



IQ CONSULTING
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

7 334 oceny

RS - 2D Refleksologia stóp - terapia neuro- oddechowa

Numer usługi 2026/03/17/120895/3412785

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 27 h

📅 08.04.2026 do 09.04.2026

4 987,00 PLN brutto

4 987,00 PLN netto

184,70 PLN brutto/h

184,70 PLN netto/h

125,00 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do osób zainteresowanych prowadzeniem lub prowadzących już gabinet masażu, posiadających rozwinięte zdolności manualne oraz predyspozycje do pracy z ciałem człowieka. Kurs przeznaczony jest dla osób ceniących bezpośredni kontakt z klientem i zainteresowanych rozwojem praktycznych umiejętności w zakresie terapii manualnych.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

30

Data zakończenia rekrutacji

31-03-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

27

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 jest zdobycie wiedzy i praktyki z refleksologii stóp i terapii neuro-oddechowej. Uczestnicy poznają zasady stymulacji stref wpływających na układ nerwowy, hormonalny i odpornościowy. Kurs uczy technik regulacji stresu i układu limbicznego, integrując metody naturalne z wiedzą medyczną oraz zielonymi kompetencjami w pracy gabinetowej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Lokalizuje i charakteryzuje mapy stref neuro-oddechowych na stopach oraz wyjaśnia mechanizm zjawiska łuku odruchowego	Uczestnik poprawnie opisuje mechanizm łuku odruchowego, w którym manualna stymulacja generuje impuls nerwowy oraz bezbłędnie wskazuje na mapach lokalizację kluczowych mikrosystemów neurooddechowych narządów witalnych.	Wywiad swobodny
Definiuje zasady funkcjonowania ekologicznego i zeroemisyjnego gabinetu terapeutycznego oraz uzasadnia wybór naturalnych produktów.	Uczestnik wymienia minimum 3 praktyki zrównoważonego zarządzania gabinetem (np. oszczędność wody, redukcja odpadów) oraz uzasadnia stosowanie organicznych olejków i biodegradowalnych opakowań zamiast plastiku.	Wywiad swobodny
Wyjaśnia wpływ refleksologii na redukcję stresu i stanów lękowych poprzez regulację biochemiczną układu limbicznego.	Uczestnik opisuje zjawiska stresu i lęku oraz merytorycznie wyjaśnia mechanizm obniżania poziomu kortyzolu i wspierania ośrodków podkorowych mózgu pod wpływem terapii.	Wywiad swobodny
Przeprowadza wywiad z klientem w celu identyfikacji wskazań i przeciwwskazań oraz poprawnie przygotowuje stanowisko pracy.	Uczestnik poprawnie formułuje pytania diagnostyczne do klienta, skutecznie identyfikuje przeciwwskazania do zabiegu oraz samodzielnie przygotowuje stanowisko zgodnie z wymogami sanitarnymi i proekologicznymi.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje zasady ergonomii i zarządzania własną energią w celu zapobiegania zmęczeniu podczas wykonywania zabiegów.	Uczestnik demonstruje prawidłową postawę ciała przy pracy ze stopami oraz poprawnie wykonuje techniki oddechowe i mikro-ćwiczenia odciążające kręgosłup i dłonie.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Precyzyjnie lokalizuje i manualnie stymuluje strefy neuro-oddechowe narządów witalnych, układu nerwowego, hormonalnego i trawiennego na stopach.	Uczestnik podczas sesji praktycznej trafnie odnajduje złogi neuronalne pod skórą oraz poprawnie technicznie wykonuje manualną stymulację stref przypisanych do wybranego przez trenera układu.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Aplikuje zaawansowane procedury terapeutyczne w obrębie „Linii kręgosłupa – Praxis vertebrae” oraz map neurooddechowych w celu niwelowania bólów, poprawy biochemicznych parametrów pracy organów i systemów witalnych oraz uwalniania emocji i traum.	Uczestnik dobiera schemat i demonstruje techniki pracy na strefach nerwów rdzeniowych oraz map neurooddechowych dostosowując je do wybranego schorzenia lub/i problemu emocjonalnego.	Test teoretyczny
Formułuje zalecenia pozabiegowe, pełniąc rolę edukatora promującego autoterapię i proekologiczne wybory życiowe klientów.	Uczestnik poprawnie zamyka zabieg i udziela klientowi minimum 2 wskazówek łączących autoterapię z proekologicznym stylem życia (np. lokalna i zdrowa dieta, omijanie toksycznych kosmetyków, aktywność fizyczna, automasaż).	Debata swobodna
Buduje oparte na empatii relacje z klientem, zachowując profesjonalny dystans emocjonalny podczas terapii manualnej.	Uczestnik podczas symulowanej rozmowy wykazuje empatię i zrozumienie problemów pacjenta, zachowując jednocześnie wewnętrzną równowagę i granice, które zapobiegają jego własnemu obciążeniu emocjonalnemu.	Wywiad swobodny
Kształtuje własną odporność psychiczną i zdolności adaptacyjne, wykorzystując techniki samoregulacji do ochrony przed przeciążeniem emocjonalnym i środowiskowym.	Uczestnik poprawnie identyfikuje główne stresory w swoim otoczeniu oraz opracowuje indywidualny schemat wykorzystania refleksologii do samoregulacji emocjonalnej i budowania rezyliencji.	Analiza dowodów i deklaracji

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Program i harmonogram dotyczy usługi trwającej 2 dni. Szkolenie obejmuje 20 godzin zegarowych tj. 27 godzin dydaktycznych.

Dzień 1:

9:00-10:30 Wprowadzenie do metody sorensensistemTM i rola stóp w utrzymaniu zdrowia i równowagi organizmu.

- Czym jest dobrostan psychofizyczny i jak refleksologia stóp go wspiera.
- Integracja medycyny tybetańskiej i chińskiej z nowoczesną medycyną akademicką oraz ze zrównoważonym rozwojem.
- Praktyczne aspekty oddziaływania stref i punktów neurooddechowych na biochemię organizmu, układ hormonalny, układ limbiczny, centralny i odbowodowy układ nerwowy i nerwy rdzeniowe.
- Wpływ nawyków życiowych i stylu życia na organizm i jego zdolności regeneracyjne.

10:30-11:30 Zarządzanie energią w pracy refleksologa.

- Jak unikać zmęczenia rąk i kręgosłupa podczas zabiegów na stopach?
- Właściwa postawa ciała terapeuty przy pracy ze stopami.
- Mikro-ćwiczenia i techniki oddychania zwiększające wydajność organizmu w czasie zabiegu.

11:30-12:30 Równowaga między empatią a profesjonalizmem w kontakcie z klientem.

- Jak zachować zdrowy dystans emocjonalny wykonując zabiegi manualne.
- Techniki empatycznej rozmowy ukierunkowanej na zmianę niezdrowego stylu życia i stereotypów zachowań.

12:30-13:30 Tworzenie przyjaznego środowiska pracy (Gabinet refleksologa).

- Rola muzyki, zapachów i oświetlenia podczas zabiegu.
- Jak indywidualne podejście do terapii wpływa na jej skuteczność.

13:30-14:30 Przerwa obiadowa

14:30-15:00 Praktyczne wykorzystanie anatomii i fizjologii w kontekście refleksologii stóp.

- Powiązania poszczególnych stref neurooddechowych z organami i systemami witalnymi.
- Praca manualna na strefach neurooddechowych.

15:00-17:00 Manualna lokalizacja stref neuro-oddechowych na stopach (Warsztat).

- Teoria mikrosystemów na stopach (układ ruchu, narządy wewnętrzne).
- Analiza, diagnoza i klasyfikacja złogów neuronalnych i zmian podskórnych.
- Praktyczne ćwiczenia manualnej stymulacji stref na stopach.

17:00-19:00 Moduł dotyczący Ramowego Katalogu Kwalifikacji/Kompetencji Zielonych, Zasobooszczędnych i Zeroemisyjnych PSF.

- Ekologiczne i zeroemisyjne aspekty refleksologii i masaży manualnych sorensensistemTM.
- Wybór ekologicznych i naturalnych produktów terapeutycznych.
- Zrównoważone praktyki w codziennej pracy terapeuty i ekologiczne prowadzenie gabinetu terapeutycznego.
- Wpływ zdrowia człowieka na środowisko – refleksologia i masaże manualne jako element ekologicznego stylu życia.
- Wspieranie naturalnych mechanizmów samoleczenia oraz edukacja pacjentów w zakresie ekologicznych wyborów.
- Nowoczesne ekologiczne materiały terapeutyczne oraz digitalizacja i technologia wspierająca zrównoważony rozwój.

Dzień 2:

9:30-13:30 Techniki pracy manualnej w refleksologii stóp – terapia neuro-oddechowa.

- Nauka procedur terapeutycznych na mikrosystemie neuro-oddechowym organów witalnych.
- Praca na strefach układu nerwowego, hormonalnego, odpornościowego i pozostałych układów witalnych.

13:30-14:30 Przerwa obiadowa

14:30-18:30 Zaawansowana terapia neuro-oddechowa stóp – praktyka.

- Procedury terapeutyczne w dolegliwościach związanych ze schorzeniami kręgosłupa, stresem i migrenami.
- Zastosowanie zaawansowanych procedur refleksologicznych w schorzeniach związanych z układem odpornościowym, nerwowym i hormonalnym.

- Praca z emocjami i traumami z wykorzystaniem 'Linii kręgosłupa – Praxis vertebralis'.
- Procedura równoważenia punktów neuro-oddechowych stóp.
- Praktyczne zastosowanie metody refleksologii stóp w gabinecie – pełna sesja zabiegowa.
- Procedura zamknięcia zabiegu i zalecenia dla klienta (autoterapia).

18.30-19.00 Walidacja szkolenia.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 987,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 987,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	184,70 PLN
Koszt osobogodziny netto	184,70 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Anna Jurewicz Sawa

Anna JurewiczSawa - zajmuje się naturalnymi metodami wspierania organizmu od 2014 roku, a masażem w systemie sorensensistem TM od marca 2018 r. Poza licencją instruktorki z Instytutu Lone Sorensen z Barcelony na prowadzenie Kursów sorensensistem TM , ukończyła kursy uprawniające do wykonywania zabiegów Japońskiego liftingu twarzy moduł I i II sorensensistem TM , tybetańskiego masażu głowy i karku, Dwubiegunowej terapii uwalniania traum emocjonalnych, Kontroli wagi, Crystal liftingu oraz Masażu misami tybetańskimi. Jest dyplomowanym coachem, absolwentką podyplomowych studiów w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej w Warszawie.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik kursu otrzymuje kolorowy skrypt zawierający szczegółowe fotografie, grafiki oraz opisy poszczególnych procedur masażu.

Informacje dodatkowe

Cykl szkoleniowy kończy się uzyskaniem Dyplomu Kursu sorensensistemTM

Adres

ul. Smocza 20/63

01-034 Warszawa

woj. mazowieckie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



MILENA NOWAKOWSKA

E-mail milena95nowakowska@gmail.com

Telefon (+48) 693 019 736