10:30	01:00
<b>40 z 43</b> Podsumowanie wiedzy -pokaz	Zofia Gadomska	10-05-2026	10:30	12:00	01:30
<b>41 z 43</b> Przerwa.	Zofia Gadomska	10-05-2026	12:00	12:15	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
42 z 43 Podsumowanie indywidualne, praktyka w kręgu.	Zofia Gadomska	10-05-2026	12:15	13:00	00:45
43 z 43 Walidacja końcowa - wywiad ustrukturyzowany.	-	10-05-2026	13:00	13:45	00:45

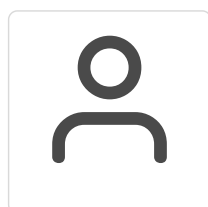
## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 313,60 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 320,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	110,70 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Zofia Gadomska

od 2014 roku certyfikowana masażystka i praktyk Lomi Lomi Nui.  
Od 2020 r. certyfikowana nauczycielka masażu Lomi Lomi Nui

W latach 2015 – 2020 – nauczycielka Tanga Argentyńskiego w szkole Tangonuevo w Krakowie.

Ukończone szkolenia w zakresie masażu Hawajskiego Lomi Lomi Nui i Świadomej Pracy z Ciałem:

2014 rok:

-Kurs Masażu Hawajskiego Lomi Lomi Nui i Świadomej Pracy z Ciałem – KinoMana I i II

-Prowadząca Marta Gierczyńska – certyfikowana nauczycielka „Aloha International”

2019 rok:

-Lomi Advance Intensive – poświęcony doskonaleniu technik Masażu Lomi Lomi Nui i Świadomej Pracy z Ciałem

Prowadząca Marta Gierczyńska – certyfikowana nauczycielka „Aloha International Hawaiian

Massage

-Lomi Lomi Nui and Conscious Bodywork Training – poziom zaawansowany

Prowadząca Aga Rybak – certyfikowana nauczycielka „Aloha International”

-KINO MANA III - hawajska praca z ciałem

Prowadząca SUSAN PA'INIUI FLOYD, autorka programu szkoleniowego Kino Mana w Aloha International na Hawajach

2022 rok:

-Kursy instruktorskie KINO MANA IV i KINO MANA V (Hawaje) i uzyskanie certyfikatu nauczyciela z ramienia Aloha International

Prowadząca SUSAN PA'INIUI FLOYD, autorka programu szkoleniowego Kino Mana w Aloha International na Hawajach

-W 2025 roku ukończyła 2 letnie szkolenie dla nauczycieli masażu i świadomej pracy z ciałem, w Akademii Lomi Lomi Marty Gierczyńskiej.

W ostatnich dwóch latach przeprowadziła ponad 300 godzin usług szkoleniowych o podobnej tematyce.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje materiały jednorazowe do wykonywania masażu, wszystkie niezbędne produkty i narzędzia do części praktycznej.

### Warunki uczestnictwa

Usługa jest zwolniona z VAT w przypadku, gdy uczestnik uzyskał dofinansowanie do udziału w usługach rozwojowych i dofinansowanie to wynosi min 70% wartości usługi oraz dokonał zapisu z użyciem nadanego nr ID.

Podstawa zastosowania stawki „zwolnionej” z VAT: Szkolenie zostało sfinansowane ze środków publicznych w wysokości min. 70%. Par. 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz.U.Nr 2013 poz. 1722)

W przypadku braku dofinansowania do ceny netto usługi zostanie doliczony podatek VAT w wysokości 23%.

Warunki organizacyjne:

- Jedno stanowisko pracy dla uczestnika (podgrzewany stół do masażu z podłokietnikami)

- Wszystkie potrzebne kosmetyki oraz narzędzia do dyspozycji na szkoleniu typu: olej do masażu, podgrzewacz oleju do masażu, grzejnik elektryczny, ręczniki materiałowe, ręczniki papierowe, płyn do dezynfekcji

### Informacje dodatkowe

Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi. Godzina usługi szkoleniowej = 45 min.

Usługa jest adresowana również dla Uczestników Projektu MP.

Szkolenie odbywa się stacjonarnie w ośrodku oferującym pobyt z wyżywieniem. Informacja na temat kosztów pobytu i wyżywienia u organizatora.

## Adres

34-625 Stróża

woj. małopolskie

ośrodek Wyspowa Dolina

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**Agata Olszewska-Sarapata**

**E-mail** [coaching.agata.olszewska@gmail.com](mailto:coaching.agata.olszewska@gmail.com)

**Telefon** (+48) 668 820 300