



CENTRUM
SZKOLENIOWE
ANATOMIC Karolina
Legucka

★★★★★ 4,8 / 5

10 ocen

Kurs refleksologia stóp - moduł II dla zaawansowanych

Numer usługi 2026/03/02/188427/3372851

📍 Gdańsk / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 23.10.2026 do 24.10.2026

1 450,00 PLN brutto

1 450,00 PLN netto

72,50 PLN brutto/h

72,50 PLN netto/h

437,50 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Masażyści i terapeuci manualni – osoby pracujące z ciałem, chcące rozszerzyć swój warsztat o techniki refleksologiczne stóp

Fizjoterapeuci i technicy masażu – chcący poszerzyć ofertę o techniki refleksologiczne stóp

Osoby związane z branżą beauty & wellness – prowadzące gabinety kosmetyczne, spa, centra odnowy biologicznej, które chcą wprowadzić do oferty nowe usługi

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

22-10-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

20

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

Przekazanie uczestnikom wiedzy teoretycznej i umiejętności praktycznych w zakresie refleksologii stóp, umożliwiających samodzielne stosowanie tej metody w pracy zawodowej lub na potrzeby własne.

Szkolenie refleksologia stóp posiada również zastosowanie w codziennej pielęgnacji i terapii relaksacyjnej seniorów, osób z demencją, chorobami neurologicznymi, w opiece paliatywnej. Szkolenie podnosi kompetencje opiekunów w zakresie holistycznej, empatycznej opieki i zwiększa jakość świadczonych usług.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Zna podstawy refleksologii stóp	Kursant poprawnie omawia podstawowe zagadnienia z zakresu refleksologii stóp	Test teoretyczny
Wykonuje techniki refleksologii stóp z możliwością zastosowania w opiece długoterminowej	Kursant prawidłowo prezentuje wybrane techniki	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje metodę w sposób etyczny i świadomy	Kursant uwzględnia komfort i bezpieczeństwo klienta	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

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

Program Refleksologii stóp poziom zaawansowany

Dzień 1

1. Powitanie uczestników

2. Przypomnienie kluczowych zagadnień z kursu refleksologii podstawowego
3. Przegląd podstawowych zasad refleksologii
4. Wskazania do zabiegów refleksologii
5. Przeciwwskazania do zabiegów refleksologii
6. Działanie refleksologii stóp
7. Powtórka technik relaksacyjnych podstawowych oraz wprowadzenie dodatkowych
8. Powtórka podstawowego zabiegu na stopach
 - a. palce u nóg – obszar głowy i szyi
 - b. podstawa palców – obszar oczu i uszu
 - c. podeszwowa część stopy – obszar klatki piersiowej
 - d. sklepienie stopy – obszar brzucha
 - e. pięta – obszar miednicy i ścięgno Achillesa – rwa kulszowa
 - f. kostka przyśrodkowa i zewnętrzna – strefa narządów rozrodczych i pachwin
 - g. przyśrodkowa część stopy – strefa kręgosłupa
 - h. boczna część stopy – obszar zewnętrznych części ciała
 - i. grzbietowa część stopy – krążenie i węzły chłonne, mięśnie pleców.

II część praktyczna:

9. Refleksologia jako wsparcie wszystkich układów w ciele/pokaz praktyczny
 - a. Układ nerwowy
 - b. Układ krążenia
 - c. Układ oddechowy
 - d. Układ pokarmowy
 - e. Układ hormonalny
 - f. Układ immunologiczny
 - g. Układ limfatyczny
 - h. Układ rozrodczy
 - i. Układ moczowy
 - j. Układ mięśniowo – szkieletowy

Dzień 2

10. Pytania i wnioski dotyczące dnia pierwszego
11. Punkty dodatkowe na stopach
12. Związek emocji z organami
13. Równowaga energetyczna a zegar narządów
14. Integracja refleksologii z innymi formami terapii
15. Obserwacja stóp i analiza stóp
16. Analiza przypadków i dyskusje grupowe

- 17. Związek między refleksologią a zdrowiem fizycznym i emocjonalnym
- 18. Refleksologia w kontekście różnych schorzeń
- 19. Dopasowanie odpowiednich technik do konkretnych schorzeń
- 20. Nauka pełnej sesji terapeutycznej na stopach
- 21. Praktyka, wsparcie oraz konstruktywna informacja zwrotna od Instruktorce
- 22. Ugruntowanie zdobytej wiedzy poprzez praktykę na stopach w parach
- 23. Podsumowanie kluczowych zagadnień
- 24. Walidacja i zakończenie kursu

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 9

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Realizacja programu szkoleniowego od punktu 1 do 8	Joanna Szabat	23-10-2026	10:00	12:45	02:45
2 z 9 Realizacja programu szkoleniowego od punktu 9.a do 9.d	Joanna Szabat	23-10-2026	12:45	14:30	01:45
3 z 9 Przerwa	Joanna Szabat	23-10-2026	14:30	15:00	00:30
4 z 9 Realizacja programu szkoleniowego od punktu 9.e do 9.j	Joanna Szabat	23-10-2026	15:00	18:00	03:00
5 z 9 Realizacja programu szkoleniowego od punktu 10 do 16	Joanna Szabat	24-10-2026	10:00	12:00	02:00
6 z 9 Realizacja programu szkoleniowego od punktu 17 do 20	Joanna Szabat	24-10-2026	12:00	14:45	02:45
7 z 9 Przerwa	Joanna Szabat	24-10-2026	14:45	15:15	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 9 Realizacja programu szkoleniowego od punktu 21 do 26	Joanna Szabat	24-10-2026	15:15	17:45	02:30
9 z 9 Walidacja i zakończenie kursu	-	24-10-2026	17:45	18:15	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 450,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 450,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	72,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	72,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Joanna Szabat

Dyplomowany refleksolog, specjalizujący się w refleksologii terapeutycznej.

Pasjonuje się od wielu lat naturalnymi metodami służącymi zdrowiu ciała i umysłu.

Interesuje się kulturą dalekiego wschodu, naukami o naturze umysłu, medycyną chińską i masażem tajskim.

Otrzymała wykształcenie z zakresu refleksologii u Takashi Yoshizawy – wieloletniego praktyka refleksologii i masażu tajskiego, ucznia i asystenta Ajana Pichesta.

Uczyła się refleksologii także w Polskim Instytucie Refleksologii i naukę zakończyła egzaminem certyfikującym.

Wykorzystuje na co dzień zgromadzone doświadczenie i wiedzę w prywatnym gabinecie, niosąc

pomoc wielu potrzebującym.

Refleksologia jest przede wszystkim jej pasją, dzięki której pomaga innym odzyskać radość z życia bez bólu i chorób.

Ukończone kursy:

Refleksologia stóp – Takashi Yoshizawa

Refleksologia rąk – Takashi Yoshizawa

I, II, III stopnie refleksologii stóp – Polski Instytut Refleksologii

Refleksologia rąk – Polski Instytut Refleksologii

I, II stopień Refleksologia twarzy i głowy – Polski Instytut Refleksologii

Warsztaty dla zaawansowanych refleksologów – Praca na paznokciach. Głowa i mózg w refleksologii oraz Zaburzenia w życiu seksualnym a praca refleksologii.

Warsztaty dla zaawansowanych refleksologów – Refleksologia terapeutyczna dla dzieci.

Dietetyka TCM u Agnieszki Krzemińskiej – Szkoła Tradycyjnej Medycyny Chińskiej Tomo.

Lifting Terapeutyczny Twarzy DRE – Szkoła Multiterapii Beaty Sekuły.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Co otrzymuje uczestnik kursu

1. Certyfikat ukończenia kursu w języku polskim i języku angielskim

- potwierdzający nabycie wiedzy i umiejętności w zakresie refleksologii stóp

2. Zaświadczenie ukończenia kursu MEN III/1

- dokument przydatny w pracy zawodowej w gabinetach masażu, studiach wellness lub w pracy indywidualnej

3. Materiały szkoleniowe

- autorski skrypt z opisem technik
- schematy sekwencji masażu i wskazówki praktyczne

4. Dostęp do wiedzy praktycznej i demonstracji

- pokaz pełnego masażu przez instruktora
- możliwość treningu w parach pod okiem prowadzącego
- korekta techniki i feedback indywidualny

5. Wsparcie w rozwoju kompetencji miękkich i terapeutycznych

- nauka uważności, obecności i komunikacji z klientem
- wskazówki, jak tworzyć komfortową i relaksującą atmosferę podczas zabiegu

Warunki uczestnictwa

Warunki uczestnictwa w szkoleniu

1. Wiek uczestnika

- ukończone 18 lat

2. Stan zdrowia

- brak przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zajęciach praktycznych (np. poważnych chorób układu ruchu, skóry, infekcji, ograniczeń uniemożliwiających pracę fizyczną)

3. Przygotowanie merytoryczne

- kurs przeznaczony jest dla osób początkujących i nie wymaga wcześniejszego doświadczenia w masażu

4. Strój i higiena osobista

- wygodny strój do ćwiczeń praktycznych (np. koszulka, legginsy/spodnie dresowe)
- obuwie zmienne lub skarpety antypoślizgowe

- zachowanie higieny osobistej (krótkie paznokcie, związane włosy, brak biżuterii podczas zajęć)

5. Materiały własne (opcjonalnie)

- ręcznik kąpielowy lub pareo do ćwiczeń
- zeszyt i długopis do notatek

6. Formalności organizacyjne

- wcześniejsze zgłoszenie udziału poprzez formularz rejestracyjny lub kontakt mailowy/telefoniczny
- wniesienie opłaty za kurs (zaliczka/rezerwacja miejsca + dopłata do pełnej kwoty) w określonym terminie

Informacje dodatkowe

1. Godziny podane w karcie szkolenia są godzinami dydaktycznymi (1 godzina dydaktyczna to 45 minut).
2. Kurs prowadzony jest w języku polskim.
3. Materiały, które uczestnik otrzymuje w trakcie szkolenia są w języku polskim.
4. Ze względu na dynamikę prowadzonego szkolenia rzeczywisty harmonogram zajęć może odbiegać od harmonogramu z karty szkolenia
5. Usługa szkoleniowa świadczona przez CS ANATOMIC jest zwolniona z podatku VAT na podstawie art. 43 ust 1 ustawy o VAT

Adres

ul. Kielnieńska 167
80-299 Gdańsk
woj. pomorskie

Wszystkie nasze zajęcia prowadzone są w naszej stałej siedzibie – Gdańsk Osowa, ul. Kielnieńska 167.

Jak do nas dojechać?

Dojazd do nas od strony Gdańska jest autobusem linii 171 z Gdańska Oliwy.

Z Gdyni można do nas dojechać autobusem tej samej linii (171), jedzie on z Gdyni Dąbrowy.

W obydwu tych przypadkach zawsze należy wysiąść na przystanku IŁAWSKA.

Przed naszym centrum znajdują się nasze prywatne miejsca parkingowe. Jeśli wszystkie będą zajęte, to nie obawiaj się, zawsze znajdziesz miejsce np. na ulicy Gnieźnieńskiej, Iławskiej lub Chełmińskiej. Wszystkie wymienione ulice są wolne od opłat parkingowych.

Kontakt



Karolina Legucka

E-mail biuro@anatomic.szkola.pl

Telefon (+48) 609 838 388