



Kurs weekendowy masaź klasyczny

Numer usługi 2026/03/03/136570/3377918

1 500,00 PLN brutto

1 500,00 PLN netto

45,45 PLN brutto/h

45,45 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

AKADEMIA
MASAŻU
MANUALNI SPÓŁKA
Z OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

📍 Kraków
🏠 Usługa szkoleniowa
📄 stacjonarna
🕒 33:00 h
📅 20.06.2026 do 28.06.2026

★★★★★ 5,0 / 5

22 oceny

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Nasz kurs masażu klasycznego jest dla Ciebie, jeśli:

- jesteś terapeutą, masażyście lub fizjoterapeutą i chcesz się rozwijać
- pracujesz w szeroko rozumianej branży wellness
- jesteś kosmetyczką lub kosmologiem
- masz zamiar zostać masażyście i chcesz uczyć się od ekspertów z wieloletnim doświadczeniem w pracy z klientami
- zaczynasz przygodę z masażem i szukasz kursu od podstaw

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

18-06-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

33

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego, bezpiecznego planowania i realizacji zabiegów masażu klasycznego. Po szkoleniu dobiera chwyt i ich parametry do celu i obszaru pracy, uwzględnia wskazania/przeciwwskazania, stosuje zasady BHP i ergonomii oraz układu sekwencję zabiegu (plecy, bark, brzuch, szyja/głowa, kończyny), formułując zalecenia pozabiegowe.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje zasady BHP, higieny i ergonomii pracy	Opisuje organizację stanowiska i procedury dezynfekcji; określa prawidłowe ułożenie klienta	Test teoretyczny
Charakteryzuje cele i reguły masażu klasycznego	Wymienia chwyt, wskazuje wskazania i przeciwwskazania	Test teoretyczny
Omawia anatomie funkcjonalną obszaru grzbietu	Rozróżnia główne grupy mięśniowe i struktury kostne stanowiące punkty orientacyjne oraz dobiera rodzaje technik do danej części ciała	Test teoretyczny
Omawia pracę w obrębie klatki piersiowej, brzucha i kończyny górnej	Rozróżnia główne grupy mięśniowe i struktury kostne stanowiące punkty orientacyjne oraz dobiera rodzaje technik do danej części ciała	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Komponuje plan sekwencji i wykonuje masaż częściowego lub całego ciała	Układa plan masażu pod założenia gabinetu/preferencje klienta	Analiza dowodów i deklaracji
Wykonuje masaż w obrębie kończyny dolnej oraz nogi	Rozróżnia główne grupy mięśniowe i struktury kostne stanowiące punkty orientacyjne oraz dobiera rodzaje technik do danej części ciała	Analiza dowodów i deklaracji

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

Dzień 1

1. Zapoznanie się grupy, teoria masażu, bezpieczeństwo i higiena pracy oraz ergonomia.
2. Nauka wykorzystywania ciężaru własnego ciała.
3. Zajęcia praktyczne:
 - palpacja głównych mięśni grzbietu: najszerszy grzbietu, dźwigacz łopatki, mięśnie międzyżebrowe, prostownik grzbietu, stożek rotatorów
4. Pokaz technik masażu klasycznego na obszarze grzbietu
5. Zastosowanie praktyczne technik w masażu pleców: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, wibracje, oklepywanie
6. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach
7. Masaż mięśni przykręgosłupowych: palpacja najważniejszych mięśni powierzchownych oraz struktur kostnych
8. Zastosowanie różnych technik w masażu mięśni przykręgosłupowych:
 - głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, wibracje, oklepywanie

Dzień 2

1. Powtórka z pierwszego dnia
2. Palpacja głównych mięśni obręczy barkowej: mięsień równoległoboczny większy i mniejszy, mięsień czworoboczny
3. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach
4. Masaż brzucha
5. Test sprawdzający napięcie powłok brzusznych
6. Masaż powłok brzusznych
7. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach

Dzień 3

1. Powtórka z 2 dnia
2. Klatka piersiowa:
 - Palpacja głównych mięśni klatki piersiowej: piersiowy większy i mniejszy, struktur kostnych: mostek i obojczyk
3. Ćwiczenia praktyczne i wykonanie masażu w parach
4. Szyja:
 - Palpacja głównych mięśni szyi: szeroki szyi, pochyle, MOS
5. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach
6. Masaż kończyny dolnej:
 - Palpacja głównych mięśni kończyny dolnej: czworogłowy uda, dwugłowy uda, pośladkowy , brzuchaty łydki, gruszkowaty, rozciągnio podeszwowe
7. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach
8. Masaż kończyny górnej:
 - Palpacja głównych mięśni kończyny górnej: zginacze, prostowniki palców, nadgarstka, triceps, biceps
9. Integracja technik masażu klasycznego na obszarze nóg
10. Wykorzystanie sekwencji masażu do zapewnienia kompleksowego doświadczenia klientowi
11. Przegląd i podsumowanie technik masażu klasycznego

Dzień 4

1. Powtórka z dnia 3
2. Twarz:
 - Palpacja głównych mięśni twarzy: mięsień żwacz, brzusiec czołowy, okrężny ust, marszczyciel brwi
3. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach

4. Głowa:

- masaż i mobilizacja czepca ścięgnistego
- rozluźnianie karku w pozycji siedzącej

5. Powtórka materiału oraz przygotowanie do pracy całościowej z klientem

6. Integracja technik masażu klasycznego w sesji całościowej w parach

7. Podsumowanie kursu

8. Walidacja

9. Rozdanie dyplomów

Forma i czas trwania

- Łączna liczba godzin: 33 h dydaktyczne
- Podział na teorię i praktykę:
 - teoria: 2 h / praktyka 31 h

Warunki organizacyjne

Szkolenie grupowe realizowane w formie stacjonarnej.

Każdy uczestnik pracuje na samodzielnym stanowisku wyposażonym w łóżko do masażu, krzesło, środki dezynfekcyjne, ręczniki oraz produkty do masażu. Uczestnicy wykonują ćwiczenia praktyczne w parach lub na modelkach. Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych.

Walidacja

- Metody walidacji efektów uczenia się: Walidacja test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie i obserwacja w warunkach symulowanych
- Walidacja realizowana zdalnie, jest w ostatnim dniu szkolenia i jest wliczona w czas trwania usługi. Czas trwania usługi obejmuje wynik oczekiwania na wyniki walidacji.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 22

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 22 Wprowadzenie, teoria masażu, ergonomia i podstawowe techniki	MACIEJ FIEDOR	20-06-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 22 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	20-06-2026	10:00	10:15	00:15
3 z 22 Palpacja mięśni grzbietu oraz techniki masażu klasycznego pleców – ćwiczenia praktyczne	MACIEJ FIEDOR	20-06-2026	10:15	12:45	02:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 22 Przerwa obiadowa	MACIEJ FIEDOR	20-06-2026	12:45	13:00	00:15
5 z 22 Masaż mięśni przykręgosłupowych – techniki i ćwiczenia praktyczne	MACIEJ FIEDOR	20-06-2026	13:00	15:15	02:15
6 z 22 Powtórka oraz palpacja mięśni obręczy barkowej	MACIEJ FIEDOR	21-06-2026	09:00	10:00	01:00
7 z 22 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	21-06-2026	10:00	10:15	00:15
8 z 22 Masaż obręczy barkowej – techniki i ćwiczenia praktyczne w parach	MACIEJ FIEDOR	21-06-2026	10:15	12:45	02:30
9 z 22 Przerwa obiadowa	MACIEJ FIEDOR	21-06-2026	12:45	13:00	00:15
10 z 22 Masaż brzucha i powłok brzusznych – techniki i ćwiczenia praktyczne	MACIEJ FIEDOR	21-06-2026	13:00	15:15	02:15
11 z 22 Powtórka oraz palpacja mięśni klatki piersiowej	MACIEJ FIEDOR	27-06-2026	09:00	10:00	01:00
12 z 22 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	27-06-2026	10:00	10:15	00:15
13 z 22 Masaż klatki piersiowej i szyi – techniki oraz ćwiczenia praktyczne	MACIEJ FIEDOR	27-06-2026	10:15	12:45	02:30
14 z 22 Przerwa obiadowa	MACIEJ FIEDOR	27-06-2026	12:45	13:00	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 22 Masaż kończyn górnych i dolnych, integracja technik oraz podsumowanie	MACIEJ FIEDOR	27-06-2026	13:00	15:15	02:15
16 z 22 Powtórka oraz palpacja mięśni twarzy	MACIEJ FIEDOR	28-06-2026	09:00	10:00	01:00
17 z 22 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	28-06-2026	10:00	10:15	00:15
18 z 22 Masaż twarzy oraz masaż głowy – techniki i ćwiczenia praktyczne	MACIEJ FIEDOR	28-06-2026	10:15	11:15	01:00
19 z 22 Mobilizacja czepca ścięgniętego i rozluźnianie karku – ćwiczenia praktyczne	MACIEJ FIEDOR	28-06-2026	11:15	12:30	01:15
20 z 22 Przerwa obiadowa	MACIEJ FIEDOR	28-06-2026	12:30	12:45	00:15
21 z 22 Powtórka materiału, integracja technik masażu klasycznego – sesja całościowa w parach	MACIEJ FIEDOR	28-06-2026	12:45	15:00	02:15
22 z 22 Walidacja test teoretyczny i obserwacja w warunkach symulowanych	-	28-06-2026	15:00	15:15	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	45,45 PLN
Koszt osobogodziny netto	45,45 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

MACIEJ FIEDOR

Od 10 lat pomagam moim pacjentom poczuć się lepiej w swoich ciałach. Niestety, doba ma tylko 24 godziny, a potrzebujących terapii przybywa z każdym dniem. Dlatego, z chęci pomocy jak największej liczbie ludzi, zrodziła się moja kolejna pasja: nauczanie masażu.

Jako nauczyciel daję z siebie wszystko, żeby jak najlepiej przygotować moich kursantów do pracy z pacjentami. W ten sposób, poprzez ich umiejętności, przyczyniam się do pomocy tysiącom ludzi, których nawet nie widziałem na oczy. I to napędza mnie do działania.

Pamiętam, jak sam stawiałem pierwsze kroki (a w zasadzie chywy) w masażu i wiem, jak ważna jest rola nauczyciela. Pozwól, że zostanę Twoim i przeprowadzę Cię przez kurs tak, abyście jak najwięcej skorzystali na nim Ty i Twoi pacjenci.

Nauczę Cię:

- Masaż współczesny klasyczny
- Masaż tajski
- Masaż biurowy
- Masaż tkanek głębokich
- Masaż relaksacyjny
- Masaż balijski
- Masaż bańkami chińskimi

Moje wykształcenie:

- Wyższa Szkoła Fizjoterapii we Wrocławiu (magister fizjoterapii)
- Kurs MTG Marcin Wytrążek
- Kurs anatomii palpacyjnej Marcin Fluder
- Kurs zintegrowana terapia manualna
- Certyfikat masażu sportowego
- Kurs Pinoterapia
- Kursy masaży orientalnych
- Kurs "Suche igłowanie – medyczna akupunktura

Kurs Kompleksowa terapia powięzi

Moja aktywność zawodowa:
instruktor, koordynator w Szkołach Masażu
instruktor centrum szkoleniowe Oshin
terapeuta SPA Limone Piemonte, Włochy
terapeuta klinika masażu Oslo, Norwegia
3 miejsce w Mistrzostwach Norwegii w masażu

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Po szkoleniu z masażu klasycznego otrzymasz od nas pakiet, który wesprze Cię na początku pracy z masażem klasycznym i pomoże Ci się rozwijać.

Twój bezpłatny pakiet zawiera:

- materiały wideo z każdej części masażu
- skrypt z technikami i podstawową wiedzą

Uczestnik zobowiązany jest do udziału w co najmniej 80% zajęć przewidzianych w ramach usługi. Frekwencja będzie potwierdzana na podstawie podpisów składanych na liście obecności.

Informacje dodatkowe

- W przypadku osób, których dofinansowanie będzie poniżej 70% o ceny usługi należy doliczyć podatek VAT 23%

Adres

ul. Balicka 75/3
30-149 Kraków
woj. małopolskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Barbara Wizner

E-mail biuro@manualni.com

Telefon (+48) 737 538 507