



Kurs masażu relaksacyjnego

Numer usługi 2026/03/08/136570/3388702

1 170,00 PLN brutto

1 170,00 PLN netto

90,00 PLN brutto/h

90,00 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

AKADEMIA
MASAŻU
MANUALNI SPÓŁKA
Z OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

8 ocen

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 13:00 h

📅 13.06.2026 do 14.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Szkolenie jest skierowane do dorosłych osób planujących wykonywanie masażu w pracy zawodowej lub rozszerzenie zakresu świadczonych usług, w szczególności do:

- masażyстів,
- fizjoterapeutów,
- terapeutów manualnych,
- kosmetyczek,
- kosmologów,
- pracowników spa i branży wellness oraz
- przedsiębiorców prowadzących działalność usługową w obszarze beauty,

Uczestnik powinien posiadać podstawową wiedzę z zakresu anatomii człowieka i zasad higieny pracy. Szkolenie jest odpowiednie zarówno dla osób bez doświadczenia, jak i praktyków chcących uporządkować i rozwinąć kompetencje w zakresie masażu.

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

12-06-2026

Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	13
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnego i bezpiecznego wykonywania masażu relaksacyjnego zgodnie z zasadami anatomii i fizjologii człowieka. Uczestnik planuje zabieg, kwalifikuje klienta oraz wykonuje masaż całego ciała z wykorzystaniem podstawowych technik. Dobiera techniki, tempo oraz siłę masażu do potrzeb i stanu klienta, dbając o komfort, bezpieczeństwo oraz prawidłową metodykę

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Charakteryzuje rodzaje masaży relaksacyjnych oraz ich zastosowanie w pracy z klientem.</p>	<p>rozdzieli masaż relaksacyjny i masaż klasyczny oraz wskazuje podstawowe różnice między nimi,</p> <p>wymienia rodzaje masażu relaksacyjnego</p> <p>określa cele stosowania masażu relaksacyjnego,</p>	Test teoretyczny
<p>Charakteryzuje zasady przygotowania stanowiska pracy oraz organizacji zabiegu masażu relaksacyjnego.</p>	<p>rozdzieli zasady ergonomii pracy masażyisty (wykorzystanie ciężaru własnego ciała podczas masażu),</p> <p>rozdzieli elementy wpływające na komfort i relaks klienta (tempo masażu, płynność ruchów, dobór muzyki),</p> <p>rozdzieli czynności wykonywane przed masażem, w trakcie zabiegu oraz po jego zakończeniu,</p>	Test teoretyczny
<p>Dobiera techniki masażu relaksacyjnego oraz preparaty do potrzeb klienta.</p>	<p>Wskazuje dobór technik masażu do celu zabiegu relaksacyjnego,</p> <p>Wykonuje zabieg masażu relaksacyjnego całego ciała.</p>	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Przygotowuje się do prowadzenia działalności w obszarze usług masażu.	Stosuje zasady komunikacji interpersonalnej podczas konsultacji i wykonywania zabiegu, - zachowuje dyskrecję oraz respektuje granice klienta w trakcie pracy,	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

- Rodzaje masażu relaksacyjnych (podstawowe różnice między masażem relaksacyjnym a klasycznym, masaż synchroniczny, rytmiczny, energetyzujący)
- Techniki masażu relaksacyjnego (umiejętne dobranie technik i rodzaju oleju do potrzeb klienta, wskazania i przeciwwskazania do stosowania masażu, cel masażu relaksacyjnego)
- Ergonomia (ciężar własnego ciała a siła zabiegu)
- Płynność, harmonia, muzyka (dobór odpowiedniej muzyki relaksacyjnej, odpowiednie tempo i czas trwania masażu, przygotowanie stanowiska pracy)
- Praktyczna nauka technik masażu całego ciała, twarzy i głowy
- Czynności przed masażem, w trakcie i po terapii
- Kontakt i relacja z klientem
- Marketing masażysty: jak się promować, jak zacząć, gdzie szukać pracy, rodzaje reklamy
- Walidacja

Kurs obejmuje teorię i praktykę masażu relaksacyjnych, w tym różne rodzaje i techniki, ergonomię masażysty, dopasowanie technik do klienta, dobór muzyki i olejów oraz aspekty marketingu i promocji w zawodzie masażysty.

Forma i czas trwania

- Łączna liczba godzin: 13 h dydaktyczne
- Podział na teorię i praktykę:

- teoria: 1 h / praktyka 12 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: 6

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 6 Wprowadzenie do szkolenia, BHP, ergonomia pracy, teoria masażu relaksacyjnego	Magdalena Żuber	13-06-2026	09:00	09:45	00:45
2 z 6 Nauka wykonywania masażu całego ciała oraz łączenia technik w spójną sekwencję zabiegową.	Magdalena Żuber	13-06-2026	09:45	12:00	02:15
3 z 6 Praktyczna nauka masażu pleców z naciskiem na płynność, tempo i pracę z muzyką.	Magdalena Żuber	13-06-2026	12:00	14:00	02:00
4 z 6 Praktyka masażu twarzy i głowy oraz budowanie relacji i komunikacji z klientem.	Magdalena Żuber	14-06-2026	09:00	12:30	03:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 6 Powtórki oraz podsumowanie szkolenia	Magdalena Żuber	14-06-2026	12:30	13:30	01:00
6 z 6 Walidacja test generowany automatycznie oraz obserwacja w warunkach symulowanych	-	14-06-2026	13:30	13:45	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 170,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 170,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	90,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Magdalena Żuber

Magdalena Żuber – założycielka Studio Świadomego Rozwoju Ohana Czuła Przestrzeń. Trenerka Mentalna prestiżowej Akademii ATM Jakuba B. Bączka (uczyła się u samego Kuby, który jest trenerem takich mistrzów jak np. Robert Lewandowski czy Iga Świątek. Terapeutka SPA&Wellness ze specjalnością masażu orientalne (m.in. Lomi Lomi, Kobido, Tajski Stóp z refleksologią, Misy Tybetańskie) i

ajurwedyjskie (Udvarтана, Abhyanga, Ratnaabhyanga, Upanhasveda, Shiroabhyanga czy Shirodhara). Trenerka pracy z ciałem szkoły OM Fitness, autorka programu Jogi 4 Żywiołów (Hatha-Vinyasa, Aerial, SUP i Hot Yoga). Jedyna w Polsce południowej instruktorka metody Float Fit Aqua Physical. Praktyk metody Ho'oponopono. Szkoleniowiec i mówczyni inspiracyjno-motywacyjna. Autorka e-booków wellness i wellbeing. Twórczyni programów warsztatowych, kursów i szkoleń. Saunamistrzyni PTS. Event Manager II stopnia, Animator czasu wolnego Stageman. Redaktorka

Lifestyle magazynu Odkryj Beskid Sądecki. Manager z ponad 10letnim stażem. Trenerka Vethink Academy.
Od ponad 8lat prowadzi sesje, warsztaty, kursy i szkolenia z zakresu holistycznej pracy z ciałem (m.in. masaże, joga), treningu mentalnego, rozwoju osobistego wjęciu życiowego i biznesowego wellbeing'u. Pracuje w zespołach oraz indywidualnie. Na scenach polskich i zagranicznych.
Szkolenia i treningi prowadzi wjęzyku polskim i angielskim.
Jest multipasjonatką i przedsiębiorczynią.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Po szkoleniu otrzymasz od nas materiały, które wesprze Cię na początku pracy z masażem i pomoże Ci się rozwijać.

Twój bezpłatny pakiet zawiera:

- dostęp do materiałów 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