



Recentia - Szkoły,  
Kursy, Szkolenia -  
Marta Dajewska

★★★★★ 4,7 / 5

384 oceny

## Kurs „Masaż gorącymi kamieniami - kamienna harmonia”

Numer usługi 2026/03/24/10008/3432978

📍 Lubin / mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 12 h

📅 23.06.2026 do 23.06.2026

1 300,00 PLN brutto

1 300,00 PLN netto

108,33 PLN brutto/h

108,33 PLN netto/h

437,50 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

Kurs „Masaż gorącymi kamieniami – Kamienna Harmonia” skierowany jest do **wszystkich osób dorosłych zainteresowanych nauką masażu relaksacyjnego twarzy i ciała z wykorzystaniem gorących kamieni**, niezależnie od posiadanego wykształcenia, doświadczenia zawodowego czy wcześniejszej znajomości technik masażu.

Szkolenie zostało zaprojektowane jako **kurs od podstaw**, dlatego **nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie ani wiedza z zakresu masażu, terapii manualnych czy aromaterapii**. Program kursu w przystępny sposób wprowadza uczestników w tematykę pracy z podgrzanyymi kamieniami bazaltowymi i innymi materiałami naturalnymi, stopniowo rozwijając umiejętności praktyczne.

### Minimalna liczba uczestników

1

### Maksymalna liczba uczestników

3

### Data zakończenia rekrutacji

22-06-2026

### Forma prowadzenia usługi

mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

### Liczba godzin usługi

12

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

# Cel

## Cel edukacyjny

Kurs „Masaż gorącymi kamieniami - kamienna harmonia” przygotowuje do samodzielnego wykonania masażu relaksacyjnego twarzy i ciała z użyciem podgrzanych kamieni bazaltowych i innych materiałów naturalnych, z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa, ergonomii pracy masażysty oraz komfortu klienta.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje masaż gorącymi kamieniami, wskazuje jego właściwości terapeutyczne i zastosowanie w gabinecie.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Omawia historię i filozofię masażu gorącymi kamieniami.</li><li>2. Wymienia rodzaje kamieni wykorzystywanych w masażu i opisuje ich właściwości fizyczne i terapeutyczne.</li><li>3. Wskazuje wskazania i przeciwwskazania do masażu.</li><li>4. Wyjaśnia zasady BHP, ergonomii pracy oraz przygotowania stanowiska i klienta do zabiegu.</li></ol>	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Przygotowuje stanowisko i klienta do masażu gorącymi kamieniami zgodnie z zasadami higieny i bezpieczeństwa.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Przygotowuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami higieny i ergonomii.</li><li>2. Kontroluje temperaturę kamieni i sposób ich podgrzewania.</li><li>3. Dobiera kamienie odpowiednie do części ciała i rodzaju zabiegu.</li><li>4. Zapewnia komfort i bezpieczeństwo klienta.</li></ol>	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykonuje techniki masażu gorącymi kamieniami na twarzy i ciele, integrując je z elementami masażu relaksacyjnego i odżywczego.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Prawidłowo wykonuje ruchy głaskające, ugniatające i oklepujące.</li><li>2. Wykorzystuje kamienie do masażu twarzy, szyi i ciała w punktach energetycznych i relaksacyjnych.</li><li>3. Łączy techniki masażu kamieniami z innymi technikami relaksacyjnymi i odżywczymi.</li><li>4. Dostosowuje intensywność i rytm masażu do potrzeb klienta.</li></ol>	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Komunikuje się z klientem w sposób profesjonalny i etyczny, dbając o jego komfort i potrzeby podczas masażu.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Przeprowadza wywiad z klientem przed zabiegiem.</li><li>2. Wyjaśnia przebieg zabiegu i udziela zaleceń pozabiegowych.</li><li>3. Respektuje granice klienta i reaguje na jego sygnały.</li><li>4. Zachowuje profesjonalizm i empatię podczas pracy.</li></ol>	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Samodzielnie wykonuje pełny masaż gorącymi kamieniami zgodnie z poznanymi technikami.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Przygotowuje stanowisko pracy i kamienie do zabiegu.</li> <li>2. Wykonuje masaż twarzy i ciała z użyciem kamieni, zachowując płynność, rytm i prawidłową siłę nacisku.</li> <li>3. Integruje techniki relaksacyjne i odżywcze z masażem kamieniami.</li> <li>4. Zapewnia bezpieczeństwo i komfort klienta przez cały czas trwania zabiegu.</li> </ol>	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Kształtuje własny rozwój oraz zdolność autonomicznego i odpowiedzialnego uczestniczenia w życiu zawodowym	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Stosuje zasady komunikacji interpersonalnej</li> <li>2. Definiuje swoje słabe i mocne strony</li> <li>3. Ocenia efekt wykonanego zabiegu</li> </ol>	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

## 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

Grupą docelową są kosmetyczki, kosmetolodzy oraz fizjoterapeuci pragnący rozszerzyć swoją ofertę gabinetową o nowe zabiegi.

Kursant nie musi posiadać umiejętności z zakresu masażu

Kurs prowadzony będzie w godzinach zegarowych.

Kurs obejmuje 12 godz. zegarowych w tym egzamin końcowy, który przeprowadzony jest ostatniego dnia. Każdego dnia przewidziana jest 30 minutowa przerwa, która nie wlicza się w czas trwania usługi.

Kurs prowadzony jest w bardzo małych 3 - osobowych grupach, trener w czasie rzeczywistym nadzoruje pracę każdego kursanta. Część praktyczna odbywać się będzie z udziałem 2 modelek zapewnionych przez organizatora. Kursanci przeprowadzają zabieg iniekcyjny na jednej modelce z uwzględnieniem podziału na różne strefy zabiegowe.

## 1 DZIEŃ 08:00-20:30

### Teoria:

- Historia i filozofia masażu gorącymi kamieniami
- Rodzaje kamieni używanych w masażu (bazaltowe, jadeitowe, inne)
- Właściwości fizyczne i terapeutyczne kamieni
- Wskazania i przeciwwskazania do masażu gorącymi kamieniami
- Zasady BHP, ergonomia pracy masażysty, przygotowanie stanowiska i klienta
- Przygotowanie kamieni do zabiegu – podgrzewanie, kontrola temperatury, higiena
- Integracja masażu kamieniami z technikami relaksacyjnymi i odżywczymi

### Praktyka:

- Przygotowanie stanowiska i klienta do zabiegu
- Techniki masażu gorącymi kamieniami:
- Rozluźnianie mięśni i stref napięciowych
- Ruchy głaskające, ugniatające, oklepujące
- Masaż twarzy i szyi z użyciem małych kamieni
- Ułożenie kamieni na ciele klienta w punktach energetycznych i relaksacyjnych
- Praca nad płynnością ruchów, rytmem i siłą nacisku
- Wykonanie pełnego masażu gorącymi kamieniami

Praktyka odbywać się będzie na modelkach zapewnionych przez instytucję szkoleniową.

Podczas zajęć zaplanowano 30 min przerwę od 15:00 do 15:30.

### Walidacja:

- Test końcowy przeprowadzony w formie zdalnej on-line w czasie rzeczywistym.
- Po zrealizowaniu kursu następuje sprawdzenie, czy każdy uczestnik osiągnął całość określonych w usłudze efektów uczenia.

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 4

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<b>1 z 4</b> Masaż gorącymi kamieniami: teoria - wykład trenera, pytania i odpowiedzi	Emilia Zych	23-06-2026	08:00	12:00	04:00	Tak
<b>2 z 4</b> Masaż gorącymi kamieniami: praktyka - wykonanie zabiegu	Emilia Zych	23-06-2026	12:00	15:00	03:00	Tak

---

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
<b>3 z 4</b> Masaż gorącymi kamieniami: praktyka - wykonanie zabiegu	Emilia Zych	23-06-2026	15:30	19:30	04:00	Tak
<b>4 z 4</b> Walidacja: test zamknięty	-	23-06-2026	19:30	20:30	01:00	Nie

## 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>	108,33 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	108,33 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



**1 z 1**

### Emilia Zych

Doświadczona instruktorka masażu z doświadczeniem w pracy z ciałem. Od kilku lat prowadzi własną działalność gospodarczą, w ramach której świadczy profesjonalne usługi masażu, dostosowane do indywidualnych potrzeb klientów. W swojej codziennej pracy łączy wiedzę z zakresu anatomii funkcjonalnej, relaksacji oraz regeneracji organizmu z praktycznym doświadczeniem zdobywanym w bezpośredniej pracy z osobami o różnych potrzebach zdrowotnych i kondycyjnych.

Specjalizuje się w szerokim zakresie technik masażu, obejmujących zarówno masaże relaksacyjne, jak i ukierunkowane na poprawę komfortu fizycznego, redukcję napięć mięśniowych oraz wsparcie regeneracji organizmu. Jej doświadczenie obejmuje pracę z osobami aktywnymi fizycznie, osobami odczuwającymi przeciążenia związane z pracą siedzącą, a także klientami poszukującymi odprężenia i poprawy samopoczucia. Pani Emilia Zych w swojej działalności kładzie szczególny

nacisk na bezpieczeństwo, indywidualne podejście do klienta oraz wysoką jakość świadczonych usług. Systematycznie rozwija swoje kompetencje praktyczne, śledząc nowe metody pracy z ciałem i aktualne trendy w obszarze masażu i profilaktyki zdrowotnej. Pani Emilia jest też doświadczoną instruktorką masażu na kursach i szkoleniach (od ponad 5 lat prowadzi szkolenia z masażu).

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik przed rozpoczęciem oraz po zakończeniu kursu otrzyma:

- materiały merytoryczne szkoleniowe w formie papierowej
- zaświadczenie potwierdzające nabycie umiejętności i wiedzy do wykonywania zabiegów objętych tematyką szkolenia sygnowane przez eksperta i organizatora szkolenia

Dodatkowo podczas szkolenia uczestnik otrzymuje:

- Odzież ochronną (które zapewnia organizator usługi)
- preparaty, na których wykonywane jest szkolenie (które zapewnia organizator usługi)

Część praktyczna odbywać się będzie z udziałem modelek, zapewnionych przez organizatora.

Po ukończonym kursie uczestnik otrzymuje zaświadczenie oraz certyfikat potwierdzający nabycie kompetencji.

### Informacje dodatkowe

Kurs prowadzony będzie przez dyplomowaną specjalistkę.

Część praktyczna odbywać się będzie z udziałem modelek, zapewnionych przez organizatora.

Uczestnik po ukończonym kursie otrzyma certyfikat oraz zaświadczenie.

Kurs będzie realizowany zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

W cenę kursu nie jest wliczony koszt dojazdu oraz zakwaterowania.

Organizator ma prawo zmienić wykładowcę na danym kursie z ważnej przyczyny bez uprzedniego poinformowania uczestników.

Organizator gwarantuje w takim przypadku odpowiednie przygotowanie merytoryczne nowego wykładowcy. Zmiana wykładowcy nie może być podstawą żądania zwrotu opłaty za kurs przez uczestnika.

Zapis na usługę jest równoznaczny z akceptacją regulaminu Realizatora Usługi.

Podstawa zwolnienia z VAT - Art. 43 ust. 1 pkt. 26 a) - ustawy o VAT.

## Warunki techniczne

Walidacja on-line przeprowadzana jest z wykorzystaniem platformy Testportal. Platforma nie wymaga posiadania konta przez uczestnika – wystarczy kliknąć w link otrzymany drogą mailową przed rozpoczęciem walidacji. Link umożliwiający rozwiązanie testu będzie aktywny tylko w czasie trwania walidacji.

Uczestnik może połączyć się z komputera stacjonarnego bądź laptopa. Nie polecamy łączenia się przez smartfony czy tablety.

Warunki techniczne, które muszą zostać spełnione przez uczestnika:

- sprzęt komputerowy musi być wyposażony w głośnik, kamerę oraz mikrofon,
- procesor klasy Core 2 Duo, Core i5 2,5GHz i wyższe,

- parametry łącza sieciowego: pobieranie 10Mb/s, wysyłanie: 5Mb/s,
- aby wziąć udział w walidacji nie jest potrzebne specjalne oprogramowanie, potrzebny jest komputer bądź laptop.

## Adres

ul. Józefa Piłsudskiego 18

59-300 Lubin

woj. dolnośląskie

Zajęcia prowadzone są w Gabinetzie Masażu w pełni przystosowanym do zabiegów masażu.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Marta Dajewska**

**E-mail** [m.dajewska@recentia.pl](mailto:m.dajewska@recentia.pl)

**Telefon** (+48) 604 750 813