



BUSINESS &
BEAUTY B&M
BARBARA ZONTEK

★★★★★ 5,0 / 5

5 ocen

SZKOLENIE Z MASAŻU KLASYCZNEGO I RELAKSACYJNEGO ciała "SZTUKA DOTYKU"

Numer usługi 2026/03/09/167594/3391784

- 📍 Bielsko-Biała
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 🕒 16:00 h
- 📅 23.05.2026 do 24.05.2026

4 900,00 PLN brutto
4 900,00 PLN netto
306,25 PLN brutto/h
306,25 PLN netto/h
583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie z masażu ciała klasycznego i relaksacyjnego jest skierowany do ekspertów z branży health & beauty, takich jak masażyści, kosmetyczki, fizjoterapeuci oraz pracownicy SPA i wellness oraz osób początkujących, które chcą poszerzyć swoją ofertę o techniki rozluźniające i relaksujące ciało. Szkolenie dedykowane jest również osobom pragnącym rozpocząć karierę w branży masażu, kosmetycznej oraz pasjonatom naturalnych metod relaksujących ciało i umysł. Kurs dostosowany jest zarówno do osób początkujących, jak i profesjonalistów, którzy chcą pogłębić swoją wiedzę i umiejętności w zakresie masażu ciała.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

21-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

16

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

Szkolenie z masażu ciała klasycznego i relaksacyjnego przygotowuje uczestnika do samodzielnego, świadomego, bezpiecznego i profesjonalnego wykonywania masażu ciała, w oparciu o wiedzę z zakresu anatomii, zasad bezp, ergonomii pracy do zabiegu oraz nabycie kompetencji klientów do zawodu

Szkolenie prowadzi uczestnika przez pełen proces zabiegowy- od prawidłowej oceny potrzeb klienta, poprzez dobór technik manualnych, aż do przygotowania procedur i wdrożenia usług do oferty salonowej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje anatomię ciała w kontekście pracy manualnej	identyfikuje mięśnie oraz struktury powięziowe istotne w masażu ciała	Test teoretyczny
	rozdzieli obszary wymagające szczególnej ostrożności podczas wykonywania zabiegów	Test teoretyczny
	wyróżni p/wskazania bezwzględne i względne do zabiegów manualnych na ciało	Test teoretyczny
	charakteryzuje możliwe reakcje skóry na zastosowane techniki masażu	Test teoretyczny
	identyfikuje potrzeby klienta na podstawie wywiadu i obserwacji stanu skóry i mięśni	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	przygotowuje produkty kosmetyczne zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i higieny pracy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
uczestnik określa zasady bezpieczeństwa oraz p/wskazania do wykonywania masażu ciała klasycznego i relaksacyjnego	rozdzieli i stosuje techniki masażu ciała adekwatne do obszaru zabiegowego oraz celu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	wyróżni p/wskazania bezwzględne i względne do zabiegów manualnych na ciało	Test teoretyczny Obserwacja w warunkach rzeczywistych
uczestnik przygotowuje klienta oraz stanowisko pracy do wykonania masażu ciała	identyfikuje potrzeby klienta na podstawie wywiadu i obserwacji skóry i mięśni oraz kryterium dotyczące stanowiska pracy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
uczestnik wykonuje masaż ciała klasyczny i relaksacyjny zgodnie z obowiązującą metodyką	rozdzieli i stosuje techniki masażu ciała adekwatnie do obszaru zabiegowego oraz celu procedury	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
uczestnik wyróżnia znaczenie komunikacji z klientką w trakcie planowania i wykonywania zabiegu	identyfikuje potrzeby i oczekiwania klienta na podstawie wywiadu ,określa sposób przekazywania zaleceń pozabiegowych w sposób zrozumiały	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
uczestnik przygotowuje się do odpowiedzialnego wdrożenia masażu ciała klasycznego i relaksacyjnego do oferty salonowej	określa standardy jakości etyki oraz ergonomii pracy w usługach manualnych ciała	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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

PROGRAM:

Szkolenie ma charakter praktyczny i aktywizujący w celu wypracowania najkorzystniejszego podejścia, efektów oraz rozwiązań. Liczba godzin usługi jest liczona według godzin zegarowych. Przerwy wliczone są w godziny szkolenia.

Szkolenie trwa

2 dni, każdy dzień po 8 godzin (10:00–18:00)

2 dni × 8 godzin = 16 godziny łącznie, w tym;

Teoria 3 h

Praktyka 10,5h

Przerwy 1,5 h

Walidacja 1 h wliczona w czas szkolenia

Dzień 1 – Wprowadzenie + Masaż ciała Klasyczny i relaksacyjny (część I)

Czas trwania: 8 h (10:00–18:00)

10.00 – 10:40 – Rozpoczęcie szkolenia - teoria

- omówienie celów szkolenia z masażu klasycznego i relaksacyjnego
- przedstawienie harmonogramu,
- zasady BHP i organizacja pracy.

10:40 – 12:45 – Moduł 1: Podstawy pracy manualnej – teoria

- anatomia ciała (układ mięśniowy i powięziowy),
- zasady bezpieczeństwa zabiegowego,
- przeciwwskazania i kwalifikacja klienta,
- ergonomia pracy masażystki– ułożenie dłoni, tempo, postawa, praca na nogach

12:45 – 13:00 – Przerwa 15 min

13:00 – 15:30 – Moduł 2: Masaż ciała klasyczny- techniki wstępne- praktyka

- rozluźnianie tkanek,
- praca na powięzi,
- wyciszenie tkanek.

15:30 – 16:00 – Przerwa obiadowa 30 min

16:00 – 18:00 – POKAZ + PRAKTYKA: Masaż Klasyczny (część I)

- demonstracja instruktorki wraz z najważniejszymi uwagami,
- praktyka krok po kroku na modelkach,
- korekta techniki.

Dzień 2 – Masaż ciała klasyczny i relaksacyjny (część II)

Czas trwania: 8 h (10:00–18:00)

10:00 – 11:30 –Masaż klasyczny-techniki zaawansowane praktyka praca na strukturach ciała z przodu i z tyłu, techniki rozluźniające,poprawiające krążenie,pobudzające i wyciszające ruchy bierne i mobilizacja.

11:30 – 11:45 – Przerwa 15 min

11:45 – 14:15 – POKAZ + PRAKTYKA: POKAZ PEŁNEJ PROCEDURY masażu klasycznego i relaksacyjnego ciała– instruktor

- omówienie najczęstszych błędów
- Omówienie wpływu technik na tkanki
- płynne połączenie technik.

14:15 – 14:45 – Przerwa obiadowa 30 min

14:45 – 16:45 – PRAKTYKA: masaż relaksacyjny

- praca na modelkach,
- kontrola tempa i płynności,
- Indywidualna korekta technik.

16:45 – 17:15 – Moduł 4: Budowanie oferty zabiegowej- teoria

- tworzenie procedur zabiegowych,
- rekomendacje dla klientek,
- wdrożenie usługi do oferty salonowej.

17:15 – 18:00 – EGZAMIN (test teoretyczny oraz obserwacja w warunkach rzeczywistych)

Metody pracy dydaktycznej

Szkolenie realizowane jest z wykorzystaniem zróżnicowanych metod dydaktycznych, dostosowanych do charakteru zajęć:

- **Wykład (teoria)** – przekaz wiedzy z zakresu anatomii ciała, zasad bezpieczeństwa, przeciwwskazań, ergonomii pracy oraz organizacji stanowiska zabiegowego.
- **Pokaz instruktorski** – demonstracja technik masażu ciała klasycznego i relaksacyjnego wykonywana przez instruktora, z omówieniem kolejnych etapów procedury oraz najczęstszych błędów.
- **Ćwiczenia praktyczne** – samodzielna praca uczestników na modelkach, realizowana krok po kroku pod nadzorem instruktora.
- **Instruktaż bieżący i korekta techniki** – indywidualne wskazówki, poprawa ułożenia dłoni, tempa pracy oraz siły nacisku.

Te metody zapewniają kompleksową edukację, łącząc teorię z praktyką, co sprawia, że szkolenie z masażu ciała klasycznego i relaksacyjnego jest wszechstronne i atrakcyjne dla uczestników.

Szkolenie realizowane jest w sali szkoleniowej spełniającej wymogi prowadzenia zajęć teoretycznych i praktycznych z zakresu kosmetyologii oraz masażu ciała. Sala wyposażona jest w odpowiednią liczbę **stanowisk do pracy manualnej**, umożliwiających jednoczesną pracę uczestników na modelkach. Każde stanowisko obejmuje profesjonalne łóżko do masażu, dostęp do źródła światła, miejsce do przygotowania produktów oraz przestrzeń zapewniającą swobodę ruchu i zachowanie ergonomii pracy.

Pomieszczenie zapewnia **odpowiednie warunki sanitarne i higieniczne**, zgodne z zasadami BHP, w tym dostęp do bieżącej wody, środków do dezynfekcji rąk i powierzchni oraz miejsca do bezpiecznego przechowywania narzędzi i preparatów kosmetycznych. Sala jest wentylowana, ogrzewana i przystosowana do kilkugodzinnej pracy szkoleniowej. Uczestnikom zapewnione są materiały szkoleniowe oraz produkty niezbędne do wykonywania zabiegów manualnych na ciele.

Po usłudze rozwojowej uczestnik otrzyma certyfikat o nabyciu KOMPETENCJI

Ukończenie szkolenia rozumiane jest jako obecność na 100% zajęć przewidzianych programem oraz zaliczenie ćwiczeń praktycznych.

Minimalne wymagania udziału w usłudze: brak

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 13

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<div style="background-color: #e91e63; color: white; padding: 2px; border-radius: 5px; display: inline-block;">1 z 13</div> Rozpoczęcie szkolenia - teoria omówienie celów szkolenia z masażu klasycznego i relaksacyjnego przedstawienie harmonogramu, zasady BHP i organizacja pracy.	KAROLNA BARTAK	23-05-2026	10:00	10:40	00:40

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>2 z 13 Podstawy pracy manualnej teoria anatomia ciała, zasady bezpieczeństwa zabiegowego, przeciwwskazania i kwalifikacja klienta, ergonomia pracy masażystki – ułożenie dłoni, tempo, postawa, praca na nogach</p>	KAROLNA BARTAK	23-05-2026	10:40	12:45	02:05
<p>3 z 13 przerwa kawowa</p>	KAROLNA BARTAK	23-05-2026	12:45	13:00	00:15
<p>4 z 13 Moduł 2: Masaż ciała klasyczny-techniki wstępne- praktyka rozluźnianie tkanek, praca na powięzi, wyciszenie tkanek.</p>	KAROLNA BARTAK	23-05-2026	13:00	15:30	02:30
<p>5 z 13 PRZERWA OBIADOWA</p>	KAROLNA BARTAK	23-05-2026	15:30	16:00	00:30
<p>6 z 13 POKAZ + PRAKTYKA: Masaż Klasyczny (część I) demonstracja instruktorki wraz z najważniejszymi uwagami, praktyka krok po kroku na modelkach, korekta techniki.</p>	KAROLNA BARTAK	23-05-2026	16:00	18:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 13 Masaż klasyczny-techniki zaawansowane praktyka praca na strukturach ciała z przodu i z tyłu, techniki rozluźniające, poprawiające krążenie, pobudzające i wyciszające ruchy bierne i mobilizacja.	KAROLNA BARTAK	24-05-2026	10:00	11:30	01:30
8 z 13 PRZERWA KAWOWA	KAROLNA BARTAK	24-05-2026	11:30	11:45	00:15
9 z 13 POKAZ + PRAKTYKA: POKAZ PEŁNEJ PROCEDURY masażu klasycznego i relaksacyjnego ciała – instruktor omówienie najczęstszych błędów Omówienie wpływu technik na tkanki płynne połączenie technik.	KAROLNA BARTAK	24-05-2026	11:45	14:15	02:30
10 z 13 PRZERWA OBIADOWA	KAROLNA BARTAK	24-05-2026	14:15	14:45	00:30
11 z 13 PRAKTYKA: masaż relaksacyjny praca na modelkach, kontrola tempa i płynności, Indywidualna korekta technik.	KAROLNA BARTAK	24-05-2026	14:45	16:45	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 13 Budowanie oferty zabiegowej- teoria tworzenie procedur zabiegowych, rekomendacje dla klientek, wdrożenie usługi do oferty salonowej.	KAROLNA BARTAK	24-05-2026	16:45	17:15	00:30
13 z 13 WALIDACJA	BARBARA ZONTEK	24-05-2026	17:15	18:00	00:45

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	306,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	306,25 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

KAROLNA BARTAK

Karolina Bartak

Karolina Bartak- mgr fizjoterapii, specjalistka manualnych technik na odmładzania twarzy, szkoleniowiec i instruktorka masażu Kobido Glow i terapii manualnych twarzy oraz ciała. Z branżą beauty i masażu związana zawodowo od 2013 roku. W swojej praktyce wykonała kilka tysięcy masaży ciała i twarzy, pracując z różnymi typami skóry, problemami estetycznymi klientów oraz wzmożonym napięciem mięśni. Specjalizuje się w masażu Kobido Glow, autorskim masażu rozluźniająco- liftingującym mięśnie, masażu twarzy i ciała bańką chińską, masażu klasycznym oraz relaksacyjnym ciała. Systematycznie podnosi kwalifikacje zawodowe, uczestnicząc w szkoleniach specjalistycznych i branżowych. W 2024 roku ukończyła m.in. Masaż Kobido naturalny lifting bez

skalpela, w 2013 masaż kosmetyczny twarzy, bańką chińską, w 2015 kinesioping, w 2023 kurs- Trener Business & Beauty- biznesowy i organizację pracy w branży beauty (Akademia Business & Beauty BM), w 2021 kurs: Marketing sprzedaży i Social media w branży beauty oraz Budowanie Marki Osobistej (Akademia Business & Beauty- 12.2021). W 2013 szkolenie: masaż kosmetyczny twarzy, szyi i dekoltu oraz szkołę Masażu Rozszerzonego twarzy i ciała. Uczestniczyła także w warsztatach i wydarzeniach branżowych Health & Beauty. Regularnie szkoli ją również przedstawiciel firmy Inventil, co pozwala jej świadomie i bezpiecznie dobierać pielęgnację pod zabiegi i masaże, tworząc komfortowe oraz dopasowane do cery klientek rytuały.



2 z 2

BARBARA ZONTEK

Barbara Zontek PROJEKTANT MAREK PREMIUM-SINCE 2018 KOSMETOLOG MEDYCZNY -SINCE 2020 WŁAŚCICIEL AKADEMII BRILLIANT BEAUTY CLINIC -SINCE 2020 REZYSER & SCENOGRAF PLEBISCYTU BRYLANTY BEAUTY-SINCE 2020 REDAKTOR BRILLIANT DE LUX JOURNAL -SINCE 2026 GABINET WSPARCIA PSYCHOPEDAGOGICZNEGO -INICJATYWA SPOŁECZNA -SINCE 2026 PSYCHOPEDAGOG-SINCE 2024 PSYCHOTRAUMATOLOG (w trakcie studiów 2026r) TWÓRCA BRILLIANT BEAUTY&CLINIC-SINCE 2024 Twórca Polskiej Marki BRILLIANT BEAUTY B&M-SINCE 2016 Twórca AKADEMII BRILLIANT BEAUTY BM-SINCE 2000 Twórca SZKOŁY DE LUX ONLINE&OFFLINE-SINCE 2000 Twórca PLEBISCYTU BRYLANTY BUSINESS & BEAUTY-SINCE 2021 BRAND CREATOR EYE SHADOWS NUDE&METALLIC-SINCE 2019 BRAND CREATOR SUPERMATTE LIPS-SINCE 2022 BRAND CREATOR DE LUX SILK SCARF-SINCE 2023 Twórca SZKOLENIA DE LUX TRENER BUSINESS & BEAUTY & MASTER TRAINER Laureatka BUSINESS WOMEN AWARDS 2022 Laureatka DIAMONDS BEAUTY 2022 Laureatka FIRMA ROKU 2022 & FIRMA GODNA ZAUFANIA 2023 Marka Roku 2023 Certyfikowany Menager Beauty MEN 2023 Certyfikowany Trener Beauty MEN 2024 Certyfikowany Trener Wyższej Szkoły Akademii Trenerów Sprzedaży 2021 INSTYTUCJA SZKOLENIOWA 2024 160 LAUREATÓW Z AKADEMII UKOŃCZYŁO SZKOLENIE Z ZAKRESU MAREK PREMIUM 2021...do nadal 215 PRZESZKOLONNYCH KOSMETOLOGÓW & KOSMETYCZEK w SALONACH POLSKA EUROPA 2021...do nadal 180 PRZESZKOLONNYCH STUDENTEK AKADEMII 2021...do nadal LICZNE SZKOLENIA & SYMPOZJA & PRELEKCJE SZKOLENIA -FIRMA DIVES & INFINI 2021 ANATOMIA W MEDYCYNIE ESTETYCZNEJ 2021

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

CO OTRZYMASZ W TRAKCIE SZKOLENIA?

- Wiedzę i umiejętności niezbędne do wykonywania profesjonalnego masażu ciała klasycznego i relaksacyjnego
- Możliwość praktycznego wykorzystania nowo zdobytej wiedzy.
- Indywidualną opiekę i wsparcie instruktora.
- Skrypty szkoleniowe – opracowane w formie obszernego materiału dydaktycznego
- KOSMETYKI DO MASAŻU & OLEJEK

CO OTRZYMASZ PO SZKOLENIU?

- Certyfikat potwierdzający ukończenie szkolenie
- Dostęp do dodatkowych materiałów edukacyjnych i porad.
- 1 miesięczna opieka poszkoleniowa

Informacje dodatkowe

Informacje dodatkowe

Szkolenie realizowane jest w godzinach zegarowych.

Usługa dofinansowana w minimum 70% ze środków publicznych jest zwolniona z VAT na podstawie § 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2020 r. poz. 1983) w związku z art. 82 ust. 3 Ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2022 r. poz. 931).

Adres

ul. Antoniego Osuchowskiego 7/9

43-300 Bielsko-Biała

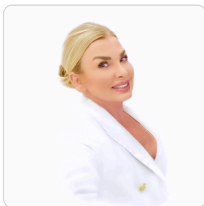
woj. śląskie

AKADEMIA BRILLIANT BEAUTY CLINIC ISO 9001-2015 to centrum pięknego miasta BIELSKA-BIAŁEJ z najlepszą Cukiernią & Restauracją Akademicką & możliwością Parkingu & Noclegu

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



BARBARA ZONTEK

E-mail zontekbarbara@gmail.com

Telefon (+48) 607 700 171