



Masaż całego ciała - Kompleksowy kurs: techniki klasyczne i zaawansowane. Zielone umiejętności, kwalifikacje.

Numer usługi 2026/03/26/199690/3440223

5 000,00 PLN brutto
5 000,00 PLN netto
238,10 PLN brutto/h
238,10 PLN netto/h
226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Centrum Szkoleń i
Kreowania
Potencjału Lena
Sitek-Ledwoń

★★★★★ 5,0 / 5

14 ocen

📍 Częstochowa
🏠 Usługa szkoleniowa
📄 stacjonarna
🕒 21:00 h
📅 23.05.2026 do 24.05.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Uroda
Grupa docelowa usługi	<p>Usługa prowadzi do zdobycia kwalifikacji w zakresie wykonywania masażu klasycznego oraz zaawansowanych technik masażu całego ciała. Uczestnicy nabędą wiedzę i umiejętności umożliwiające samodzielne i prawidłowe wykonywanie zabiegów, zgodnie z zasadami pracy w gabinecie masażu.</p> <p>Szkolenie obejmuje praktyczne i teoretyczne zajęcia, w tym elementy zielonych umiejętności, takie jak:</p> <ul style="list-style-type: none"> • stosowanie ekologicznych i bezpiecznych dla środowiska produktów • przestrzeganie higieny i bezpiecznych procedur pracy • minimalizacja odpadów i racjonalne gospodarowanie materiałami • promowanie zdrowego stylu życia u siebie i klientów <p>Dzięki temu uczestnicy są przygotowani nie tylko do pracy zawodowej, ale również do prowadzenia działań zgodnych z zrównoważonym rozwojem i ekologicznymi standardami w branży wellness.</p>
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	2
Data zakończenia rekrutacji	18-05-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	21

Cel

Cel edukacyjny

Usługa prowadzi do zdobycia kwalifikacji w zakresie wykonywania masażu klasycznego oraz zaawansowanych technik masażu całego ciała. Uczestnicy nabędą wiedzę i umiejętności umożliwiające samodzielne i prawidłowe wykonywanie zabiegów, zgodnie z zasadami pracy w gabinecie masażu.

Proces kształcenia obejmuje część teoretyczną i praktyczną, ukierunkowaną na rozwój kompetencji zawodowych oraz przygotowanie do pracy z klientem.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik rozróżnia struktury anatomiczne (mięśnie, ścięgna, więzadła, powięzi), wyjaśnia procesy gojenia i reakcje organizmu na masaż oraz klasyfikuje techniki masażu wraz ze wskazaniami i omawia działanie stosowanych narzędzi i urządzeń.	uczestnik poprawnie opisuje struktury anatomiczne, procesy fizjologiczne oraz dobiera techniki masażu i narzędzia	Test teoretyczny
Uczestnik przygotowuje stanowisko pracy zgodnie z BHP i ergonomią, przeprowadza wywiad i uzyskuje zgodę pacjenta a także dobiera i wykonuje techniki masażu adekwatnie do potrzeb pacjenta	prawidłowo przygotowuje stanowisko, przeprowadza wywiad bez pominięcia kluczowych pytań oraz wykonuje masażu zgodnie z zasadami ergonomii i doborem technik.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Identyfikuje przeciwwskazania do wykonania zabiegu masażu klasycznego u klienta	Wymienia przeciwwskazania oraz rozpoznaje sytuacje wykluczające wykonanie masażu.	Test teoretyczny
Charakteryzuje wpływ masażu klasycznego na poszczególne układy organizmu człowieka	Opisuje wpływ masażu na wybrane układy organizmu.	Test teoretyczny
Uwzględnia zasady zrównoważonego rozwoju i zielonej gospodarki w organizacji pracy gabinetu masażu.	Stosuje zasady oszczędnego gospodarowania materiałami, ogranicza zużycie jednorazówek, uwzględnia oszczędność energii i zasobów oraz wskazuje działania proekologiczne w pracy gabinetu.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Komunikuje się z pacjentem w sposób empatyczny i profesjonalny, dba o komfort i bezpieczeństwo pacjenta	Uczestnik utrzymuje profesjonalną komunikację z klientem, zapewnia komfort pacjenta oraz wykonanie zabiegu w założonym czasie bez obniżenia jakości.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://standardgccs.com/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://icvc.eu/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	ICVC Sp. z o.o.
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Talent Odyssey Ltd

Program

Dzień 1. 8:00-16:00 (w tym 30minutowa przerwa)

1. Teoria: Wprowadzenie do anatomii 8:00-10:15

- Zasady BHP
- Zastosowanie zasad zrównoważonego rozwoju i zielonej gospodarki w organizacji pracy gabinetu masażu
- Podstawy anatomii: mięśnie, skóra
- Przeciwwskazania
- Rodzaje masażu

1. Teoria: Masaż pleców i karku 10:15-11:00

- Techniki klasyczne (głaskanie, ugniatanie)

1. Przerwa 11:00-11:30

2. Masaż pleców i karku - praktyka 11:30-13:45

- Prawidłowa postawa masażysty
- Praca z napięciem karku i barków

1. Masaż brzucha i klatki piersiowej 13:45-16:00

- Prawidłowa praca z oddechem
- Delikatne techniki na brzuch i klatkę

Dzień 2. 8:15-16:00 (w tym 30minutowa przerwa)

1. Masaż kończyn dolnych 8:15-10:15

- Techniki na uda, łydki, stopy
- Masaż relaksacyjny nóg

1. Masaż kończyn górnych 10:15-11:45

- Ramiona, przedramiona, dłonie
- Przejścia między segmentami ciała

1. Przerwa 11:45-12:15

2. Masaż twarzy i głowy 12:15-13:45

- Masaż relaksacyjny twarzy i skóry głowy
- Kończenie sesji masażu

1. **Masaż całościowy 13:45-15:15**

2. **Walidacja-Egzamin 15:15-16:00**

Łącznie: 21 godzin dydaktycznych (2 dni, w tym 30-minutowe przerwy na każdy dzień)

- Teoria: 4 godziny dydaktyczne
- Praktyka: 16 godzin dydaktycznych
- Egzamin-walidacja: 1 godzina dydaktyczna

1godzina dydaktyczna=45minut.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 11

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Teoria; wprowadzenie do anatomii	Karol Cisak	23-05-2026	08:00	10:15	02:15
2 z 11 Teoria; masaż pleców i karku	Karol Cisak	23-05-2026	10:15	11:00	00:45
3 z 11 Przerwa	Karol Cisak	23-05-2026	11:00	11:30	00:30
4 z 11 Masaż pleców i karku - praktyka	Karol Cisak	23-05-2026	11:30	13:45	02:15
5 z 11 Masaż brzucha i klatki piersiowej	Karol Cisak	23-05-2026	13:45	16:00	02:15
6 z 11 Masaż kończyn dolnych	Karol Cisak	24-05-2026	08:15	10:15	02:00
7 z 11 Masaż kończyn górnych	Karol Cisak	24-05-2026	10:15	11:45	01:30
8 z 11 Przerwa	Karol Cisak	24-05-2026	11:45	12:15	00:30
9 z 11 Masaż twarzy i głowy	Karol Cisak	24-05-2026	12:15	13:45	01:30
10 z 11 Masaż całościowy	Karol Cisak	24-05-2026	13:45	15:30	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 11 Egzamin-walidacja	-	24-05-2026	15:30	16:00	00:30

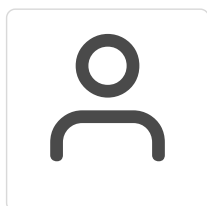
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	238,10 PLN
Koszt osobogodziny netto	238,10 PLN
W tym koszt walidacji brutto	170,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	170,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	170,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	170,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Karol Cisak

Fizjoterapeuta oraz trener personalny z kilkuletnim doświadczeniem zawodowym, absolwent Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu. W pracy dydaktycznej i terapeutycznej stosuje holistyczne podejście do człowieka, łącząc wiedzę z zakresu fizjoterapii, terapii manualnej oraz anatomii funkcjonalnej. Wyróżnia się indywidualnym podejściem do uczestników szkolenia, empatią oraz praktycznym, nowoczesnym sposobem nauczania.

Specjalizuje się w pracy z układem ruchu, w tym w terapii manualnej, masażu tkanek miękkich oraz pracy przeciwbólowej. Posiada doświadczenie w prowadzeniu zajęć praktycznych z zakresu technik masażu oraz pracy z klientem.

W ciągu ostatnich dwóch lat przeszkolił kilkunastu specjalistów z zakresu masażu i pracy z ciałem, przekazując praktyczne umiejętności niezbędne do wykonywania masażu klasycznego w pracy zawodowej.

Systematycznie podnosi kwalifikacje poprzez udział w kursach z zakresu masażu, terapii manualnej, pracy z punktami spustowymi, kinesiotapingu oraz metod wspierających pracę terapeutyczną.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W sali szkoleniowej udostępnione są odpowiednie materiały i sprzęt do przeprowadzenia szkolenia.

Informacje dodatkowe

W przypadku dofinansowania usługi szkoleniowej na poziomie co najmniej 70% jest zwolniona z podatku VAT.

Podstawa: art. 43 ust.1 pkt 29 lit.c ustawy o VAT oraz §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 (Dz. U. z 2015, poz. 736)

Adres

ul. Staszica 3
42-202 Częstochowa
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



LENA SITEK-LEDWOŃ

E-mail lenasitek.ledwon@gmail.com

Telefon (+48) 570 344 700