

DILIGENT

Diligent Szymon  
Mrózek

★★★★★ 4,9 / 5

55 ocen

📍 Bielsko-Biała

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 17:00 h

📅 18.05.2026 do 19.05.2026

**Mistrzowski Lifting KATACHI oraz Masaż  
Transbukalny - szkolenie z masażu +  
prowadzenie gabinetu terapii manualnych**

Numer usługi 2026/03/05/175328/3384100

4 900,00 PLN brutto

4 900,00 PLN netto

288,24 PLN brutto/h

288,24 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

**Grupa docelowa usługi**

Szkolenie przeznaczone jest dla kosmetologów, masażystów, terapeutów manualnych twarzy i ciała, a także osób, które dopiero zaczynają przygodę z masażem.

Szkolenie przygotowuje uczestników do samodzielnego wykonywania masażu Katachi oraz masażu transbukalnego. Szkolenie łączy wiedzę teoretyczną z intensywną praktyką. 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**

17-05-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

17

**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

Zdobycie kwalifikacji umożliwiających wykonywanie zabiegu KATACHI i masażu transbukalnego. Celem szkolenia jest nabycie przez uczestników wiedzy i praktycznych umiejętności w zakresie wykonywania pracy z ciałem w nurcie KATACHI z wykorzystaniem technik masażu transbukalnego. Uczestnicy nauczą się prawidłowej diagnostyki i pracy. Przygotowanie do pracy w gabinecie kosmetycznym oraz jego prowadzenie.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<b>Moduł 1</b>  uczestnik charakteryzuje filozofię i założenia techniki Katachi, opisuje anatomie i zasady bezpiecznego wykonania masażu	opisuje anatomie i biomechanikę mięśni mimicznych	Test teoretyczny
	wymienia zasady bezpieczeństwa w pracy manualnej na twarzy	Test teoretyczny
	analizuje strukturę mięśni twarzy w kontekście liftingu naturalnego	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	demonstruje poprawne ustawienie ciała w trakcie pracy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
<b>Moduł 2</b>  uczestnik rozróżnia etapy przygotowania do zabiegu, wyjaśnia znaczenie prawidłowej postawy terapeuty i komunikacji z klientem	prowadzi wstępny wywiad i formułuje przeciwwskazania	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	stosuje zasady etycznej komunikacji i empatii wobec klienta	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
<b>Moduł 3:</b>  Techniki masażu KATACHI  uczestnik opisuje kierunki pracy w obrębie żuchwy i bródki, rozumie wpływ napięć mięśni żwacza na owal twarzy  prawidłowo wykonuje masaż	prawidłowo wykonuje techniki liftingujące dolną część twarzy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	dobiera siłę nacisku do typu skóry i napięcia mięśni	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	utrzymuje koncentrację i spokój podczas pracy manualnej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
<b>Moduł 4: Techniki masażu KATACHI</b>  uczestnik omawia budowę mięśni jarzmowych i ich znaczenie w mimice,  rozpoznaje przyczyny asymetrii w obrębie policzków  prawidłowo wykonuje masaż	wykonuje techniki rozluźniania i unoszenia środkowej części twarzy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	stosuje odpowiednie tempo i kierunek ruchu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	utrzymuje kontakt z klientem i reaguje na jego sygnały napięcia	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p><b>Moduł 5: Techniki masażu KATACHI</b></p> <p>uczestnik wymienia mięśnie odpowiedzialne za zmarszczki mimiczne,</p> <p>rozumie wpływ napięcia czoła na mimikę i wyraz twarzy</p> <p>prawidłowo wykonuje masaż</p>	opracowuje czoło, skronie i okolice oczu w sposób liftingujący	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	koordynuje rytm i nacisk dla harmonizacji całej twarzy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	zachowuje uważność i precyzję w pracy wrażliwych obszarów	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
<p><b>Moduł 6: Całościowa procedura masażu KATACHI</b></p> <p>uczestnik wykonuje strukturę pełnego rytuału Katachi,</p> <p>rozdzieli etapy zabiegu i ich znaczenie terapeutyczne</p> <p><b>Moduł 7: Pogłębienie pracy w technice KATACHI</b></p> <p>uczestnik wykonuje zaawansowane techniki liftingujące,</p> <p>analizuje przyczyny asymetrii mięśni twarzy</p>	łączy poszczególne techniki w płynną sekwencję	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	analizuje efekty wizualne i napięcia mięśniowe po sesji	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	samodzielnie planuje przebieg zabiegu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	wykonuje pogłębione ruchy liftingujące i modelujące	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
modyfikuje technikę w zależności od typu skóry i napięcia	Obserwacja w warunkach rzeczywistych	
przyjmuje postawę otwartą na indywidualne potrzeby klienta	Obserwacja w warunkach rzeczywistych	
<p><b>Moduł 8: Wprowadzenie do masażu transbukalnego</b></p> <p>uczestnik opisuje anatomię jamy ustnej i mięśni żwaczy,</p> <p>rozumie zasady aseptyki i bezpieczeństwa</p>	przygotowuje stanowisko i klienta do pracy wewnątrz jamy ustnej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	prezentuje anatomię twarzy w kontekście masażu transbukalnego	Test teoretyczny
<p><b>Moduł 9: Technika masażu transbukalnego – część praktyczna</b></p> <p>uczestnik rozpoznaje struktury anatomiczne dostępne od strony jamy ustnej,</p> <p>opisuje reakcje tkanek na ucisk wewnętrzny</p>	wykonuje masaż transbukalny policzków, żwaczy i okolic ust	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	koordynuje siłę nacisku i rytm pracy wewnątrz jamy ustnej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	utrzymuje komunikację z klientem w celu zapewnienia komfortu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Moduł 10: Integracja technik – KATACHI + Transbukalny</p> <p>uczestnik wyjaśnia kolejność i logikę łączenia technik,</p> <p>omawia jak skutecznie powadzić gabinet kosmetyczny</p>	<p>łączy Katachi i masaż transbukalny w jedną procedurę</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>dostosowuje czas, rytm i nacisk do potrzeb klienta</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

# 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

## Program szkolenia

### Dzień 1 – Mistrzowski Lifting KATACHI

#### Moduł 1: Wprowadzenie do techniki KATACHI (1 godzina) teoria

- omówienie filozofii metody i zasad działania,
- anatomia i biomechanika mięśni mimicznych twarzy,
- zasady bezpieczeństwa pracy manualnej na twarzy.

#### Moduł 2: Przygotowanie terapeuty i klienta (30 minut) praktyka

- obserwacja, wywiad, przeciwwskazania,
- ustawienie ciała terapeuty – praca bez przeciążeń,
- rytuał wstępny – techniki oddechowe i rozluźniające.

#### Moduł 3: Techniki masażu KATACHI – część dolna twarzy (2 godziny) praktyka

- opracowanie żuchwy, bródki i okolicy ust,
- techniki liftingujące i modelujące owal twarzy,

- kierunki pracy i nacisku.

#### **Moduł 4: Techniki masażu KATACHI – część środkowa twarzy (1 godzina 45 minut) praktyka**

- praca w obrębie policzków i skrzydeł nosa,
- uwalnianie napięć w mięśni jarzmowym i okolicach ust,
- harmonizacja prawej i lewej strony twarzy.

#### **Moduł 5: Techniki masażu KATACHI – część górna twarzy (1 godzina) praktyka**

- praca z czołem, mięśniem okrężnym oka i skroniami,
- wygładzanie zmarszczek mimicznych,
- budowanie liftingu naturalnego w całym obszarze twarzy.

#### **Moduł 6: Całościowa procedura masażu KATACHI (1 godzina) praktyka**

- łączenie poszczególnych etapów w rytuał,
- dostosowanie siły, tempa i rytmu do potrzeb klienta,
- analiza efektów i omówienie błędów.

### **Dzień 2 – Katachi w praktyce + Masaż Transbukalny**

#### **Moduł 7: Pogłębienie pracy w technice KATACHI (1 godzina) praktyka**

- zaawansowane techniki liftingujące,
- praca na asymetriach twarzy,
- techniki głębszego opracowania mięśni.

#### **Moduł 8: Wprowadzenie do masażu transbukalnego (1 godzina) teoria**

- zasady higieny i bezpieczeństwa,
- anatomia mięśni wewnętrznych jamy ustnej,
- przygotowanie stanowiska i klienta.

#### **Moduł 9: Technika masażu transbukalnego – część praktyczna (2 godziny 15 minut) praktyka**

- praca wewnątrz jamy ustnej: policzki, okolice ust, żwacze,
- rozluźnianie głębokich napięć i modelowanie owalu,
- praca z emocjami utrwalonymi w mięśniach twarzy.

#### **Moduł 10: Integracja technik – KATACHI + Transbukalny (2 godziny) praktyka**

- łączenie obu metod w jedną procedurę,
- kolejność, rytm i proporcje pracy,
- omówienie efektów i indywidualizacja zabiegu
- omówienie właściwej strategii prowadzenia gabinetu kosmetycznego

#### **walidacja (1 godzina)**

#### **Informacje dodatkowe:**

- przerwy wliczone są w czas trwania kursu
- 1H 30 MIN PRZERWA
- 2H TEORII
- 12H 30 min PRAKTYKA
- 1 godzina EGZAMIN
- po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej uczestnik otrzymuje certyfikat
- każdy uczestnik otrzymuje skrypty szkoleniowe
- uczestnicy mają do dyspozycji kompleksowo wyposażone stanowisko
- organizator zapewnia modelki do masażu lub uczestnicy pracują na sobie wzajemnie
- jedna godzina zajęć równa jest godzinie zegarowej
- każdy z uczestników otrzymuje skrypt oraz długopis i notes
- przed zapisem na szkolenie prosimy o kontakt z organizatorem, aby zweryfikować dostępność terminu
- aby wypełnić zgłoszenie prosimy o kontakt mailowy: [instytutkalska@gmail.com](mailto:instytutkalska@gmail.com)

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 16</b> Moduł 1: Wprowadzenie do techniki KATACHI	Monika Skalska	18-05-2026	08:00	09:00	01:00
<b>2 z 16</b> Moduł 2: Przygotowanie terapeuty i klienta	Monika Skalska	18-05-2026	09:00	09:30	00:30
<b>3 z 16</b> Przerwa kawowa	Monika Skalska	18-05-2026	09:30	09:45	00:15
<b>4 z 16</b> Moduł 3: Techniki masażu KATACHI	Monika Skalska	18-05-2026	09:45	11:45	02:00
<b>5 z 16</b> Moduł 4: Techniki masażu KATACHI – część środkowa twarzy	Monika Skalska	18-05-2026	11:45	13:30	01:45
<b>6 z 16</b> Przerwa obiadowa	Monika Skalska	18-05-2026	13:30	14:00	00:30
<b>7 z 16</b> Moduł 5: Techniki masażu KATACHI – część górna twarzy	Monika Skalska	18-05-2026	14:00	15:00	01:00
<b>8 z 16</b> Moduł 6: Całościowa procedura masażu KATACHI	Monika Skalska	18-05-2026	15:00	16:30	01:30
<b>9 z 16</b> Moduł 7: Pogłębienie pracy w technice KATACHI	Monika Skalska	19-05-2026	08:00	09:00	01:00
<b>10 z 16</b> Moduł 8: Wprowadzenie do masażu transbukalnego	Monika Skalska	19-05-2026	09:00	10:00	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>11 z 16</b> Moduł 9: Technika masażu transbukalnego – część praktyczna	Monika Skalska	19-05-2026	10:00	10:15	00:15
<b>12 z 16</b> Moduł 9: Technika masażu transbukalnego – część praktyczna	Monika Skalska	19-05-2026	10:15	12:30	02:15
<b>13 z 16</b> Moduł 10: Integracja technik – KATACHI + Transbukal (1/2)	Monika Skalska	19-05-2026	12:30	13:30	01:00
<b>14 z 16</b> Przerwa obiadowa	Monika Skalska	19-05-2026	13:30	14:00	00:30
<b>15 z 16</b> Moduł 10: Integracja technik – KATACHI + Transbukal (2/2)	Monika Skalska	19-05-2026	14:00	15:30	01:30
<b>16 z 16</b> walidacja - test teoretyczny	-	19-05-2026	15:30	16:30	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	288,24 PLN
Koszt osobogodziny netto	288,24 PLN
W tym koszt walidacji brutto	90,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	90,00 PLN

W tym koszt certyfikowania brutto

150,00 PLN

W tym koszt certyfikowania netto

150,00 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 wliczone są w czas trwania kursu
- 1H 30 MIN PRZERWA
- 2H TEORII
- 12H 30 min PRAKTYKA
- 1 godzina EGZAMIN
- po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej uczestnik otrzymuje certyfikat
- każdy uczestnik otrzymuje skrypty szkoleniowe
- uczestnicy mają do dyspozycji kompleksowo wyposażone stanowisko

- organizator zapewnia modelki do masażu lub uczestnicy pracują na sobie wzajemnie
- jedna godzina zajęć równa jest godzinie zegarowej
- każdy z uczestników otrzymuje skrypt oraz długopis i notes
- przed zapisem na szkolenie prosimy o kontakt z organizatorem, aby zweryfikować dostępność terminu
- aby wypełnić zgłoszenie prosimy o kontakt mailowy: [instytutkalska@gmail.com](mailto:instytutkalska@gmail.com)

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.

## Adres

Bielsko-Biała 5/3  
43-300 Bielsko-Biała  
woj. śląskie

budynek z windą  
dostępne wifi

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**Szymon Mrózek**

**E-mail** [instytutkalska@gmail.com](mailto:instytutkalska@gmail.com)

**Telefon** (+48) 602 626 662