



Akademia Spa
Tomasz Tomasik

★★★★★ 4,9 / 5

866 ocen

Zoga Face Integration I - Integracja Strukturalna w obrębie mięśni mimicznych, dekoltu i czepca-szkolenie

Numer usługi 2026/03/13/166474/3403721

📍 Michałowice

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 29:00 h

📅 06.07.2026 do 08.07.2026

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

103,45 PLN brutto/h

103,45 PLN netto/h

226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Uroda
Grupa docelowa usługi	<p>właściciele salonów kosmetycznych i salonów masażu.</p> <p>pracownicy salonów kosmetycznych i salonów masażu</p> <p>osoby chcące się przebranżowić lub poszerzyć wiedzę na temat masaży</p> <p>Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem”</p> <p>Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery</p> <p>Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.</p>
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	05-07-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	29
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

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestnika do świadomego i bezpiecznego wykonywania technik mięśniowo-powięziowej terapii twarzy oraz struktur szyjno-podpotylicznych, poprzez zdobycie wiedzy z zakresu anatomii twarzy oraz praktycznych umiejętności pracy manualnej w obrębie układu ustno-żuchwowego, mięśni szyi i podpotylicznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>WIEDZA: Stosuje wiedzę z zakresu anatomii twarzy i szyi w odniesieniu do układów: kostnego, mięśniowego, krwionośnego i limfatycznego.</p>	<p>prawidłowo lokalizuje struktury anatomiczne na modelu lub ciele klienta w trakcie części praktycznej.</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>UMIEJĘTNOŚCI: Wykonuje techniki rozluźniania mięśniowo-powięziowego w obrębie twarzy i szyi zgodnie z zasadami bezpieczeństwa.</p>	<p>poprawnie przeprowadza technikę podczas pracy na modelu pod superwizją trenera.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>KOMPETENCJE SPOŁECZNE: Korzysta z informacji zwrotnej w celu doskonalenia własnej techniki pracy manualnej</p>	<p>Uczestnik wprowadza korekty po uwagach szkoleniowca i samodzielnie identyfikuje obszary do poprawy</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>Rozpoznaje wskazania i przeciwwskazania do zastosowania terapii manualnej w obrębie twarzy i szyi</p>	<p>przedstawia uzasadnione decyzje terapeutyczne na podstawie analizy stanu klienta w scenariuszach lub rozmowie.</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>Korzysta z modelu powięziowego i modelu poliwalnego w planowaniu pracy manualnej.</p>	<p>omawia zastosowanie modeli podczas analizy przypadku i uzasadnia wybór technik w odniesieniu do stanu napięciowego.</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>Wykonuje pracę manualną wewnątrz ust oraz na stawie skroniowo-żuchwowym w sposób precyzyjny i higieniczny.</p>	<p>posługuje się technikami intraoralnymi z zachowaniem sterylności oraz zgodnie z protokołem.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Buduje relację terapeutyczną opartą na uważności i szacunku do granic klienta.</p>	<p>utrzymuje kontakt werbalny i niewerbalny w sposób adekwatny i empatyczny podczas pracy w parach.</p>	<p>Wywiad swobodny</p>

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

CZĘŚĆ TEORETYCZNA

1. Anatomia twarzy i szyi – podstawy do pracy terapeutycznej

- Rozmieszczenie i funkcje układów:
 - **kostnego** – struktury czaszki i odcinka szyjnego kręgosłupa
 - **mięśniowego** – główne mięśnie mimiczne i mięśnie szyi
 - **krwionośnego i limfatycznego** – kierunki przepływu, znaczenie w terapii manualnej
- Znaczenie powięzi twarzy i szyi jako struktur przenoszących napięcie

2. Wskazania i przeciwwskazania do terapii manualnej twarzy i szyi

- Przeciwwskazania bezwzględne i względne (stany zapalne, zabiegi medycyny estetycznej, choroby dermatologiczne, nowotwory, itd.)
- Wskazania: bruksizm, napięcia w obrębie żuchwy, stres, bóle głowy, asymetrie twarzy, problemy z postawą

CZĘŚĆ PRAKTYCZNA

3. Rozluźnianie mięśniowo-powięziowe twarzy i szyi

- Lokalizacja i palpacja napięć
- Techniki manualne: delikatna praca z powierzchownymi warstwami powięzi
- Praca na szwach czaszkowych i punktach napięcia
- Techniki wyciszające układ nerwowy

4. Praca wewnątrz ust (intraoralna)

- Omówienie zasad higieny i bezpieczeństwa pracy wewnątrz jamy ustnej
- Techniki manualne:
 - **mięsień okrężny ust** – mobilizacja i rozluźnianie
 - **dźwignice kąta ust** – uwolnienie napięć i poprawa symetrii
 - **mięśnie policzków i podniebienia** – praca na strukturach głębszych
- Techniki od zewnątrz i od wewnątrz – koordynacja dłoni terapeuty

5. Praca z napięciami w obrębie stawu skroniowo-żuchwowego (SSŻ)

- Ocena ruchomości SSŻ
- Wykonywanie technik rozluźniających w obrębie mięśni:
 - skrzydłowego bocznego i przyśrodkowego
 - żwacza
 - skroniowego
- Praca z dysfunkcjami żucia, bruksizmem, trzaskami w stawie

6. Mięśnie szyi – korekcja napięć i postawy

- Lokalizacja i funkcje mięśni szyi: MOS, pochyłe, nad- i podgnykowe
- Techniki rozluźniające i tonizujące mięśnie szyi
- Manualne uwalnianie napięć w obrębie obojczyka i mostka
- Praca w pozycji leżącej i siedzącej

7. Opracowanie mięśni podpotylicznych – praca z podstawą czaszki

- Znaczenie mięśni podpotylicznych w regulacji napięcia głowy i szyi
- Techniki rozluźniające w obrębie:
 - mięśni prostych tylnych głowy (większy i mniejszy)
 - mięśni skośnych głowy
- Poprawa ustawienia głowy, wspomaganie równowagi i percepcji ciała

8. Integracja i sekwencjonowanie technik

- Tworzenie indywidualnych sekwencji terapeutycznych
- Ocena reakcji klienta/pacjenta – adaptacja technik
- Techniki zakończeniowe – harmonizacja napięć, uziemienie

WALIDACJA

Warunki Organizacyjne

Przerwy nie wliczają się w liczbę godzin usługi,

Uczestnikom przysługuje przerwa na prośbę, usług zostanie wydłużona o czas zrealizowanych przerw.(po za przerwami wyznaczonymi w harmonogramie)

Każdy uczestnik ma indywidualne stanowisko, czyli łóżko do masażu, na którym osoby z grupy praktycznej na zmianę przeprowadzają ćwiczenia na sobie w ramach grupy. Ćwiczenia są realizowane w grupie dwu osobowej.

Każdy dostaje również skrypt szkoleniowy, i materiały do przeprowadzenia masażu, kremy, środki do dezynfekcji, oleje, rękawiczki jednorazowe.

Szkolenie realizowane z wykorzystaniem METOD INTERAKTYWNYCH I AKTYWIZUJĄCYCH:

- Praca w grupach
- odgrywanie ról (symulacje)

usługa realizowana w godzinach dydaktycznych 45 min

Walidacja wlicza się w liczbę godzin usługi.

Szkolenie realizowane w grupach dwu osobowych,

Szkolenie realizowane z wykorzystaniem METOD INTERAKTYWNYCH I AKTYWIZUJĄCYCH:

- Praca w grupach
- odgrywanie ról (symulacje)

grupa docelowa obejmuje:

- właściciele salonów kosmetycznych i salonów masażu.
- pracownicy salonów kosmetycznych i salonów masażu
- osoby chcące się przebranzowić lub poszerzyć wiedzę na temat masażu

Część praktyczna trwa:705 min

Część teoretyczna trwa: 600 min

Wywiad swobodny, mający na celu sprawdzenie poziomu wiedzy, będzie realizowany na początku czasu przewidzianego na walidację , z czasem trwania wynoszącym 15 minut. Następnie, walidacja odbędzie się w formie obserwacji w warunkach symulowanych i potrwa 15 minut na jednego uczestnika.

Pozostali uczestnicy będą walidowani po zakończeniu części praktycznej usługi, co oznacza, że dodatkowy czas na walidację po szkoleniu nie wlicza się w czas trwania usługi.

Walidator nie jest obecny na części edukacyjnej

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 12

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Część Teoretyczna - Anatomia Twarzy	Tomasz Tomasik	06-07-2026	10:00	13:00	03:00
2 z 12 Przerwa	Tomasz Tomasik	06-07-2026	13:00	13:15	00:15
3 z 12 Część teoretyczna - rozmieszczenie i budowa układów krwionośnego, limfatycznego, kostnego, mięśniowego.	Tomasz Tomasik	06-07-2026	13:15	18:15	05:00
4 z 12 Część teoretyczna - Wskazania i przeciwwskazania do terapii.	Tomasz Tomasik	07-07-2026	09:00	11:00	02:00
5 z 12 Część praktyczna: rozluźnianie mięśniowo – powięziowe praca wewnątrz ust:mięśnie okrężne ust, dźwigacze kącika ust uwolnienie napięć w stawie skroniowo-żuchwowym. cz I	Tomasz Tomasik	07-07-2026	11:00	13:00	02:00
6 z 12 Przerwa	Tomasz Tomasik	07-07-2026	13:00	13:15	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 12 Część praktyczna: rozluźnianie mięśniowo – powięziowe praca wewnątrz ust:mięśnie okrężne ust, dźwigacze kącika ust uwolnienie napięć w stawie skroniowo-żuchwowym. cz II	Tomasz Tomasik	07-07-2026	13:15	16:00	02:45
8 z 12 Część praktyczna: praca na mięśniach szyi w celu normalizacji napięcia mięśniowego, i skorygowania nieprawidłowego ustawienia odcinka szyjnego. cz II	Tomasz Tomasik	07-07-2026	16:00	17:15	01:15
9 z 12 Część praktyczna: praca na mięśniach szyi w celu normalizacji napięcia mięśniowego, i skorygowania nieprawidłowego ustawienia odcinka szyjnego. cz II	Tomasz Tomasik	08-07-2026	09:00	12:00	03:00
10 z 12 przerwa	Tomasz Tomasik	08-07-2026	12:00	12:15	00:15
11 z 12 Część praktyczna: opracowanie mięśni podpotylicznych w celu normalizacji napięcia i wyrównania asymetrii.	Tomasz Tomasik	08-07-2026	12:15	14:45	02:30
12 z 12 walidacja	-	08-07-2026	14:45	15:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	103,45 PLN
Koszt osobogodziny netto	103,45 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Tomasz Tomasik

Specjalista masażu Spa, autor programów i technik masażu dla obiektów Spa, założyciel szkoły masażu Akademia Spa. Członek klubu „Ludzie Masażu”. Autor publikacji dla magazynu Beauty Inspiration z zakresu Japońskich technik masażu oraz Roli Terapeutów Spa. Jako pierwszy wprowadził masaż Kobido na rynek Polski w 2018 roku. Akademia Spa ma wyłączność na szkolenia z zakresu Hadado. Szkolenia z Zakresu Hadado od 2021 do- teraz. Trener aktywnie działający w branży w ciągu ostatnich 5 lat

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały szkoleniowe w postaci skryptu szkoleniowego z materiałami pozwalającymi na utrwalenie nabytej wiedzy i kompetencji.

Warunki uczestnictwa

ZAWARTO UMOWĘ Z WUP KRAKÓW NA ROZLICZANIE USŁUG Z WYKORZYSTANIEM ELEKTRONICZNYCH BONÓW SZKOLENIOWYCH W RAMACH PROJEKTU NOWY START W MAŁOPOLSCE Z EURES-em i Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój.

SZKOLENIE ROZLICZANE JEST W RAMACH PRYZNANYCH BONÓW.

Informacje dodatkowe

- Po zrealizowanym szkoleniu uczestnik otrzyma certyfikat potwierdzający uczestnictwo w szkoleniu - wymagane jest uczestnictwo w co najmniej 100% zajęć wraz z zaliczeniem testu.
- Uczestnicy usługi nie muszą wykazywać się minimalnym doświadczeniem / stażem aby uczestniczyć w usłudze rozwojowej
- Fakt uczestnictwa w każdym dniu usługi rozwojowej musi zostać potwierdzony przez uczestnika własnoręcznym podpisem złożonym na udostępnionej przez organizatora liście obecności
- cena nie obejmuje kosztów bezpośrednio niezwiązanych z usługą rozwojową, np. kosztów dojazdów, zakwaterowania,
- lokalizacja szkolenia jaki jego realizacja jest dostosowana do osób niepełnosprawnych

Zwolnienie z podatku VAT na podstawie art. 43 ust 1 pkt 29 lit. c ustawy o VAT oraz art. 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień

Adres

ul. 11 Listopada 65A
05-816 Michałowice
woj. mazowieckie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



Aleksandra Brukiewa

E-mail info@akademia-spa.pl

Telefon (+48) 889 109 396