



CUERPO CENTRUM  
SZKOLENIOWE  
ALBERT LISOWSKI

Brak ocen dla tego dostawcy

## Masaż Balijski - szkolenie

Numer usługi 2026/03/15/207955/3407372

📍 Rzeszów

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 20:00 h

📅 15.05.2026 do 16.05.2026

1 300,00 PLN brutto

1 300,00 PLN netto

65,00 PLN brutto/h

65,00 PLN netto/h

128,21 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Inne / Edukacja

**Grupa docelowa usługi**

Szkolenie adresowane jest do osób dorosłych indywidualnych, pracujących lub planujących pracę w obszarze masażu i wellness/SPA – w szczególności do masażyстів oraz pracowników salonów beauty/SPA, którzy wykonują zabiegi na kliencie, przygotowują stanowisko, dobierają oleje i dostosowują techniki do wskazań i przeciwwskazań. Uczestnikami mogą być też osoby początkujące, jeśli są na etapie wejścia do zawodu i chcą nauczyć się pełnej sekwencji masażu. Wymagana jest podstawowa sprawność manualna, umiejętność przestrzegania higieny, ergonomii i BHP, gotowość do pracy w parach (masaż wzajemny) oraz brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania i przyjmowania masażu.

**Minimalna liczba uczestników**

1

**Maksymalna liczba uczestników**

8

**Data zakończenia rekrutacji**

14-05-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

20

**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

Usługa „Masaż balijski – szkolenie” przygotowuje do samodzielnego wykonania pełnej sekwencji masażu balijskiego, z prawidłowym przygotowaniem stanowiska pracy, doбором olejów oraz dostosowaniem technik i siły ucisku do wskazań i przeciwwskazań, z zachowaniem ergonomii i zasad BHP.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje zasady masażu balijskiego oraz ich zastosowanie w pracy z ciałem.	Opisuje kluczowe cechy masażu balijskiego (np. rytm, kierunki pracy, płynność sekwencji)	Wywiad swobodny
	wskazuje elementy wpływające na komfort i bezpieczeństwo osoby masowanej	Wywiad swobodny
	wyjaśnia rolę ergonomii i pracy ciężarem ciała w masażu balijskim	Wywiad swobodny
	klasyfikuje przykładowe przypadki jako wskazanie lub przeciwwskazanie	Wywiad swobodny
	Rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu balijskiego oraz uzasadnia decyzję o wykonaniu lub odmowie zabiegu.	uzasadnia odmowę wykonania masażu w przypadku przeciwwskazań
proponuje bezpieczną alternatywę (np. odroczenie zabiegu / konsultacja) w sytuacji ryzyka		Wywiad swobodny
Organizuje stanowisko do masażu balijskiego z zachowaniem higieny, ergonomii i zasad BHP.	przygotowuje stanowisko zgodnie z wymaganiami higieny i bezpieczeństwa	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	ustawia wyposażenie i pozycję pracy z zachowaniem ergonomii	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	zabezpiecza materiały i akcesoria w sposób ograniczający ryzyko urazu/poślizgu/zabrudzenia	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Dobiera olej oraz parametry masażu (techniki, tempo, siła ucisku) do potrzeb i reakcji osoby masowanej.	dobiera olej do opisanych potrzeb/warunków (np. komfort skóry, preferencje zapachowe) i uzasadnia wybór	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	dostosowuje siłę ucisku i tempo do informacji zwrotnej i obserwacji reakcji ciała	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	dobiera techniki do celu zabiegu (np. relaks, rozluźnienie) i wyjaśnia wybór	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

Dla osiągnięcia celu edukacyjnego, polegającego na przygotowaniu uczestnika do samodzielnego wykonania pełnej sekwencji masażu balijskiego na modelu: przygotowania stanowiska pracy, doboru olejów oraz dostosowania technik i siły ucisku do wskazań i przeciwwskazań, z zachowaniem ergonomii i zasad BHP, zakończonego walidacją – uczestnik powinien być gotowy do pracy warsztatowej w parach (na modelkach oraz wzajemnie na sobie), posiadać podstawową sprawność manualną oraz umiejętność przestrzegania zasad higieny i BHP. Zaleca się brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania i przyjmowania masażu (w razie wątpliwości konsultacja lekarska).

#### Zakres tematyczny.

Zakres teoretyczny:

Historia masażu balijskiego i filozofia pracy z ciałem

Wskazania i przeciwwskazania do masażu balijskiego

Rodzaje olejów stosowanych w masażu balijskim i ich zastosowanie

Ergonomia pracy oraz zasady BHP podczas wykonywania masażu

Zakres praktyczny:

Metodyka masażu balijskiego: przygotowanie stanowiska pracy, praca z ciałem klienta, siła masażu, wykorzystanie ciężaru własnego ciała

Nauka podstawowych chwytów/technik (pokaz instruktora + ćwiczenia)

Ćwiczenia praktyczne w parach – wykonywanie masażu balijskiego wzajemnie na sobie (nauka i doskonalenie technik)

Powtórzenie i doskonalenie technik oraz wykonanie pełnej sekwencji masażu pod nadzorem instruktora

Walidacja: obserwacja w warunkach rzeczywistych + wywiad swobodny

Łączna ilość godzin: 20 h dydaktycznych (15 zegarowych w tym: 1h 30minut teoria, 11h praktyka, 2h 30minut przerwa i walidacja )

Warunki organizacyjne:

1. Szkolenie grupowe/indywidualne: rekomendowana wielkość grupy: 8 osób
2. Uczestnicy pracują warsztatowo/na modelkach/na sobie na wzajem
3. Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych 1h = 45min.
4. Przerwy wliczają się w czas trwania usługi i mogą być elastycznie dostosowane do tempa pracy uczestników i dynamiki szkolenia.
5. Organizator zapewnia: Organizator zapewnia: modelki/modeli, materiały dydaktyczne (skrypty), profesjonalne stoły do masażu, olejki do masażu, podgrzewacze do olejków, jednorazowe prześcieradła, chusty do masażu oraz niezbędne środki higieny. Uczestnicy szkolenia powinni posiadać wygodny strój roboczy, niekrępujący ruchów, umożliwiający swobodne wykonywanie technik masażu.
6. Walidacja jest realizowana ostatniego dnia szkolenia na koniec dnia.
7. Metody walidacji efektów uczenia się: wywiad swobodny, obserwacja w warunkach rzeczywistych

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 14

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 14</b> Historia masażu balijskiego, filozofia pracy z ciałem, wskazania i przeciwwskazania	Albert Lisowski	15-05-2026	09:00	09:45	00:45
<b>2 z 14</b> Rodzaje olejów, właściwości, ergonomia pracy i BHP	Albert Lisowski	15-05-2026	09:45	10:30	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 14 Przerwa	Albert Lisowski	15-05-2026	10:30	10:45	00:15
4 z 14 Metodyka masażu: przygotowanie stanowiska, praca z ciałem, siła masażu, ciężar ciała, podstawowe chwyt (pokaz + ćwiczenia kierowane)	Albert Lisowski	15-05-2026	10:45	12:45	02:00
5 z 14 Przerwa	Albert Lisowski	15-05-2026	12:45	13:30	00:45
6 z 14 Ćwiczenia praktyczne masażu balijskiego – praca w parach	Albert Lisowski	15-05-2026	13:30	15:00	01:30
7 z 14 Ćwiczenia praktyczne masażu balijskiego – praca w parach / zamiana par	Albert Lisowski	15-05-2026	15:00	16:30	01:30
8 z 14 Ćwiczenia praktyczne – powtórzenie i doskonalenie technik (praca w parach)	Albert Lisowski	16-05-2026	09:00	10:30	01:30
9 z 14 Ćwiczenia praktyczne – powtórzenie i doskonalenie technik ( praca w parach / zamiana par )	Albert Lisowski	16-05-2026	10:30	12:00	01:30
10 z 14 Przerwa	Albert Lisowski	16-05-2026	12:00	12:45	00:45
11 z 14 Ćwiczenia praktyczne – pełna sekwencja masażu pod nadzorem instruktora	Albert Lisowski	16-05-2026	12:45	14:15	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>12 z 14</b> Ćwiczenia praktyczne – pełna sekwencja masażu pod nadzorem instruktora ( zamiana par )	Albert Lisowski	16-05-2026	14:15	15:45	01:30
<b>13 z 14</b> Przerwa	Albert Lisowski	16-05-2026	15:45	16:00	00:15
<b>14 z 14</b> Wywiad swobodny, obserwacja w warunkach rzeczywistych	-	16-05-2026	16:00	16:30	00:30

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	1 300,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	1 300,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	65,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	65,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



**1 z 1**

### Albert Lisowski

Albert Lisowski – technik masażysta i instruktor masażu. Masażem zajmuje się od 2011 r., zdobywając doświadczenie m.in. w ośrodkach rehabilitacyjnych oraz strefach SPA. W ostatnich 5 latach potwierdził kwalifikacje certyfikatami: Masaż Balijski (09.10.2022) oraz Masaż Kobido (12.12.2022). Od 2024 r. prowadzi szkolenia z zakresu masażu. Od 04.2025 r. prowadzi Centrum Szkoleniowe CUERPO, w ramach którego realizuje kursy masażu. Osoba prowadząca usługę ma kwalifikacje / doświadczenie zgodne z tematyką usługi zdobyte w ostatnich 5 latach przed publikacją usługi.

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dydaktyczne w formie skryptu papierowego.

## Informacje dodatkowe

podstawa zwolnienia szkolenia z VAT art. 113 pkt. 1

## Adres

ul. Wincentego Pola 18

35-021 Rzeszów

woj. podkarpackie

Sala nr 1

## Kontakt



**ALBERT LISOWSKI**

**E-mail** [cuerpo.centrum.szkolniowe@gmail.com](mailto:cuerpo.centrum.szkolniowe@gmail.com)

**Telefon** (+48) 889 375 598