



Biomasaż – Holistyczna Terapia Ciała: MasterClass Pracy z Energią i Napięciami

Numer usługi 2026/03/24/47500/3433114

3 500,00 PLN brutto

3 500,00 PLN netto

250,00 PLN brutto/h

250,00 PLN netto/h

226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Agencja Kontakt
Iwona Kozak

★★★★★ 4,7 / 5

284 oceny

📍 Wrocław

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 14:00 h

📅 15.06.2026 do 16.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Uroda

Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do osób prowadzących działalność gospodarczą oraz ich pracowników z branży wellness, fizjoterapii i naturoterapii, w szczególności do:

- Masażystów i terapeutów manualnych szukających metod wykraczających poza klasyczny masaż mięśniowy.
- Fizjoterapeutów pragnących zgłębić techniki pracy z powięzią i przepływem energii w ciele.
- Naturoterapeutów i bioenergoterapeutów chcących usystematyzować wiedzę o dotyku terapeutycznym.
- Właścicieli gabinetów odnowy biologicznej, którzy chcą wprowadzić do oferty autentyczne zabiegi holistyczne łączące ciało z emocjami.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

12-06-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

14

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Nabycie zaawansowanej wiedzy i umiejętności z zakresu biomasażu jako holistycznej metody pracy z organizmem. Celem szkolenia jest opanowanie technik subtelnego, a jednocześnie głębokiego dotyku, który wpływa na układ nerwowy, krążenie energii oraz uwalnianie somatycznych blokad w ciele. Uczestnik nauczy się, jak poprzez biomasaż przywracać homeostazę organizmu, redukować skutki przewlekłego stresu i pracować z pacjentem w ujęciu biopsychospołecznym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Efekt 1: Stosuje techniki biomasażu w celu harmonizacji organizmu.	Kryterium 1.1: Prawidłowo wykonuje chwyt głaskania, rozcierania i wibracji biokinetycznej.	Wywiad swobodny
	Kryterium 1.2: Identyfikuje obszary o zaburzonym przepływie energii lub nadmiernym napięciu somatycznym.	Wywiad swobodny
	Kryterium 1.3: Dobiera tempo i siłę nacisku do aktualnego stanu psychofizycznego klienta.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Efekt 2: Przeprowadza sesję biomasażu w podejściu holistycznym.	Kryterium 2.1: Buduje relację terapeutyczną opartą na empatii i bezpiecznym dotyku.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Kryterium 2.2: Łączy techniki oddechowe z pracą manualną w celu pogłębienia efektu relaksacji.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Kryterium 2.3: Prowadzi sesję w sposób ciągły, zachowując płynność ruchów i ergonomię pracy.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Efekt 3: Przygotowuje przestrzeń terapeutyczną i dba o BHP.	Kryterium 3.1: Aranżuje gabinet zgodnie z zasadami chromoterapii i aromaterapii wspomagającej biomasaż.	Wywiad swobodny
	Kryterium 3.2: Przeprowadza wywiad w celu wykluczenia przeciwwskazań zdrowotnych do biostymulacji dotykiem.	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

Część teoretyczna

Moduł 1 – Podstawy biomasażu

Celem modułu jest wprowadzenie uczestników w **założenia biomasażu oraz filozofię pracy z ciałem w podejściu holistycznym**. Uczestnicy poznają koncepcję integrującą elementy pracy manualnej, świadomości ciała oraz regulacji układu nerwowego.

W trakcie modułu omawiane są następujące zagadnienia:

Idea i filozofia pracy holistycznej

Uczestnicy zapoznają się z podejściem, w którym ciało traktowane jest jako system powiązanych ze sobą procesów fizycznych, emocjonalnych i psychicznych. Omówione zostanie znaczenie świadomego dotyku jako narzędzia wspierającego regenerację organizmu, redukcję napięć oraz przywracanie naturalnej równowagi.

Wpływ stresu i napięć psychosomatycznych na ciało

W tej części uczestnicy poznają mechanizmy powstawania napięć psychosomatycznych oraz ich wpływ na funkcjonowanie mięśni, powięzi i układu nerwowego. Zostanie omówione, w jaki sposób przewlekły stres może manifestować się w ciele poprzez napięcia mięśniowe, ograniczenia ruchomości czy bóle somatyczne.

Biomasaż a inne techniki manualne

Uczestnicy poznają podobieństwa i różnice pomiędzy biomasażem a innymi technikami pracy z ciałem, takimi jak masaż relaksacyjny, masaż klasyczny czy techniki pracy z powięzią. Szczególny nacisk zostanie położony na elementy wyróżniające biomasaż – pracę z uważnością, płynność ruchów oraz integrację pracy z oddechem.

Moduł 2 – Bezpieczeństwo i przeciwwskazania

Moduł poświęcony jest **zasadom bezpiecznego prowadzenia zabiegu oraz odpowiedzialnej pracy z klientem**. Uczestnicy poznają podstawowe standardy pracy terapeuty manualnego oraz uczą się rozpoznawać sytuacje wymagające szczególnej ostrożności.

Omawiane zagadnienia obejmują:

Wywiad z klientem

Uczestnicy uczą się przeprowadzania podstawowego wywiadu przed zabiegiem. Omówione zostaną pytania dotyczące stanu zdrowia, stylu życia, poziomu stresu oraz ewentualnych dolegliwości bólowych. Podkreślone zostanie znaczenie budowania relacji opartej na zaufaniu i poczuciu bezpieczeństwa klienta.

Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu

Przedstawione zostaną sytuacje, w których biomasaż może być szczególnie pomocny (np. napięcia mięśniowe, stres, zmęczenie), a także przypadki wymagające ostrożności lub wykluczające wykonanie zabiegu. Uczestnicy poznają podstawowe przeciwwskazania zdrowotne oraz zasady postępowania w przypadku ich wystąpienia.

Higiena pracy

Omówione zostaną standardy higieny pracy terapeuty manualnego, w tym dezynfekcja rąk i sprzętu, stosowanie materiałów jednorazowych oraz przygotowanie stanowiska zabiegowego.

Ergonomia terapeuty

W tej części uczestnicy poznają zasady ergonomicznej pracy przy stole do masażu. Zwrócona zostanie uwaga na prawidłową postawę ciała, pracę z ciężarem własnego ciała oraz techniki pozwalające zapobiegać przeciążeniom i kontuzjom terapeuty.

Moduł 3 – Budowanie oferty zabiegowej

Moduł koncentruje się na praktycznych aspektach **tworzenia profesjonalnej sesji biomasażu** oraz budowania jakości doświadczenia klienta.

W trakcie zajęć omawiane są:

Struktura i czas trwania sesji

Uczestnicy poznają możliwe warianty długości sesji biomasażu oraz zasady planowania przebiegu zabiegu – od momentu przyjęcia klienta, poprzez pracę manualną, aż po zakończenie sesji.

Dobór olejów i przygotowanie atmosfery zabiegowej

Omówione zostaną podstawowe zasady doboru olejów do masażu oraz znaczenie atmosfery podczas zabiegu. Uczestnicy dowiedzą się, w jaki sposób oświetlenie, muzyka, zapach oraz temperatura pomieszczenia wpływają na doświadczenie klienta i jakość relaksacji.

Komunikacja z klientem przed i po zabiegu

Poruszony zostanie temat właściwej komunikacji z klientem – zarówno przed rozpoczęciem zabiegu, jak i po jego zakończeniu. Uczestnicy poznają zasady udzielania prostych wskazówek dotyczących regeneracji oraz sposobów wspierania efektów zabiegu.

Część praktyczna

Moduł 4 – Podstawy pracy z dotykiem

Moduł wprowadza uczestników w **praktyczne aspekty pracy manualnej oraz rozwijanie świadomego dotyku**.

Uczestnicy uczą się:

Świadomego i uważnego dotyku

Ćwiczenia pozwalają rozwinąć wrażliwość dłoni oraz zdolność odczytywania napięć w ciele. Uczestnicy uczą się, jak prowadzić dotyk w sposób spokojny, stabilny i wspierający proces rozluźnienia.

Regulacji nacisku i tempa

Podczas praktyki uczestnicy poznają różne poziomy nacisku oraz uczą się dostosowywać intensywność pracy do potrzeb osoby poddawanej zabiegowi.

Synchronizacji oddechu z ruchem

Istotnym elementem biomasażu jest płynność ruchów oraz synchronizacja pracy terapeuty z oddechem. Uczestnicy ćwiczą techniki pozwalające wprowadzić rytm i spójność do wykonywanych ruchów.

Moduł 5 – Techniki podstawowe

W tym module uczestnicy poznają **podstawowe techniki biomasażu**, które stanowią fundament dalszej pracy manualnej.

Program obejmuje:

Płynne techniki rozluźniające

Uczestnicy uczą się wykonywania długich, płynnych ruchów sprzyjających rozluźnieniu mięśni oraz wprowadzeniu organizmu w stan głębokiego odprężenia.

Praca na plecach i obręczy barkowej

Szczególny nacisk zostaje położony na obszary najczęściej kumulujące napięcia – plecy, barki i kark. Uczestnicy poznają techniki umożliwiające stopniowe rozluźnianie tych struktur.

Wprowadzenie do pracy z powięzią

Omówione zostają podstawowe zasady pracy z tkanką powięziową oraz jej znaczenie w kontekście napięć i ograniczeń ruchowych.

Moduł 6 – Praca z napięciami psychosomatycznymi

Moduł koncentruje się na **rozpoznawaniu i rozluźnianiu napięć związanych ze stresem i przeciążeniem emocjonalnym**.

Uczestnicy poznają:

Obszary kumulacji stresu

Omówione zostają najczęstsze miejsca gromadzenia napięć psychosomatycznych, takie jak kark, barki, przepona czy dolny odcinek pleców.

Techniki uwalniania napięć

Uczestnicy ćwiczą techniki pozwalające na stopniowe rozluźnianie napiętych struktur oraz wspieranie naturalnych procesów regulacyjnych organizmu.

Regulację układu nerwowego

Zostaną przedstawione sposoby pracy sprzyjające aktywacji układu przywspółczulnego, odpowiedzialnego za regenerację i odpoczynek.

Moduł 7 – Biomasaż całego ciała

W tym module uczestnicy uczą się **łączenia poznanych technik w spójną i płynną sesję zabiegową**.

Ćwiczenia obejmują:

Sekwencję pracy na całym ciele

Uczestnicy poznają kolejność pracy obejmującą plecy, kark, kończyny oraz przód ciała.

Łączenie technik w płynną całość

Instruktor pokazuje, jak przechodzić pomiędzy technikami w sposób naturalny i harmonijny.

Budowanie rytmu zabiegu

Podkreślona zostaje rola rytmu, płynności oraz spokojnego tempa w tworzeniu doświadczenia głębokiego relaksu.

Moduł 8 – Sesja końcowa i superwizja

Ostatni moduł stanowi **podsumowanie całego szkolenia** i umożliwia uczestnikom wykonanie pełnej sesji biomasażu.

Uczestnicy:

- wykonują kompletny zabieg biomasażu,
- otrzymują indywidualną informację zwrotną od instruktora,

- mają możliwość korekty techniki oraz zadania pytań dotyczących pracy manualnej.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 6

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 6 Teoria: Filozofia biomasażu, wpływ dotyku na układ hormonalny i nerwowy, BHP	Ewa Karczewska	15-06-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 6 Praktyka: Nauka bazowych sekwencji ruchów, praca z oddechem i intencją	Ewa Karczewska	15-06-2026	11:00	15:30	04:30
3 z 6 Walidacja: Ocena płynności ruchów i poprawności chwytów bazowych	-	15-06-2026	15:30	16:00	00:30
4 z 6 Teoria: Praca z blokadami somatycznymi, etyka pracy z ciałem, zalecenia po sesji	Ewa Karczewska	16-06-2026	09:00	11:00	02:00
5 z 6 Praktyka: Wykonanie pełnej, holistycznej sesji biomasażu na modelce	Ewa Karczewska	16-06-2026	11:00	15:30	04:30
6 z 6 Walidacja: Egzamin końcowy – samodzielna sesja masażu i walidacja całości	-	16-06-2026	15:30	16:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 500,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	250,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	250,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Ewa Karczewska

Ewa Karczewska to terapeutka z pasją, która od wielu lat rozwija swoje kompetencje w obszarze pracy z ciałem, emocjami i naturalnymi metodami wspierania zdrowia. Jej podejście łączy wiedzę, doświadczenie oraz głębokie zrozumienie potrzeb drugiego człowieka.

Od 2008 roku nieprzerwanie poszerza swoje kwalifikacje, rozpoczynając od biomasażu i technik pracy z ciałem, a następnie rozwijając się w kierunku zaawansowanych metod terapii manualnych i holistycznych. Ukończyła m.in. kursy masażu Lomi Lomi, terapii czaszkowo-krzyżowej, refleksologii oraz Techniki Bowena, zdobywając tytuł terapeuty tej metody.

Posiada tytuł Technika Masażysty, a swoją praktykę wzbogaciła o nowoczesne i tradycyjne podejścia terapeutyczne, w tym pełne szkolenie z zakresu akupunktury, zakończone egzaminem, oraz specjalistyczne szkolenia z akupunktury estetycznej i terapii bólu.

Jej rozwój zawodowy obejmuje również pracę z emocjami i napięciami, czego przykładem są szkolenia z zakresu terapii uzależnień z wykorzystaniem akupunktury, pracy z powięzią oraz terapii osteopatycznych. W 2024 roku uzyskała tytuł Mistrza Naturopaty, potwierdzający jej wysoki poziom kompetencji w zakresie terapii naturalnych.

Ewa Karczewska wyróżnia się holistycznym podejściem do pracy – łączy techniki manualne, energetyczne oraz elementy pracy z układem nerwowym, co pozwala jej skutecznie wspierać klientów w redukcji napięć, stresu oraz poprawie samopoczucia.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt szkoleniowy: Opracowanie dotyczące teorii biopola, technik manualnych oraz mapy punktów biologicznie aktywnych.

Materiały wspierające: Specjalistyczne oleje do biomasażu, zestaw do aromaterapii (olejki eteryczne).

Wyprawka: Firmowy notatnik i długopis.

Dokumentacja: Wzór karty konsultacyjnej i zaleceń po zabiegu.

Dokument końcowy: Certyfikat ukończenia szkolenia "Biomasaż – podejście holistyczne" oraz zaświadczenie.

Szkolenie odbywa się w profesjonalnie wyposażonej sali szkoleniowej. Placówka zapewnia każdemu uczestnikowi samodzielne stanowisko pracy (fotel, lampa, stolik) oraz dostęp do specjalistycznej aparatury. W cenie usługi zawarte są wszystkie materiały zużywalne oraz akcesoria jednorazowe. Organizator zapewnia modelki do części praktycznej oraz materiały dydaktyczne w formie skryptów. Usługa prowadzona jest w warunkach spełniających normy sanitarne.

Informacje dodatkowe

W przypadku otrzymania dofinansowania na poziomie co najmniej 70% szkolenie będzie zwolnione z podatku VAT na podstawie par. 3. ust. 1 pkt 14 Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień.

W przypadku szkoleń, które nie są dofinansowane na poziomie minimum 70% to ceny netto należy doliczyć 23% podatku VAT.

Zajęcia w ramach usługi realizowane są w godzinach zegarowych 9.00 - 16.00

Przerwy ustalane są indywidualnie z uczestnikiem usługi i nie wliczają się do czasu zajęć usługi.

W przypadku chęci zmiany terminu programu lub jakichkolwiek pytań, prosimy o kontakt telefoniczny pod numerem: (+48) 884 787 526

Strona: <https://iwonakozak.pl/>

Adres

ul. Komuny Paryskiej 39-41/5

50-451 Wrocław

woj. dolnośląskie

Centrum szkoleniowe, które posiadamy mieści się przy jednej z głównych ulic w centrum Wrocławia. Przed lokalem jest parking, mieszczą się przystanki autobusowe i tramwajowe. Wejście do lokalu jest bezpośrednio od ulicy.

Lokal umiejscowiony jest frontem do chodnika, posiada ogromne, oklejone witryny, aby klient mógł nas łatwo znaleźć.

Lokal posiada 2 poziomy. Wielkość lokalu to ok. 150m². Dysponujemy częścią szkoleniową i częścią socjalną. Posiadamy 4 sale szkoleniowe i odrębne pomieszczenie w stylu salonu, w którym kursantki mogą odpocząć. W pomieszczeniu tym najczęściej wystawiamy catering (kawa, herbata, woda, ciastka). Pomieszczenie jest wyposażone w ogromną kanapę i wygodne stoliki. Wnętrze ma

otwierane okna i jest wyposażone w klimatyzację.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Maksym Rzewuski

E-mail szkolenia@kontakt.pl

Telefon (+48) 884 787 526