

DILIGENT

Japońskie techniki masażu liftingującego Kobido MS Masterclass oraz taping estetyczny.

Numer usługi 2026/02/28/175328/3369481

4 900,00 PLN brutto

4 900,00 PLN netto

306,25 PLN brutto/h

306,25 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Diligent Szymon
Mrózek

★★★★★ 4,9 / 5

55 ocen

📍 Bielsko-Biała

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 16:00 h

📅 29.05.2026 do 30.05.2026

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, masażyстів, pracowników SPA oraz wszystkich zainteresowanych tematyką masażu. 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

28-05-2026

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 uczestników wiedzy i umiejętności z zakresu:

wykonywania masażu liftingującego Kobido MS,

stosowania podstawowych technik tapingu estetycznego,

prowadzenia gabinetu terapii manualnych zgodnie z zasadami organizacyjnymi, etycznymi i zawodowymi.

Uczestnik zdobędzie umiejętność samodzielnego planowania i przeprowadzania sesji zabiegowych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Moduł 1. Wskazuje główne struktury anatomiczne twarzy, szyi i dekoltu</p> <ul style="list-style-type: none">– Opisuje przebieg układu limfatycznego i jego znaczenie w pracy manualnej– Przedstawia zasady higieny pracy w gabinecie terapii manualnych– Omawia elementy przygotowania stanowiska oraz dokumentacji klienta.	<p>Prawidłowo wskazuje 5 mięśni twarzy i ich funkcji</p> <ul style="list-style-type: none">– Wymienia 3 zasady BHP obowiązujące podczas zabiegów– identyfikuje kluczowe punkty układu limfatycznego– Opisuje karty klienta	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>Moduł 2. Wykonuje sekwencję technik Kobido MS zgodnie z rytmem i układem twarzy</p> <ul style="list-style-type: none">– Zastosowuje ergonomiczne ustawienie ciała i dłoni w czasie zabiegu– Dopasowuje siłę nacisku i tempo pracy do potrzeb modelu <p>Moduł 3. – Stosuje kierunki odpływu limfy w pracy manualnej</p> <ul style="list-style-type: none">– Łączy techniki drenujące i rozluźniające w spójną sekwencję– Przeprowadza pracę w obszarach zwiększonego napięcia mięśniowego	<p>utrzymuje rytmiczność i ciągłość ruchów</p> <ul style="list-style-type: none">– Uczestnik przyjmuje poprawną postawę ciała i stabilnie układa dłoń– Adekwatnie dostosowuje techniki do reakcji modelu <p>używa właściwych kierunków w drenażu</p> <ul style="list-style-type: none">– płynnie przeprowadza całą sekwencję– Skutecznie rozluźnienia określone obszary twarzy	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p> <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
<p>Moduł 4. Wskazuje różnice między tapingiem estetycznym a kinesiotapingiem</p> <ul style="list-style-type: none">– Przygotowuje skórę i taśmę do aplikacji– Umieszcza aplikację na twarzy zgodnie z kierunkiem napięcia skóry.	<p>Prawidłowo wybiera i przycina taśmę</p> <ul style="list-style-type: none">– Brak fałd, właściwe napięcie i kierunek aplikacji– Bezpieczne i estetyczne wykonuje aplikacje na modelu	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Moduł 5.</p> <ul style="list-style-type: none">– Dobiera odpowiedni kształt taśmy i jej długość do wybranej strefy twarzy– Wykonuje aplikację na czoło, oczy, żuchwę i szyję– Wdraża zasady bezpieczeństwa i komfortu klienta podczas aplikacji	<ul style="list-style-type: none">– dostosowuje techniki do kształtu twarzy– Poprawnie używa kierunku i siły aplikacji– zachowuje kontakt z klientem i komunikację podczas pracy	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Moduł 6. – Dostosowanie techniki do kształtu twarzy – Ma świadomość znaczenia poprawności kierunku i siły aplikacji – Zachowuje kontakt z klientem i komunikuje podczas pracy.	spójnie i realistycznie wykonuje plan zabiegu (Kobido + taping) – wskazuje modyfikację w zależności od typu skóry i stanu mięśni – jasno prezentuje założenia i argumentacji	Test teoretyczny
Moduł 7. – Przeprowadza kompletną sesję od przyjęcia klienta po zalecenia po zabiegu – Prowadzi dokumentację klienta – Komunikuje się z klientem w sposób profesjonalny.	Zachowuje struktury wizyty: wywiad, zabieg, zakończenie – Wypełnia dokumenty: karta, zgoda – Udziela precyzyjnych zaleceń i omawia możliwe reakcje pozabiegowe	Wywiad swobodny

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację

Fundacja My Personality Skills

Nazwa Podmiotu certyfikującego

Fundacja My Personality Skills

Program

MASAŻYSTA KOBIDO

◆ Moduł 1 – TEORIA (1h)

Temat: Anatomia, fizjologia twarzy + zasady BHP + organizacja gabinetu

Zakres:

- Budowa i funkcje mięśni twarzy, szyi i dekoltu
- Zmarszczki: przyczyny, typy, profilaktyka
- Znaczenie układu limfatycznego i mikrokrążenia
- Zasady higieny pracy, bezpieczeństwa i ergonomii

- Przygotowanie stanowiska pracy, akcesoria, logistyka w gabinecie
- Dokumentacja zabiegowa: karta klienta, zgoda, notatki terapeuty

Uczestnik poznaje podstawowe zasady organizacji gabinetu i przygotowania przestrzeni pracy. Omawiane są procedury rejestracji klienta i rola pierwszego wywiadu.

◆ Moduł 2 – PRAKTYKA (1,5h)

Temat: Techniki manualne Kobido MS

Zakres:

- Techniki relaksacyjne, liftingujące, stymulujące
- Rytm, płynność, nacisk, ułożenie dłoni
- Praca z oddechem i obecnością terapeuty

Praktyka ergonomii terapeuty w trakcie zabiegu, oszczędzanie siły, dbałość o ciało terapeuty. Uczestnik uczy się, jak prowadzić klienta przez sesję w sposób bezpieczny i profesjonalny.

◆ Moduł 3 – PRAKTYKA (1,5h)

Temat: Techniki drenażowe i rozluźniające

Zakres:

- Drenaż limfatyczny – kierunki, rytm, punkty główne
- Rozluźnianie napięć mięśniowo-powięziowych
- Praktyka w parach

Uczestnik poznaje wpływ manualnej pracy na fizjologię i regenerację organizmu. Omawiane są strategie budowania sesji terapeutycznych w oparciu o potrzeby klienta.

◆ Moduł 4 – TEORIA + PRAKTYKA (2h)

Temat: Taping estetyczny – podstawy i pierwsze aplikacje

Zakres:

- Czym jest taping estetyczny, czym różni się od kinesiotapingu
- Działanie taśm na skórę, mięśnie i układ limfatyczny
- Rodzaje taśm, selekcja materiałów
- Pierwsze aplikacje – czoło, żuchwa, oczy, szyja.
- Opracowanie cyfrowej dokumentacji zabiegowej.

Omówienie zasad informowania klienta o działaniu tapingu, przeciwwskazaniach i czasie noszenia aplikacji. Uczestnik ćwiczy komunikaty dotyczące zaleceń po zabiegu.

● DZIEŃ 2 (8:00–16:00)

◆ Moduł 5 – PRAKTYKA (1,5h)

Temat: Taping estetyczny twarzy i szyi

Zakres:

- Techniki modelujące – lifting, ujędrnianie, odprowadzanie limfy
- Praca na obszarach: czoło, okolice oczu, linia żuchwy, szyja
- Zdejmowanie aplikacji i zalecenia

Uczestnik uczy się planować i wdrażać zabiegi bez użycia sprzętu – z naciskiem na siłę technik manualnych i skuteczność pracy "bez prądu".

◆ Moduł 6 – PRAKTYKA (1,5h)

Temat: Procedury zabiegowe i łączenie technik

Zakres:

- Łączenie Kobido i tapingu w jednej sesji
- Planowanie cykli zabiegowych
- Tworzenie indywidualnych protokołów.

Tworzenie planów terapii – jak prowadzić klienta przez proces poprawy wyglądu, edukacja klienta w zakresie częstotliwości zabiegów i efektów. Symulacja omówienia planu terapii.

◆ Moduł 7 – PRAKTYKA (2h)

Temat: Kompleksowa sesja + komunikacja

Zakres:

- Symulacja pełnego zabiegu Kobido + taping
- Obsługa klienta od wejścia do wyjścia
- Komunikacja, zalecenia, edukacja.

Ćwiczenia z zakresu: prowadzenia pierwszej wizyty, radzenia sobie z trudnym klientem, reagowania na opór lub dyskomfort, informowania o przeciwwskazaniach.

◆ Moduł 8 – walidacja i ocena (1h)**Zakres:**

- Egzamin teoretyczny
- ocena w warunkach rzeczywistych
- sprawdzenie poprawności testu
- Wręczenie certyfikatów

Certyfikat potwierdzający kwalifikacje zostanie wysłany drogą elektroniczną do 3 dni.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 13

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Moduł 1 – TEORIA Anatomia i fizjologia twarzy, szyi i dekoltu, układ limfatyczny, mechanizmy powstawania zmarszczek, podstawy BHP	Monika Skalska	29-05-2026	08:00	09:00	01:00
2 z 13 Moduł 2 – PRAKTYKA Techniki Kobido MS: relaksacja, lifting, ergonomia pracy, ułożenie dłoni, rytm pracy	Monika Skalska	29-05-2026	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 13 Przerwa	Monika Skalska	29-05-2026	10:30	10:45	00:15
4 z 13 Moduł 3 – PRAKTYKA Techniki drenażowe i rozluźniające, praca w parach, podejście prozdrowotne i terapeutyczne	Monika Skalska	29-05-2026	10:45	12:15	01:30
5 z 13 Przerwa obiadowa	Monika Skalska	29-05-2026	12:15	13:00	00:45
6 z 13 Moduł 4 – TEORIA + PRAKTYKA Taping estetyczny: teoria, różnice z kinesiotapingiem	Monika Skalska	29-05-2026	13:00	14:30	01:30
7 z 13 Moduł 5 Dobór i aplikacja taśm w sesji zabiegowej	Monika Skalska	29-05-2026	14:30	16:00	01:30
8 z 13 Moduł 6 – PRAKTYKA Procedury zabiegowe KOBIDO MS I tapingu estetycznego	Monika Skalska	30-05-2026	08:00	11:00	03:00
9 z 13 Przerwa	Monika Skalska	30-05-2026	11:00	11:15	00:15
10 z 13 Moduł 7 – PRAKTYKA Wykonanie pełnej sesji: Kobido + taping, karta klienta, komunikacja, etyka, edukacja klienta	Monika Skalska	30-05-2026	11:15	12:45	01:30
11 z 13 Przerwa obiadowa	Monika Skalska	30-05-2026	12:45	13:30	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 13 Moduł 7 - ciąg dalszy oraz opracowanie karty klienta	Monika Skalska	30-05-2026	13:30	15:00	01:30
13 z 13 Egzamin	-	30-05-2026	15:00	16:00	01:00

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	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	125,00 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 stanowią integralną część kursu a ich czas jest dostosowany do potrzeb uczestników
- 3H 15 MIN TEORIA
- 2H PRZERWY
- 60 MIN EGZAMIN teoretyczny, obserwacja w warunkach rzeczywistych i ocena testu
- 7 GODZIN 45 MIN PRAKTYKI
- po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej uczestnik otrzymuje certyfikat
- jedna godzina zajęć równa jest godzinie zegarowej
- przed zapisem na szkolenie prosimy o kontakt z organizatorem, aby zweryfikować dostępność terminu
- aby wypełnić zgłoszenie prosimy o kontakt mailowy: instytutskalska@gmail.com
- każdy uczestnik pracuje przy w pełni wyposażonym stole do masażu
- każdy uczestnik otrzymuje bogate skrypty szkoleniowe w formie książkowej

Wersja z 28 lutego 2026 15:09 stanowi podstawę potwierdzenia spełnienia wymogów w zakresie prowadzenia usługi do uzyskania kwalifikacji.

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.

Warunki uczestnictwa

Dla uczestników projektu MP i/lub NSE warunkiem uczestnictwa jest zapisanie się również na usługę egzaminacyjną

Adres

pl. św. Mikołaja 5/3

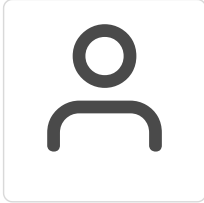
43-300 Bielsko-Biała

woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Monika Skalska

E-mail instytutskalska@gmail.com

Telefon (+48) 602 626 662