

**Kurs: „Specjalista Odnowy Biologicznej”**

Numer usługi 2026/03/21/20353/3426006

8 900,00 PLN brutto

8 900,00 PLN netto

59,33 PLN brutto/h

59,33 PLN netto/h

137,50 PLN cena rynkowa ⓘ

Centrum

Szkoleniowe Trigger
Krzysztof Stefaniak

📍 Komorniki / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

★★★★★ 5,0 / 5

🕒 150 h

1 ocena

📅 04.05.2026 do 18.05.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- fizjoterapeutów,
- studentów fizjoterapii,
- trenerów personalnych,
- instruktorów sportu,
- nauczycieli wychowania fizycznego
- masażyistów i biomasażystów
- osób zainteresowanych masażem, technikami nowoczesnej fizjoterapii
- kosmetologów i kosmetyczek

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

14

Data zakończenia rekrutacji

03-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

150

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

Kurs przygotowuje do samodzielnego wykonywania terapii objętych programem szkolenia w zakresie usług manualnych i masażu. Uczestnik rozróżnia po szkoleniu techniki terapii manualnej tkanek miękkich oraz masaży orientalnych, sportowych, klasycznych. Definiuje poszczególne metody terapii masażem oraz charakteryzuje odpowiednie składowe masaży. Uczestnik potrafi monitorować oraz planować cały proces terapii, projektuje kolejne kroki swoich zabiegów oraz potrafi uzasadnić cele i składowe działań.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik samodzielnie określa techniki masaży klasycznych 1-2-3 stopnia</p> <p>Uczestnik samodzielnie pracuje w zakresie planowania, nauczania prawidłowego ruchu oraz realizacji wyjątkowo efektywnego procesu usprawniania przy pomocy drenażu limfatycznego, terapii bańką i lodem</p>	<p>Uczestnik definiuje przeciążenia kręgosłupa szyjnego, piersiowego (zespoły bólowe, zawroty głowy) obręczy barkowej (zamrożony bark, staw barkowo - obojczykowy, zespół ciasnoty podbarkowej), łokcia (tenisisty, golfisty), zespół cieśni nadgarstka oraz potrafi wpływać masażem na działania terapeutyczne</p> <p>Uczestnik ustala jakie masaże stanowią podstawę czy uzupełnienie w terapii</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Uczestnik komunikuje się z pacjentem, ustala potrzeby i oczekiwania w zakresie masaży orientalnych z uwzględnieniem technik Lomi Lomi, masażu tajskiego, ajurwedy oraz medycyny chińskiej</p>	<p>Uczestnik komunikuje pacjentowi w sposób zrozumiały wskazania do wprowadzenia terapii oraz ewentualne przeciwwskazania i konsekwencje</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Uczestnik samodzielnie określa techniki terapii tkanek miękkich</p>	<p>Uczestnik prowadzi trening manualny tkanek w dysfunkcjach odcinka szyjnego i piersiowego, terapii masażem głębokim i punktów spustowych, terapii blizn oraz kinezytapingu</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Uczestnik komunikuje się z pacjentem, ustala potrzeby i oczekiwania w zakresie refleksoterapii oraz technik hammam</p>	<p>Uczestnik diagnozuje potrzeby pacjenta</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

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

Uczestnik po zakończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie planowania, wdrażania prawidłowej terapii masażem i technikami związanymi z fizjoterapią, oraz realizacji wyjątkowo efektywnego procesu wykonywania pełnej terapii masażem klasycznym, orientalnym, terapeutycznym i sportowym

Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na modelach.

Czas: 150 godzin zegarowych

PROGRAM KURSU :

Nazwa modułu	Ilość godzin zajęć teoretycznych przypadających na jednego uczestnika	Ilość godzin zajęć praktycznych przypadających na jednego uczestnika
Masaż klasyczny I stopnia z masażem relaksacyjnym i czekoladowym podstawy marketingu, prowadzenia gabinetu, reklamy branżowej oraz rozpoczynania działalności	1	9
Masaż klasyczny II stopnia z nowoczesną fizjoterapią i anatomią palpacyjną	1	9
Masaż klasyczny III stopnia z terapią jednostek chorobowych i masażem Office	1	9
Masaż kamieniami 3 żywioły, masaż modelujący bańką chińską i lodem ICE-CUT	1	9
Medyczny drenaż limfatyczny w fizjoterapii i kosmetyce, Maderoterapia	1	9
Kokosowy masaż lomi lomi z aromaterapią praktyczną	1	9

Masaż tajski z elementami terapii manualnej kręgosłupa oraz teoria medycyny wschodu	1	9
Medycyna ajurwedyjska: Abhianga, Shirodara, Udvardana	1	9
Masaż bambusowy i Japan-Shiatsu	1	9
Mięśniowo-powięziowy masaż głęboki w ujęciu fizjoterapeutycznym	1	9
Terapia punktów spustowych z technikami pozycyjnego rozluźniania	1	9
Terapia manualna tkanek miękkich i terapia blizn	1	9
Masaż sportowy z technikami izometrii oraz kinesioping medyczny	1	9
Masaż balijski i tybetański świecą aromatyczną	1	9
Hammam marokański i refleksoterapia stóp	1	8
walidacja	1	

Opis treści – kluczowe punkty szkolenia w zakresie poszczególnych zajęć edukacyjnych:

Nazwa modułu	Opis treści szkolenia w zakresie modułu
Masaż klasyczny I stopnia z masażem relaksacyjnym i czekoladowym podstawy marketingu, prowadzenia gabinetu, reklamy branżowej oraz rozpoczynania działalności	<i>Techniki wprowadzające do masażu klasycznego, podstawowe informacje dotyczące masażu, techniki, wskazań i przeciwwskazań do zbiegów, zachowania, reguł sztuki, wyglądu gabinetu. Ćwiczenie masażu na odcinku obręczy barkowej oraz kończyn górnych i dolnych. Nauka terapii. Wprowadzenie technik aromaterapii i nowoczesnej fizjoterapii. Omówienie marketingu działalności biomasażysty i możliwych opcji zawodowych.</i>
Masaż klasyczny II stopnia z nowoczesną fizjoterapią i anatomią palpacyjną	<i>Doskonalenie technik masażu klasycznego, Doskonalenie masażu terapeutycznego. Techniki masażu relaksacyjnego, wskazania i przeciwwskazania, praktyka wykonywania masażu.</i>
Masaż klasyczny III stopnia z terapią jednostek chorobowych i masażem Office	<i>Techniki wprowadzające do masażu terapeutycznego w jednostkach chorobowych, wskazania i przeciwwskazania, podstawowe ruchy, zastosowanie, praktyka, bezpieczne wykonanie masażu, praktyka masaż office-onsite</i>

Masaż kamieniami 3 żywioły, masaż modelujący bańką chińską i lodem ICE-CUT	<i>Nauka technik masażu gorącymi kamieniami granitowymi, bazaltowymi i półszlachetnymi + zastosowanie praktyczne masażu w działalności gabinetu, teoria masażu odchudzającego, praktyczna nauka masażu odchudzającego bańką chińską, ruchy, wykorzystanie w działalności gabinetu, lodowy ice-cut</i>
Medyczny drenaż limfatyczny w fizjoterapii i kosmetyce	<i>Nauka technik drenażu limfatycznego oraz zastosowanie praktyczne w poszczególnych urazach, kosmetyce i kształtowaniu sylwetki, ćwiczenie technik drenażu całego ciała ze szczególnym uwzględnieniem kończyn górnych i dolnych, twarzy i dekoltu. Drenaż kosmetyczny – techniki masażu, masaż głowy oraz twarzy, techniki masażu stóp oraz dłoni.</i>
Kokosowy masaż lomi lomi z aromaterapią praktyczną	<i>Techniki masażu polinezyjskiego, podstawowe informacje, historia, wskazania i przeciwwskazania, przebieg zabiegu, praktyka Wiadomości dotyczące zastosowania olejów w aromaterapii praktycznej</i>
Masaż tajski z elementami terapii manualnej kręgosłupa oraz teoria medycyny wschodu	<i>Techniki wprowadzające do masażu tajskiego, głęboki relaksacyjny masaż ciała z oddziaływaniem punktowym, poprawne ułożenia ciała w masażu tajskim, techniki nacisku, rozciągania oraz użycia ciężaru. Wskazania i przeciwwskazania, praktyka. Teoria meridianowa medycyny wschodu</i>
Medycyna ajurwedyjska: Abhianga, Shirodara, Udvartana	<i>Techniki wprowadzające do ajurwedy, podstawowe informacje dotyczące filozofii i masażu, techniki, wskazań i przeciwwskazań. Ćwiczenie technik masażu ajurwedyjskiego Abhianga i hinduskiego shirodara oraz proszkowego udvartana</i>
Masaż bambusowy i Japan-Shiatsu	<i>Techniki wprowadzające do masażu bambusowego pałeczkami i miotłkami oraz masażu japońskiego, wskazania i przeciwwskazania, podstawowe ruchy, zastosowanie, praktyka</i>
Mięśniowo-powięziowy masaż głęboki w ujęciu fizjoterapeutycznym	<i>Techniki wprowadzające do mięśniowo-powięziowego masażu głębokiego, podstawowe informacje dotyczące masażu, techniki, wskazań i przeciwwskazań do zbiegów, zachowania, reguł sztuki. Ćwiczenie technik masażu głębokiego tkanek na poszczególnych jednostkach mięśniowych, brzdach międzymięśniowych, powięzi</i>
Terapia punktów spustowych z technikami pozycyjnego rozluźniania	<i>Nauka wyszukiwania i likwidowania punktów spustowych metodą europejską i amerykańską. Wskazania i przeciwwskazania, ćwiczenia rozluźniania, praktyka</i>
Terapia manualna tkanek miękkich i terapia blizn	Terapia tkanek miękkich w zastosowaniu praktycznym oraz terapia blizn
Masaż sportowy z technikami izometrii oraz kinesiotaping medyczny	<i>Masaż przedwysiłkowy – uzupełnienie rozgrzewki przygotowuje do wysiłku fizycznego, międzywysiłkowy – wykonywany między wysiłkami, podtrzymujący wysoką aktywność zawodnika oraz po treningu: masaż sportowy powysiłkowy – skracający czas regeneracji po wysiłku i masaż izometryczny mięśni wspomagający przyrost masy mięśniowej. Kinesiotaping ciała, reguły, praktyka, zastosowanie</i>

Masaż balijski i tybetański świecą aromatyczną	<i>Techniki wprowadzające do masażu balijskiego i tybetańskiego świecą aromatyczną, podstawowe informacje dotyczące masażu, techniki, wskazań i przeciwwskazań. Zachowania, reguł sztuki. Ćwiczenie technik masaż.</i>
Hammam marokański i refleksoterapia stóp	<i>Techniki masażu hammam marokański, wykonanie, podstawowe informacje dotyczące masażu, techniki, wskazań i przeciwwskazań. Refleksoterapia stóp, zachowania, reguł sztuki, wykonanie Ćwiczenie technik masażu.</i>

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 16

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Masaż klasyczny I, podstawy marketingu i prowadzenia działalności	Daria Adamska	04-05-2026	09:00	19:00	10:00
2 z 16 Masaż klasyczny II stopnia	Patryk Kaptur	05-05-2026	09:00	19:00	10:00
3 z 16 Masaż klasyczny III stopnia z terapią	Cezary Budzowski	06-05-2026	09:00	19:00	10:00
4 z 16 Masaż kamieniami 3 żywioły, masaż modelujący bańką chińską i lodem ICE-CUT	Daria Adamska	07-05-2026	09:00	19:00	10:00
5 z 16 Medyczny drenaż limfatyczny w fizjoterapii i kosmetyce	Patryk Kaptur	08-05-2026	09:00	19:00	10:00
6 z 16 Kokosowy masaż lomi lomi z aromaterapią praktyczną	Cezary Budzowski	09-05-2026	09:00	19:00	10:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 16 Masaż tajski z elementami terapii manualnej kręgosłupa oraz teoria medycyny wschodu	Daria Adamska	10-05-2026	09:00	19:00	10:00
8 z 16 Medycyna ajurwedyjska: Abhianga, Shirodara, Udvartana	Cezary Budzowski	11-05-2026	09:00	19:00	10:00
9 z 16 Masaż bambusowy i Japan-Shiatsu	Daria Adamska	12-05-2026	09:00	19:00	10:00
10 z 16 Mięśniowo-powięziowy masaż głęboki w ujęciu fizjoterapeutycznym	Patryk Kaptur	13-05-2026	09:00	19:00	10:00
11 z 16 Terapia punktów spustowych z technikami pozycyjnego rozluźniania	Cezary Budzowski	14-05-2026	09:00	19:00	10:00
12 z 16 Terapia manualna tkanek miękkich i terapia blizn	Daria Adamska	15-05-2026	09:00	19:00	10:00
13 z 16 Masaż sportowy z technikami izometrii oraz kinesiotaping medyczny	Patryk Kaptur	16-05-2026	09:00	19:00	10:00
14 z 16 Masaż balijski i tybetański świecą aromatyczną	Cezary Budzowski	17-05-2026	09:00	19:00	10:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 16 Hammam marokański i refleksoterapia stóp	Daria Adamska	18-05-2026	09:00	18:00	09:00
16 z 16 Walidacja test praktyczny	-	18-05-2026	18:00	19:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	8 900,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	8 900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	59,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	59,33 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

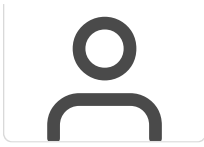
Cezary Budzowski

magister fizjoterapii i psychologii klinicznej z wieloletnim doświadczeniem w pracy klinicznej oraz prowadzeniu szkoleń z dziedziny fizjoterapii
magister fizjoterapii Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu

- specjalizuje się w fizjoterapii w terapii manualnej holistycznej, terapii tkanek miękkich
- Psycholog kliniczny, Pedagog dyplomowany
- pracownik szpitala klinicznego w ramach oddziałów kardiologii, kardiochirurgii, Onkologii, OJOM, zajęcia ze studentami, doświadczenie kliniczne
- specjalizuje się w terapii przeciwbólowej, uroonkologii



2 z 3



Daria Adamska

mgr fizjoterapii

Trener fizjoterapii od 12 lat magister fizjoterapii AWF Poznań

- pracownik SPA Espania Hotel ****, Spa Hotel Twardowski****, Lafayette Poznań Centrum Relaksu Vasco Da Gaia

- specjalizuje się w masażach orientalnych, ajurwedzie, technikach polinezyjskich i HAMMAM

- zajmuje się regeneracją potreningową i kształtowaniem sylwetki, współorganizator Poznań-Maratonu



3 z 3

Patryk Kaptur

mgr Patryk Kaptur - fizjoterapeuta/dyplomowany masażysta

- Absolwent fizjoterapii WSEiT oraz Wielkopolskiej Szkoły Medycznej masażu

- Fizjoterapeuta SPA_larnia DAY SPA Puszczykowo

- międzynarodowe certyfikaty KT 1-2-3-4 kinesiotaping, Diagnostyka funkcjonalna, FMT Mobility Rolling, anatomia i neuromobilizacje

- specjalista masażu sportowych, technik funkcjonalnych, pracy na łańcuchach mięśniowych

- specjalizuje się w masażach terapeutycznych, sportowych i pourazowych

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Szczegółowe skrypty oraz materiały video uczestnik otrzymuje na własność, Uczestnik otrzymują materiały szkoleniowe w formie skryptu autorstwa zespołu fizjoterapeutów Centrum Szkoleniowego Trigger

Warunki uczestnictwa

Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych przez firmę Trigger na miejscu szkolenia

Adres

ul. Ognikowa 12

62-052 Komorniki

woj. wielkopolskie

W pełni wyposażony budynek do prowadzenia zajęć teoretycznych i praktycznych oraz całodobowego zakwaterowania

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- sala Ćwiczeń parking, sale szkoleniowe, pokoje noclegowe, węzeł sanitarny oraz kuchnia

Kontakt



KRZYSZTOF STEFANIAK

E-mail szkola-masazu@home.pl

Telefon (+48) 693 574 232