



SENSORIAMED

DOMINIKA

OSTROWSKA

★★★★★ 5,0 / 5

19 ocen

Masaż gorącymi kamieniami wraz z Terapią bańką ogniową- Szkolenie

Numer usługi 2026/03/24/185827/3430609

📍 Tarnowskie Góry / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 12.06.2026 do 13.06.2026

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

312,50 PLN brutto/h

312,50 PLN netto/h

437,50 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Grupa docelowa usługi	Grupa celowa to masażyści, fizjoterapeuci, pracownicy SPA i wellness oraz naturopaci chcący poszerzyć umiejętności o holistyczne techniki. Instruktorzy jogi i trenerzy personalni zainteresowani relaksacyjnymi metodami. Entuzjaści medycyny naturalnej, zarówno profesjonaliści, jak i amatorzy poszukujący nowych kwalifikacji lub rozwoju osobistego.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	6
Data zakończenia rekrutacji	11-06-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje do wykonywania masażu gorącymi kamieniami oraz terapii bańkami chińskimi w celu wspomagania relaksacji, poprawy krążenia i redukcji napięcia mięśniowego. Szkolenie umożliwi zrozumienie zasad działania tych metod, ich wskazań i przeciwwskazań oraz bezpieczne stosowanie w praktyce zawodowej lub osobistej, zgodnie z podejściem holistycznym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Definiuje zasady bezpieczeństwa i higieny oraz wskazania i przeciwwskazania w zbiegach.	Uczestnik wymienia zasady bezpieczeństwa i higieny pracy związane z zabiegami.	Test teoretyczny
	Uczestnik identyfikuje wskazania i przeciwwskazania do stosowania obu zabiegów.	Test teoretyczny
	Uczestnik ocenia, w jakich sytuacjach zdrowotnych należy odstąpić od zabiegu, na podstawie przedstawionego scenariusza klienta.	Test teoretyczny
	Uczestnik posiada wiedzę na temat przygotowania stanowiska pracy, w tym dezynfekcji kamieni i baniek.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik opisuje właściwości i rodzajów kamieni używanych w masażu oraz ich zastosowanie w kontekście energetycznym.	Test teoretyczny
	Uczestnik uzasadnia mechanizm działania baniek ogniowych na organizm.	Test teoretyczny
	Uczestnik uzasadnia różnice między efektami terapeutycznymi masażu kamieniami, a bańkami ogniowymi.	Test teoretyczny
Rozróżnia właściwości energetyczne kamieni oraz techniki ogniowe w terapii bańkami.	Uczestnik wskazuje, jak właściwości energetyczne kamieni wspierają holistyczne podejście do zdrowia.	Test teoretyczny
Samodzielnie wykonuje pełną sekwencję masażu gorącymi kamieniami.	Uczestnik prezentuje różne techniki masażu z zachowaniem płynności ruchów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik kontroluje temperaturę kamieni, zapewniając bezpieczeństwo i komfort klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik prawidłowo układa kamienie na ciele klienta, zgodnie z zasadami anatomicznymi i schematami.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Bezpiecznie stawia bańki ogniowe oraz wykonuje masaż przesuwany bańką,	Uczestnik stawia bańki ogniowe na różnych partiach ciała zgodnie z zasadami bezpieczeństwa.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik wykonuje masaż przesuwany bańką na plecach z prawidłową techniką i płynnością ruchów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik kontroluje czas pozostawienia baniek ogniowych na ciele.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik opracowuje plan terapii dla przedstawionego studium przypadku.	Test teoretyczny
	Uczestnik uzasadnia wybór technik w odniesieniu do potrzeb klienta.	Test teoretyczny
Planuje indywidualną terapię, łącząc masaż gorącymi kamieniami i bańką ogniową.	Uczestnik wykonuje łączony zabieg (kamienie i bańki) w odpowiednim czasie, dostosowując go do scenariusza klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik uwzględnia przeciwwskazania zdrowotne w planowaniu terapii.	Test teoretyczny
Uzasadnia korzyści i ograniczenia obu metod zabiegu, podczas komunikacji z klientem.	Uczestnik przedstawia korzyści proponowanych zabiegów, opisując ich wpływ na dobro klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik omawia ograniczenia i potencjalne ryzyko zabiegów w sposób jasny i profesjonalny.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik stosuje odpowiedni język i ton w komunikacji, dostosowany do holistycznego podejścia.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik odpowiada na pytania klienta dotyczące zabiegów, wykazując empatię i budując zaufanie.	Analiza dowodów i deklaracji

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Sensoriamed Dominika Ostrowska ul. Bukowa 9 42-610 Miasteczko Śląskie
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills ul. Mikołaja Reja 20 33-300 Nowy Sącz

Program

Uczestnicy opanują technikę masażu gorącymi kamieniami i stawiania baniek ogniowych, ucząc się ich bezpiecznego stosowania oraz dostosowania do potrzeb klienta. Program łączy teorię z intensywną praktyką, umożliwiając wykonanie pełnych zabiegów.

Dzień 1 - 8h

Wprowadzenie do szkolenia – Teoria

- Zasady BHP i higiena pracy z pacjentem
- Wprowadzenie do terapii naturalnych w pracy gabinetowej
- Omówienie wskazań i przeciwwskazań

Podstawy masażu gorącymi kamieniami – Teoria

- Historia i korzenie metody w tradycyjnych praktykach leczniczych
- Rodzaje kamieni i ich właściwości energetyczne
- Zasady podgrzewania i utrzymania temperatury

Techniki masażu gorącymi kamieniami – Praktyka

- Układanie kamieni na ciele – schematy pracy
- Prowadzenie kamieni – głaskania, rozcierania, uciski
- Techniki relaksacyjne i rozluźniające

Warsztat praktyczny: pełna sekwencja masażu pleców i kończyn – Praktyka

- Wykonanie sekwencji w parach
- Ćwiczenia płynności ruchów i prawidłowego nacisku
- Praca z temperaturą i reakcjami skóry klienta

Dzień 2 - 8h

Terapia bańkami ogniowymi – podstawy – Teoria

- Historia i tradycja metody w medycynie chińskiej
- Rodzaje baniek i techniki ogniowe
- Wskazania, przeciwwskazania, zasady bezpieczeństwa

Techniki stawiania baniek ogniowych – Praktyka

- Trzymanie ognia i bezpieczne odsysanie powietrza
- Stawianie baniek na plecach, karku i kończynach

- Kontrola siły zassania i czasu pozostawienia bańki

Techniki masażu bańką ogniową – Praktyka

- Masaż przesuwany bańką dla poprawy krążenia
- Techniki rozluźniające mięśnie
- Wsparcie w detoksykacji i wzmacnianiu odporności

Warsztat końcowy: łączenie kamieni i baniek w pracy gabinetowej – Praktyka

- Opracowanie indywidualnej terapii dla klienta
- Wykonanie pełnego zabiegu w parach
- Podsumowanie, omówienie doświadczeń i dyskusja przypadków

Warunki szkoleniowe

Szkolenie odbywa się w profesjonalnie przygotowanej sali, która spełnia wszystkie standardy komfortu i funkcjonalności niezbędne do prowadzenia zajęć teoretycznych i praktycznych. Sala dysponuje zapleczem kuchennym oraz węzłem sanitarnym. Przestrzeń jest jasna, dobrze wentylowana i wyposażona w niezbędne stanowiska do ćwiczeń praktycznych. W czasie praktycznych zajęć przewidziane są modelki oraz ćwiczenia w parach. Organizatora zapewnia urządzenia i materiały niezbędne do przeprowadzenia części praktycznej szkolenia (piec, kamienie, bańki).

Szkolenie w formie stacjonarnej 2 dni po 8 godzin

Teoria: 4 godz. , Praktyka: 9godz. 50min.+ walidacja i czas planowanych przerw uczestników

Czas trwania usługi liczony jest w godzinach zegarowych

Przerwy wliczane są w czas trwania szkole

W przypadku nie osiągnięcia minimalnej liczby uczestników szkolenia organizator może zmienić termin realizowanej usługi po wcześniejszym poinformowaniu zapisanych już kursantów oraz właściwych operatorów dofinansowania.

Proces walidacji przeprowadzi podmiot zewnętrzny, wybrany 7 dni przed rozpoczęciem szkolenia. Usługodawca zapewnia rozdzielność osobową między procesem szkolenia, a procesem walidacji. Uczestnicy w drugim dniu szkolenia przystąpią do praktycznego egzaminu wewnętrznego, gdzie pozytywne zaliczenie gwarantuje przystąpienie do walidacji(testu teoretycznego). Uczestnicy po uzyskaniu wyniku pozytywnego z testu teoretycznego podczas procesu walidacji otrzymają certyfikaty, które zostaną wysłane do absolwentów drogą mailową w terminie 10 dni roboczych od daty zakończenia szkolenia stacjonarnego.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 17

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 17 Omówienie celów szkolenia, zasad BHP i higieny pracy	Dominika Ostrowska	12-06-2026	09:00	09:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 17 Podstawy masażu gorącymi kamieniami- historia i korzenie metody, rodzaje kamieni, ich właściwości energetyczne, zasady podgrzewania i utrzymania temperatury.	Dominika Ostrowska	12-06-2026	09:30	10:50	01:20
3 z 17 Przerwa	Dominika Ostrowska	12-06-2026	10:50	11:00	00:10
4 z 17 Techniki masażu gorącymi kamieniami – Nauka układania kamieni na ciele, schematy pracy	Dominika Ostrowska	12-06-2026	11:00	13:00	02:00
5 z 17 Przerwa obiadowa	Dominika Ostrowska	12-06-2026	13:00	13:30	00:30
6 z 17 Warsztat praktyczny: pełna sekwencja pleców i kończyn – wykonanie pełnej sekwencji masażu gorącymi kamieniami	Dominika Ostrowska	12-06-2026	13:30	16:00	02:30
7 z 17 Przerwa	Dominika Ostrowska	12-06-2026	16:00	16:10	00:10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 17 Warsztat praktyczny: doskonalenie technik masażu – powtórzenie i doskonalenie sekwencji masażu, omówienie reakcji skóry klienta, indywidualne korekty pod okiem trenera.	Dominika Ostrowska	12-06-2026	16:10	17:00	00:50
9 z 17 Terapia bańkami ogniovymi – historia i tradycja baniek w medycynie chińskiej, rodzaje baniek, techniki ogniowe, wskazania, przeciwwskazania, zasady bezpieczeństwa.	Dominika Ostrowska	13-06-2026	09:00	10:20	01:20
10 z 17 Techniki stawiania baniek ogniowych – nauka bezpiecznego trzymania ognia, odsysania powietrza, stawiania baniek na plecach, karku i kończynach, kontrola siły zassania i czasu zabiegu.	Dominika Ostrowska	13-06-2026	10:20	12:00	01:40
11 z 17 Przerwa	Dominika Ostrowska	13-06-2026	12:00	12:10	00:10

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 17 Techniki masażu bańką ogniową – ćwiczenia masażu przesuwanego bańką dla poprawy krążenia, techniki rozluźniające mięśnie, wsparcie detoksykacji i odporności.	Dominika Ostrowska	13-06-2026	12:10	13:40	01:30
13 z 17 Przerwa obiadowa	Dominika Ostrowska	13-06-2026	13:40	14:10	00:30
14 z 17 Warsztat końcowy: łączenie kamieni i baniek – opracowanie indywidualnej terapii łączącej masaż kamieniami i bańki ogniowe, wykonanie pełnego zabiegu w parach lub na modelach.	Dominika Ostrowska	13-06-2026	14:10	15:40	01:30
15 z 17 Przerwa	Dominika Ostrowska	13-06-2026	15:40	15:50	00:10
16 z 17 Podsumowanie i dyskusja, omówienie doświadczeń, analiza przypadków.	Dominika Ostrowska	13-06-2026	15:50	16:30	00:40
17 z 17 Walidacja	-	13-06-2026	16:30	17:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto 5 000,00 PLN

Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 26 art. 43 ust. 1 pkt 27, art. 43 ust. 1 pkt 28 i art. 43 ust. 1 pkt 29 ustawy o VAT

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto 5 000,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto 312,50 PLN

Koszt osobogodziny netto 312,50 PLN

W tym koszt walidacji brutto 50,00 PLN

W tym koszt walidacji netto 50,00 PLN

W tym koszt certyfikowania brutto 100,00 PLN

W tym koszt certyfikowania netto 100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Dominika Ostrowska

Pani Dominika to doświadczona trenerka i edukatorka zdrowotna, która od ponad 8 lat z powodzeniem prowadzi szkolenia , a jej prawdziwą pasją są terapie naturalne, w szczególności akupunktura kosmetyczna, pinezkowanie twarzy i terapia Bowena. Swoją praktykę prowadzi w Tarnowskich Górach, gdzie z powodzeniem łączy medycynę naturalną z nowoczesnym podejściem do zdrowia i estetyki. Jej doświadczenia w dziedzinie akupunktury pozwalają na holistycznym podejściu do każdego klienta, zarówno w zakresie poprawy wyglądu skóry, redukcji zmarszczek, jak i poprawy ogólnego samopoczucia. Pani Dominika słynie z dbałości o wysoką jakość przekazywanej wiedzy. Prowadzone przez nią szkolenia kierowane są do osób które chcą zdobyć kwalifikacje z zakresu skutecznych, naturalnych metody pracy z twarzą i ciałem. Dzięki praktycznemu doświadczeniu oraz zaangażowaniu w rozwój uczestników, każde szkolenie prowadzone przez Panią Dominikę to połączenie wiedzy, pasji i realnych efektów. Dominika posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi w BUR.

Szkolenie Akupunktura Kosmetyczna (marzec 2025).

Szkolenie BODY PROCES (maj 2024).

Szkolenie Japoński Masaż Kobido (sierpień 2023).

Szkolenie ACCES BARS PRACTITIONER (czerwiec 2023).

Szkolenie Soul Body Fusion (sierpień 2023).

Terapia Bowena (maj 2025)

Terapia bańkami chińskimi (luty2024)

Masaż gorącymi kamieniami (czerwiec 2024)

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

CO OTRZYMASZ W TRAKCIE SZKOLENIA?

- Skrypt szkoleniowy – opracowany w formie materiału dydaktycznego z możliwością własnych notatek oraz długopis
- materiały niezbędne do realizacji części praktycznej szkolenia

Informacje dodatkowe

- Podstawa zwolnienia: "Zwolnienie z VAT na podstawie §3 ust.1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego, finansowane w co najmniej 70% ze środków publicznych oraz świadczenie usług i dostawę towarów ściśle z tymi usługami związane (Dz.U. z 2025 r., poz.823)
- Usługa realizowana w formie usługi stacjonarnej, zostanie w całości zrealizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.
- W przypadku potrzeby zapewnienia specjalnych udogodnień, przed zapisem na usługę prosimy o kontakt
- Posiłki oraz napoje zapewnia organizator szkolenia
- Program szkolenia stanowi własność intelektualną firmy szkoleniowej Sensoriamed.

Adres

ul. Ratuszowa 12
42-600 Tarnowskie Góry
woj. śląskie

Kontakt



Grzegorz Ostrowski

E-mail sensoriamed@gmail.com

Telefon (+48) 604 330 547