



AS INWEST SPÓŁKA  
Z OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 5,0 / 5

1 ocena

## Szkolenie terapeuta Anti-Aging - biomasaż i terapie manualne twarzy

Numer usługi 2026/03/03/197312/3375623

📍 Wrocław

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 80:00 h

📅 17.04.2026 do 07.06.2026

7 500,00 PLN brutto

7 500,00 PLN netto

93,75 PLN brutto/h

93,75 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

Usługa przeznaczona jest dla:

- osób pracujących w gabinetach kosmetycznych, które chcą poszerzyć ofertę o zabiegi manualne wspierające spowolnienie procesów starzenia
- fizjoterapeutów i terapeutów manualnych poszukujący dodatkowych terapii manualnych i masażu liftingującego
- pracowników wellness i SPA
- osób, które chcą rozpocząć pracę w branży beauty

Do udziału w szkoleniu nie jest wymagane doświadczenie w pracy w gabinecie kosmetycznym lub fizjoterapeutycznym.

### Minimalna liczba uczestników

2

### Maksymalna liczba uczestników

10

### Data zakończenia rekrutacji

16-04-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

80

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat ISO 21001: 2018 Organizacje edukacyjne – „Systemy zarządzania dla organizacji edukacyjnych – wymagania ze wskazówkami dotyczącymi użytkowania”

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestników do pracy jako terapeuci twarzy, specjalizujący się w wykonywaniu manualnych zabiegów na twarz i biomasażu, które wspierają klientów w spowalnianiu procesów starzenia się skóry. Szkolenie przygotowuje uczestników do wykonywania masażu manualnych poprawiających wygląd twarzy, z uzupełnieniem o suplementację, ziołolecznictwo, podstawy medycyny chińskiej i ajurwedy.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje historię i założenia japońskiego liftingu twarzy	Poprawnie omawia pochodzenie, filozofię i cele terapii	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wyjaśnia cele i efekty terapii anti-aging	Wskazuje oczekiwane rezultaty zabiegowe i terapeutyczne	Obserwacja w warunkach symulowanych
Rozpoznaje i analizuje wskazania i przeciwwskazania do terapii	Prawidłowo klasyfikuje przypadki klientów	Obserwacja w warunkach symulowanych
Dobiera częstotliwość zabiegów i łączy je z innymi terapiami	Opracowuje schemat terapii zgodny z zasadami bezpieczeństwa	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje rozluźnianie mięśni głębokich twarzy	Stosuje prawidłowy chwyt, nacisk i kolejność technik	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje relaksację i drenaż limfatyczny twarzy	Zachowuje prawidłowy kierunek pracy i rytm masażu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje lifting i akupresurę twarzy	Precyzyjnie lokalizuje punkty i stosuje odpowiednią siłę nacisku	Obserwacja w warunkach symulowanych
Kompleksowo wykonuje pełny masaż liftingujący twarzy	Przeprowadza zabieg zgodnie z protokołem	Obserwacja w warunkach symulowanych
Charakteryzuje rodzaje olejów stosowanych w terapiach zabiegowych i dobiera oleje do typu skóry klienta	Poprawnie opisuje właściwości i zastosowanie olejów oraz Wskazuje oleje odpowiednie dla skóry tłustej, suchej, wrażliwej i dojrzałej	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wyjaśnia rolę olejów w odbudowie bariery hydrolipidowej	Opisuje mechanizmy działania olejów na skórę	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje techniki poprawiające mikrokrążenie i koloryt skóry	Wykonuje techniki w prawidłowej sekwencji i tempie	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje masaż twarzy Mukaabhyanga	Stosuje właściwe techniki i rytm masażu	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje masaż głowy Shiroabhyanga	Opisuje wpływ masażu na stres, sen i regenerację oraz prawidłowo wykonuje techniki masażu głowy	Obserwacja w warunkach symulowanych
Rozróżnia narzędzia gua-sha i ich zastosowanie oraz stosuje techniki masażu gua-sha twarzy, szyi i dekoltu	identyfikuje materiały i ich właściwości oraz poprawnie prowadzi narzędzie i dobiera kąt pracy	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wyjaśnia mechanizm działania masażu bańką chińską oraz dobiera odpowiedni rozmiar bańki do obszaru twarzy	Opisuje wpływ na mikrokążenie i kolagen oraz prawidłowo klasyfikuje obszary zabiegowe	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje masaż twarzy bańką chińską	Zachowuje bezpieczeństwo i płynność techniki	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wyjaśnia podstawy akupunktury i pracy z meridianami oraz analizuje wpływ przepływu energii na wygląd skóry  Rozpoznaje blokady energetyczne i ich skutki oraz dobiera punkty akupunktururowe do terapii twarzy i ciała	Poprawnie opisuje funkcję meridianów oraz Wskazuje zależności energetyczne i estetyczne  Opisuje wpływ blokad na twarz i ciało oraz lokalizuje punkty terapeutyczne	Obserwacja w warunkach symulowanych  Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje pinezkowanie twarzy	Zachowuje zasady higieny i bezpieczeństwa	Obserwacja w warunkach symulowanych
Charakteryzuje anatomię mięśni i powięzi twarzy oraz stosuje techniki uwalniania napięć mięśniowo-powięziowych	Poprawnie identyfikuje struktury anatomiczne oraz stosuje techniki adekwatnie do napięć	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje techniki pracy ze stawem skroniowo-żuchwowym	Prawidłowo dobiera techniki manualne	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wyjaśnia rolę osteopatii w terapiach anti-aging	Opisuje jej wpływ na strukturę i funkcję twarzy	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje masaż transbukalny  Analizuje zmarszczki w kontekście emocji i mimiki oraz diagnozuje stan emocjonalny na podstawie rysów twarzy	Interpretuje zmiany mimiczne i emocjonalne  Interpretuje zmiany mimiczne i emocjonalne oraz interpretuje obserwacje	Obserwacja w warunkach symulowanych  Obserwacja w warunkach symulowanych
Dobiera dietę, suplementację i naturoterapię anti-aging	Proponuje adekwatne wsparcie terapeutyczne	Obserwacja w warunkach symulowanych
Tworzy przykładowy plan zabiegowy	Opracowuje logiczny i spójny program terapii	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Buduje ofertę zabiegową dla klienta	Tworzy dopasowaną ofertę terapeutyczną	Obserwacja w warunkach symulowanych
Prowadzi ćwiczenia jogi twarzy	Demonstruje poprawną technikę ćwiczeń	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczy technik automasażu	Przekazuje instruktaż w sposób zrozumiały	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje medytację i pranajamę wg Ajurwedy	Poprawnie prowadzi techniki oddechowe	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

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych (1 godzina = 45 minut).

Czas trwania: 80 godzin dydaktycznych, w tym 18 godzin teoretycznych i 62 godziny praktyczne.

Harmonogram usługi może ulegać nieznacznemu przesunięciu czasowemu ze względu na czas wykonywanych zabiegów i umiejętności uczestnika. Podczas usługi przewidziane są przerwy ujęte w harmonogramie, które wliczają się w czas usługi.

Usługa przeznaczona jest dla:

- osób pracujących w gabinetach kosmetycznych, które chcą poszerzyć ofertę o zabiegi manualne wspierające spowolnienie procesów starzenia
- fizjoterapeutów i terapeutów manualnych poszukujący dodatkowych terapii manualnych i masażu liftingującego
- pracowników wellness i SPA

- osób, które chcą rozpocząć pracę w branży beauty

Do udziału w szkoleniu nie jest wymagane doświadczenie w pracy w gabinecie kosmetycznym lub fizjoterapeutycznym.

Usługa składa się z części teoretycznej (prezentacja multimedialna) oraz praktycznej wykonywanej na modelkach/samych sobie.

Uczestnik potwierdza swoją obecność poprzez podpisanie listy obecności w formie papierowej. Warunkiem zaliczenia jest min. 80% obecności potwierdzone na liście obecności. Podczas szkolenia na bieżąco przeprowadzana jest walidacja w formie obserwacji w warunkach symulowanych.

Uczestnik potwierdza swoją obecność poprzez podpisanie listy obecności. Na koniec szkolenia przeprowadzana jest walidacja.

## PROGRAM

### Dzień I

- historia koreańskiego liftingu twarzy
- cele i efekty terapii
- wskazania i przeciwwskazania
- częstotliwość zabiegów i łączenie z innymi zabiegami
- warsztaty praktyczne: masażu – etap rozluźniania mięśni głębokich
- warsztaty praktyczne: masażu – etap relaksacji i drenażu limfatycznego
- warsztaty praktyczne: nauka masażu – etap liftingu i akupresury

### Dzień II

- warsztaty praktyczne: powtarzanie całego przebiegu masażu pod okiem trenera z ewentualną jego korektą

### Dzień III

- rodzaje olejów w pielęgnacji skóry i terapiach zabiegowych
- charakterystyka działania olejów na różne typy skóry – tłusta, sucha, wrażliwa, dojrzała
- rola olejów w poprawie elastyczności, nawilżeniu i odbudowie bariery hydrolipidowej skóry
- techniki relaksacji i stymulacji mięśni twarzy poprawiające mikrokrążenie i koloryt skóry
- warsztaty praktyczne: Mukaabhyanga - nauka masażu twarzy
- wpływ Shiroabhyanga na redukcję stresu, poprawę jakości snu i stymulację układu nerwowego
- techniki masażu głowy
- warsztaty praktyczne: Shiroabhyanga - nauka masażu twarzy

### Dzień IV

- przegląd narzędzi do gua-sha (kamienie jadeitowe, kwarc różowy, inne materiały).
- techniki masażu na poszczególne partie twarzy, szyi i dekoltu
- warsztaty praktyczne: masaż gua-sha twarzy
- mechanizm działania masażu podciśnieniowego na mikrokrążenie i produkcję kolagenu
- zasady doboru odpowiedniego rozmiaru baniek do różnych obszarów twarzy
- warsztaty praktyczne: masaż twarzy bańką chińską

### Dzień V

- akupunktura ciała
- podstawowe techniki i zastosowania akupunktury w terapiach estetycznych i zdrowotnych
- meridiany i ich funkcja
- rola meridianów w utrzymaniu równowagi energetycznej organizmu
- wpływ przepływu energii w meridianach na zdrowie i wygląd skóry
- wpływ blokad energetycznych na wygląd twarzy i ciała
- wskazania i przeciwwskazania do stosowania pinezkowania twarzy
- pinezkowanie twarzy
- dobór punktów akupunkturowych w terapii twarzy i ciała
- aplikacje akupunkturowe

### Dzień VI

- anatomia mięśni i powięzi twarzy oraz ciała
- techniki uwalniania napięć mięśniowo-powięziowych
- techniki manualne przywracania równowagi w stawie skroniowo-żuchwowym
- zastosowanie osteopatii w terapii anti-aging

- techniki modelowania twarzy oparte na pracy z układem kostnym
- praca na nerwie błędnym
- warsztaty praktyczne: masaż transbukalny (wewnątrztwarzowy)

#### Dzień VII

- psychologia zmarszczek
- analiza zmarszczek jako odzwierciedlenia emocji i nawyków mimicznych
- czytanie z twarzy
- sztuka diagnozy stanu zdrowia i emocji na podstawie rysów twarzy
- dieta, suplementacja i naturoterapia w terapiach anti-aging

#### Dzień VIII

- przykładowy plan zabiegowy
- tworzenie oferty dla klientów
- facelifting - studium przypadków
- joga twarzy - zestaw ćwiczeń wzmacniających mięśnie twarzy i poprawiających elastyczność skóry
- techniki automasaży jako wsparcie terapii gabinetowej
- medytacja i pranajama – nauka techniki oddychania wg Ajurwedy

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 34

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 34</b> część teoretyczna: rodzaje i działanie olejów w pielęgnacji skóry i terapiach zabiegowych, wstęp do Ajurwedy	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	17-04-2026	09:00	12:30	03:30
<b>2 z 34</b> przerwa	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	17-04-2026	12:30	12:45	00:15
<b>3 z 34</b> warsztaty praktyczne: Mukaabhyanga - nauka masażu twarzy	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	17-04-2026	12:45	15:00	02:15
<b>4 z 34</b> przerwa	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	17-04-2026	15:00	15:15	00:15
<b>5 z 34</b> warsztaty praktyczne: Shiroabhyanga - nauka masażu twarzy	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	17-04-2026	15:15	17:00	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>6 z 34</b> część teoretyczna: masaż gua-sha twarzy	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	18-04-2026	09:00	11:15	02:15
<b>7 z 34</b> warsztaty praktyczne: masaż gua-sha twarzy	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	18-04-2026	11:15	13:30	02:15
<b>8 z 34</b> przerwa	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	18-04-2026	13:30	13:45	00:15
<b>9 z 34</b> warsztaty praktyczne: masaż twarzy bańką chińską	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	18-04-2026	13:45	17:00	03:15
<b>10 z 34</b> Wstęp do akupunktury ciała, meridiany i ich funkcja, wpływ blokad energetycznych na wygląd twarzy i ciała	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	19-04-2026	09:00	11:15	02:15
<b>11 z 34</b> warsztaty praktyczne: Pinezkowanie twarzy	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	19-04-2026	11:15	14:15	03:00
<b>12 z 34</b> przerwa	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	19-04-2026	14:15	14:30	00:15
<b>13 z 34</b> warsztaty praktyczne: Aplikacje akupunkturowe	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	19-04-2026	14:30	17:00	02:30
<b>14 z 34</b> warsztaty praktyczne: Terapia mięśniowo powięziowa, terapia stawu skroniowo-żuchwowego	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	15-05-2026	09:00	11:15	02:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>15 z 34</b> warsztaty praktyczne: Osteopatia estetyczna, praca na nerwie błędnym	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	15-05-2026	11:15	13:00	01:45
<b>16 z 34</b> warsztaty praktyczne: Psychologia zmarszczek	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	16-05-2026	09:00	11:15	02:15
<b>17 z 34</b> przerwa	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	16-05-2026	11:15	11:30	00:15
<b>18 z 34</b> Warsztaty praktyczne	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	16-05-2026	11:30	14:30	03:00
<b>19 z 34</b> Część teoretyczna: Czytanie twarzy, dieta i suplementacja	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	16-05-2026	14:30	17:00	02:30
<b>20 z 34</b> warsztaty praktyczne: Przykładowy plan zabiegowy, tworzenie oferty	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	17-05-2026	09:00	11:15	02:15
<b>21 z 34</b> warsztaty praktyczne: Facelifting, facemodeling, studium przypadków	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	17-05-2026	11:15	14:15	03:00
<b>22 z 34</b> przerwa	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	17-05-2026	14:15	14:30	00:15
<b>23 z 34</b> warsztaty praktyczne: oga twarzy, techniki automasaży jako wsparcie terapii gabinetowej, medytacja i pranajama	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	17-05-2026	14:30	17:00	02:30
<b>24 z 34</b> Warsztaty praktyczne	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	06-06-2026	09:00	11:15	02:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
25 z 34 przerwa	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	06-06-2026	11:15	11:30	00:15
26 z 34 Warsztaty praktyczne	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	06-06-2026	11:30	14:30	03:00
27 z 34 Przerwa	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	06-06-2026	14:30	14:45	00:15
28 z 34 Warsztaty praktyczne	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	06-06-2026	14:45	17:00	02:15
29 z 34 Warsztaty praktyczne	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	07-06-2026	09:00	10:30	01:30
30 z 34 Przerwa	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	07-06-2026	10:30	10:45	00:15
31 z 34 Warsztaty praktyczne	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	07-06-2026	10:45	14:30	03:45
32 z 34 przerwa	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	07-06-2026	14:30	14:45	00:15
33 z 34 Warsztaty praktyczne	AGNIESZKA ZAŁĘSKA	07-06-2026	14:45	15:15	00:30
34 z 34 walidacja: obserwacja w warynkach symulowanych	-	07-06-2026	15:15	17:00	01:45

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	7 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	7 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	93,75 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### AGNIESZKA ZAŁĘSKA

Założycielka Akademii La’Koshi, łącząca wieloletnie doświadczenie w zarządzaniu biznesem kosmetycznym z mistrzowskim opanowaniem terapii manualnych twarzy. Od kilkunastu lat prowadzi z sukcesem własne salony kosmetyczne i centrum szkoleniowe, nieustannie dostosowując swoje działania do dynamicznie zmieniających się trendów oraz wymagań rynku. Marki, które tworzyła, wyróżniają się innowacyjnością i różnorodnością – od zaawansowanych technologicznie jednostek w nurcie medycyny estetycznej i aparatury hi-tech, po miejsca oferujące naturalne terapie oparte na holistycznym podejściu do piękna i zdrowia.

Jest inżynierem, managerem, kosmetologiem, fizykoterapeutką, masażystką, terapeutką anti-aging i ajurwedy, co czyni ją wszechstronnym ekspertem zarówno w obszarze zarządzania biznesem beauty, jak i w zakresie zaawansowanych terapii manualnych twarzy. W swojej pracy łączy wiedzę naukową z wieloma tradycyjnymi technikami, które doskonaliła u mistrzów z Indii, Rosji, Ukrainy, Japonii, Anglii oraz Polski. Specjalizuje się m.in. w technikach rozluźniania powięziowego, masażu transbukalnego, beauty tapingu, masażu próżniowego, akupunkturze kosmetycznej, akupresurze, osteopatii estetycznej oraz chińskiej metodzie czytania z twarzy. Jest również czynnym członkiem Izby Gospodarczej Terapeutów Medycyny Alternatywnej.

Jej autorski kurs “Terapeuta Anti-Aging” prowadzony w Akademii La’Koshi jest uznawany za jeden z najbardziej kompleksowych i innowacyjnych programów szkoleniowych w Polsce.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

#### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje skrypt szkoleniowy

### Warunki uczestnictwa

Przed złożeniem wniosku o dofinansowanie i zapisem na szkolenie prosimy o kontakt telefoniczny lub mailowy w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.

Warunkiem uczestnictwa w szkoleniu jest wypełnienie formularza zgłoszeniowego: [szkolenia@lakoshi.pl](mailto:szkolenia@lakoshi.pl) w celu potwierdzenia dostępności miejsc

### Informacje dodatkowe

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych (1 godzina szkolenia = 60 minut)

Cena nie zawiera kosztów wyżywienia, noclegu i transportu.

Dla podmiotów/osób uczestniczących w usłudze, które otrzymają dofinansowanie min. 70%, koszt szkolenia jest zwolniony z podatku VAT (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień: § 3 ust. 1 pkt 14).

Dla podmiotów/osób uczestniczących w usłudze, które otrzymają dofinansowanie mniejsze niż 70%, podmiot świadczący usługę wystawi fakturę w kwocie netto=brutto we względu na to, że nie jest zarejestrowany jako podatnik VAT (podstawa prawna: art. 113 ust.1 Ustawy o VAT).

## Adres

ul. gen. Karola Kniaźewicza 38/14

50-455 Wrocław

woj. dolnośląskie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**Patrycja Konder**

**E-mail** [szkolenia@lakoshi.pl](mailto:szkolenia@lakoshi.pl)

**Telefon** (+48) 788 335 604