



CUERPO CENTRUM  
SZKOLENIOWE  
ALBERT LISOWSKI

Brak ocen dla tego dostawcy

## Szkolenie z zakresu masażu orientalnych, relaksacyjnych i ayurwedyjskich: Masaż Kobido, Masaż Ayurveda Abhyanga, Masaż Ayurveda Udvartana, Masaż Ayurveda Shirodhara, Masaż Balijski, Masaż Relaksacyjny.

Numer usługi 2026/03/29/207955/3445042

- 📍 Ropczyce
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 🕒 104:00 h
- 📅 11.06.2026 do 20.06.2026

6 000,00 PLN brutto  
6 000,00 PLN netto  
57,69 PLN brutto/h  
57,69 PLN netto/h  
128,21 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

Kategoria	Inne / Edukacja
Grupa docelowa usługi	Szkolenie adresowane jest do osób dorosłych – zarówno klientów indywidualnych, jak i pracowników oraz właścicieli firm z branży usługowej, kosmetycznej, wellness, SPA oraz fizjoterapeutycznej, którzy pracują lub planują podjąć pracę w obszarze masażu i usług wellness/SPA. – w szczególności do masażystów oraz pracowników salonów beauty/SPA, którzy wykonują zabiegi na kliencie, przygotowują stanowisko, dobierają oleje i dostosowują techniki do wskazań i przeciwwskazań. Uczestnikami mogą być też osoby początkujące, jeśli są na etapie wejścia do zawodu i chcą nauczyć się pełnej sekwencji masażu. Wymagana jest podstawowa sprawność manualna, umiejętność przestrzegania higieny, ergonomii i BHP, gotowość do pracy w parach (masaż wzajemny) oraz brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania i przyjmowania masażu.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	8
Data zakończenia rekrutacji	10-06-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	104
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

Usługa „Masaże orientalne relaksacyjne i ayurwedyjskie” – szkolenie” przygotowuje do samodzielnego wykonania pełnej sekwencji masażu Kobido, Ayurveda Udvardana, Ayurveda Abhyanga, Ayurveda Shirodhara, masażu Balijskiego oraz masażu Relaksacyjnego z prawidłowym przygotowaniem stanowiska pracy, doбором olejów i preparatów (w tym proszków ziołowych), a także dostosowaniem technik, tempa i siły ucisku do wskazań oraz przeciwwskazań, z zachowaniem ergonomii pracy i zasad BHP.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje zasady masażu kobido oraz ich zastosowanie w pracy z ciałem.	opisuje kluczowe cechy masażu kobido (np. rytm, kierunki pracy, płynność sekwencji)	Wywiad swobodny
	wskazuje elementy wpływające na komfort i bezpieczeństwo osoby masowanej (np. pytanie o stan zdrowia i przeciwwskazania, ustalenie siły nacisku, reagowanie na sygnały bólu lub dyskomfortu).	Wywiad swobodny
	Opisuje zachowanie właściwej kolejności etapów masażu (rozgrzewka i rozluźnienie, drenaż, lifting, stymulacja punktów, wykończenie masażu).	Wywiad swobodny
Charakteryzuje zasady masażu Ayurveda abhyanga oraz ich zastosowanie w pracy z ciałem	opisuje kluczowe cechy masażu ayurveda abhyanga (np. rytm, kierunki pracy, płynność sekwencji)	Wywiad swobodny
	charakteryzuje rodzaje olejów stosowanych w masażu ayurveda abhyanga oraz zasady ich doboru do typu klienta	Wywiad swobodny
	wskazuje elementy wpływające na komfort i bezpieczeństwo osoby masowanej ( np. zachowanie intymności i prywatności,	Wywiad swobodny
	wyjaśnia rolę ergonomii i pracy ciężarem ciała w masażu ayurveda abhanga	Wywiad swobodny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje zasady masażu Ayurveda Shirodhara oraz ich zastosowanie w pracy z ciałem	opisuje kluczowe cechy masażu ayurveda Shirodhara (np. rytm, kierunki pracy, płynność sekwencji)	Wywiad swobodny
	opisuje etapy wykonania zabiegu Shirodhara	Wywiad swobodny
	opisuje zasady przygotowania stanowiska i klienta do zabiegu	Wywiad swobodny
	wskazuje elementy wpływające na komfort i bezpieczeństwo osoby masowanej (np. temperatura oleju, wygodne ułożenie głowy )	Wywiad swobodny
Charakteryzuje zasady masażu Ayurveda udvartana oraz ich zastosowanie w pracy z ciałem.	opisuje kluczowe cechy masażu Ayurveda udvartana (np. rytm, kierunki pracy, płynność sekwencji)	Wywiad swobodny
	opisuje podstawy filozofii Ayurvedy oraz koncepcję dosz (Vata, Pitta, Kapha),	Wywiad swobodny
	charakteryzuje rodzaje proszków ziołowych stosowanych w zabiegu oraz ich właściwości	Wywiad swobodny
	wskazuje elementy wpływające na komfort i bezpieczeństwo osoby masowanej ( np. podparcie wałkami (pod kolanami, kostkami), przykrycie części ciała, które nie są aktualnie masowane.  wyjaśnia rolę ergonomii i pracy ciężarem ciała w masażu ayurveda udvartana	Wywiad swobodny  Wywiad swobodny
charakteryzuje zasady masażu balijskiego oraz ich zastosowanie w pracy z ciałem	opisuje kluczowe cechy masażu balijskiego (np. rytm, kierunki pracy, płynność sekwencji)	Wywiad swobodny
	wskazuje elementy wpływające na komfort i bezpieczeństwo osoby masowanej (np. dba o odpowiednią temperaturę w pomieszczeniu  wyjaśnia rolę ergonomii i pracy ciężarem ciała w masażu balijskim	Wywiad swobodny  Wywiad swobodny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu kobido, ayurveda abhanga, ayurveda Shirodhara, ayurveda udvartana, balijskiego, relaksacyjnego oraz uzasadnia decyzję o wykonaniu lub odmowie zabiegu.</p>	<p>klasyfikuje przykładowe przypadki jako wskazanie lub przeciwwskazanie</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
	<p>uzasadnia odmowę wykonania masażu w przypadku przeciwwskazań</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
	<p>proponuje bezpieczną alternatywę (np. odroczenie zabiegu / konsultacja) w sytuacji ryzyka</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>Organizuje stanowisko do masażu kobido, ayurveda abhanga, ayurveda Shirodhara, ayurveda udvartana, balijskiego, relaksacyjnego z zachowaniem higieny, ergonomii i zasad BHP.</p>	<p>przygotowuje stanowisko zgodnie z wymaganiami higieny i bezpieczeństwa</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>ustawia wyposażenie i pozycję pracy z zachowaniem ergonomii</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>zabezpiecza materiały i akcesoria w sposób ograniczający ryzyko urazu/poślizgu/zabrudzenia</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
<p>Dobiera olej oraz parametry masażu (techniki, tempo, siła ucisku) do potrzeb i reakcji osoby masowanej</p>	<p>dobiera olej do 3 opisanych potrzeb/warunków (np. komfort skóry, preferencje zapachowe) i uzasadnia wybór</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>dostosowuje siłę ucisku i tempo do informacji zwrotnej i obserwacji reakcji ciała</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>dobiera techniki do celu zabiegu (np. relaks, rozluźnienie) i wyjaśnia wybór</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
<p>Wykonuje pełną sekwencję masażu kobido, ayurveda abhanga, ayurveda Shirodhara, ayurveda udvartana, balijskiego relaksacyjnego na modelu z zachowaniem płynności i poprawności technicznej</p>	<p>realizuje sekwencję w prawidłowej kolejności, bez pomijania kluczowych elementów</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>utrzymuje płynność przejść, rytm pracy i kontrolę siły ucisku</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
	<p>stosuje poprawną postawę ciała i pracę ciężarem ciała podczas wykonywania technik</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje zasady komunikacji i etyki pracy podczas wykonywania masażu, w tym uzyskiwanie zgody, reagowanie na dyskomfort i informację zwrotną.	uzyskuje zgodę na zabieg i komunikuje zasady komfortu oraz granice pracy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	reaguje na zgłoszony dyskomfort, modyfikuje parametry masażu lub przerywa zabieg	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	przyjmuje informację zwrotną i wprowadza korekty techniki w trakcie pracy w parze	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Charakteryzuje zasady masażu relaksacyjnego oraz ich zastosowanie w pracy z ciałem.	opisuje kluczowe cechy masażu relaksacyjnego (np. rytm, kierunki pracy, płynność sekwencji, siła docisku)	Wywiad swobodny
	wskazuje elementy wpływające na komfort i bezpieczeństwo osoby masowanej ( np. podparcie wałkami (pod kolanami, kostkami), przykrycie części ciała, które nie są aktualnie masowane, ustawienie odpowiedniej temperatury w pomieszczeniu.	Wywiad swobodny
	opisuje etapy wykonania zabiegu relaksacyjnego	Wywiad swobodny

## 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

Dla osiągnięcia celu edukacyjnego, polegającego na przygotowaniu uczestnika do samodzielnego wykonania pełnych sekwencji masażu: Kobido, Relaksacyjnego, Ayurveda Abhyanga, Ayurveda Udvartana, Ayurveda Shirodhara, oraz masażu Balijskiego, –wzajemnie na sobie , z uwzględnieniem:

- przygotowania stanowiska pracy,
- prawidłowego doboru preparatów (oleje, proszki ziołowe, krem),
- doboru narzędzi (zestaw do shirodhara),
- dostosowania technik oraz siły ucisku do wskazań i przeciwwskazań,
- zachowania ergonomii pracy i zasad BHP,
- zakończenia zabiegu zgodnie z procedurą,

uczestnik powinien być gotowy do pracy warsztatowej w parach (masaże wykonywane wzajemnie na sobie), posiadać podstawową sprawność manualną oraz umiejętność przestrzegania zasad higieny i bezpieczeństwa pracy.

Zaleca się brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania i przyjmowania masażu (w razie wątpliwości wskazana konsultacja lekarska).

## Zakres teoretyczny

- Historia i charakterystyka masażu balijskiego
- Podstawy ayurwedy (koncepcja dosz: Vata, Pitta, Kapha)
- Charakterystyka masażu Udvartana, Abhyanga i Shirodhara
- Charakterystyka masażu Kobido
- Charakterystyka i Historia Masażu Relaksacyjnego
- Wskazania i przeciwwskazania do poszczególnych masażu
- Rodzaje olejów stosowanych w masażu Balijskim, Udvartana, Abhyanga i Shirodhara
- Rodzaje proszków ziołowych stosowanych w Udvartana
- Rodzaje olejów i kremów w masażu Kobido
- Ergonomia pracy i zasady BHP podczas wykonywania masażu

## Zakres praktyczny

- Metodyka każdego masażu:
  - przygotowanie stanowiska pracy
  - przygotowanie klienta
  - dobór intensywności i technik
  - wykorzystanie ciężaru własnego ciała
- Nauka podstawowych technik każdego masażu (pokaz instruktora + ćwiczenia)
- Ćwiczenia praktyczne w parach:
  - masaż balijski (techniki ucisku, rozcierania, elementy akupresury i rozciągania)
  - Ayurveda Abhyanga (długie, płynne ruchy olejowe)
  - Ayurveda Udvartana (intensywne ruchy rozcierające z użyciem proszków)
  - masaż Kobido ( techniki drenażowe intensywny lifting, uciski punktowe )
  - Ayurveda Shirodhara ( Technika prowadzenia strumienia oleju na czole (kontrola wysokości, rytmu i kierunku)
  - Masaż Relaksacyjny ( Płynne, długie i delikatne ruchy )
- Powtórzenie i doskonalenie technik

## Walidacja

- Walidacja efektów uczenia się realizowana jest po zakończeniu każdego modułu szkoleniowego (każdego masażu) oddzielnie. Obserwacja w warunkach rzeczywistych + wywiad swobodny

Łączna ilość godzin Szkolenie Masaż Kobido : Teoria 3 godziny zegarowe i 45 minut, Praktyka 12 godzin zegarowych, Przerwy i walidacja 2 godziny zegarowe i 15 minut. Razem 18 godzin zegarowych = 24 godziny dydaktyczne.

Łączna ilość godzin Szkolenie Masaż Ayurveda Abhanga: Teoria 2 godziny zegarowe i 15 minut, Praktyka 10 godzin zegarowych, Przerwy i walidacja 2 godziny zegarowe i 45 minut. Razem 15 godzin zegarowych = 20 godzin dydaktycznych.

Łączna ilość godzin Szkolenie Masaż Ayurveda Shirodhara: Teoria 1 godzina zegarowa i 30 minut. Praktyka 6 godzin zegarowych. Przerwy i walidacja 1 godzina i 30 minut. Razem 9 godzin zegarowych = 12 godzin dydaktycznych

Łączna ilość godzin Szkolenie Masaż Ayurveda Udvaartana: Teoria 1 godzina zegarowa i 45 minut, Praktyka 8 godzin zegarowych i 30 minut, Przerwy i walidacja 1 godzina zegarowa i 45 minut. Razem 12 godzin zegarowych = 16 godzin dydaktycznych.

Łączna ilość godzin Szkolenie Masaż Relaksacyjny: Teoria 1 godziny zegarowa, Praktyka 6 godzin zegarowych i 30 minut. Przerwy i walidacja 1 godzina zegarowa i 30 minut. Razem 9 godzin zegarowych = 12 godzin dydaktycznych .

Łączna ilość godzin Szkolenie Masaż Balijski: Teoria 2 godziny zegarowe i 30 minut, Praktyka 10 godzin zegarowych, Przerwy i walidacja 2 godziny zegarowe i 30 minut. Razem 15 godzin zegarowych = 20 godzin dydaktycznych .

Łączna ilość wszystkich godzin: 78 godzin zegarowych = 104 godzin dydaktycznych.

#### Warunki organizacyjne:

1. Szkolenie grupowe: rekomendowana wielkość grupy: 8 osób
2. Uczestnicy pracują warsztatowo/na sobie na wzajem/na modelach
3. Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych 1h = 45min.
4. Przerwy wliczają się w czas trwania usługi i mogą być elastycznie dostosowane do tempa pracy uczestników i dynamiki szkolenia.
5. Organizator zapewnia: Organizator zapewnia materiały dydaktyczne (skrypty), profesjonalne stoły do masażu, olejki do masażu, podgrzewacze do olejków, jednorazowe prześcieradła, jednorazową bieliznę, chusty do masażu oraz niezbędne środki higieny.

Uczestnicy szkolenia powinni posiadać wygodny strój roboczy, niekrępujący ruchów, umożliwiający swobodne wykonywanie technik masażu.

6. Walidacja efektów uczenia się realizowana jest po zakończeniu każdego modułu szkoleniowego (każdego masażu) oddzielnie.

7. Metody walidacji efektów uczenia się: wywiad swobodny, obserwacja w warunkach symulowanych,

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 86

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 86</b> Historia masażu relaksacyjnego, filozofia pracy z ciałem, wskazania i przeciwwskazania	ALBERT LISOWSKI	11-06-2026	09:00	09:30	00:30
<b>2 z 86</b> Rodzaje olejów, właściwości, ergonomia pracy i BHP	ALBERT LISOWSKI	11-06-2026	09:30	10:00	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 86</b> Metodyka masażu: przygotowanie stanowiska, praca z ciałem, siła masażu, ciężar ciała, podstawowe chwyt (pokaz + ćwiczenia kierowane)	ALBERT LISOWSKI	11-06-2026	10:00	11:30	01:30
<b>4 z 86</b> Przerwa	ALBERT LISOWSKI	11-06-2026	11:30	11:45	00:15
<b>5 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne masażu relaksacyjnego – praca w parach	ALBERT LISOWSKI	11-06-2026	11:45	14:15	02:30
<b>6 z 86</b> Przerwa	ALBERT LISOWSKI	11-06-2026	14:15	15:00	00:45
<b>7 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne – powtórzenie i doskonalenie technik (praca w parach pod nadzorem instruktora))	ALBERT LISOWSKI	11-06-2026	15:00	17:30	02:30
<b>8 z 86</b> Walidacja - Wywiad swobodny, obserwacja w warunkach symulowanych	-	11-06-2026	17:30	18:00	00:30
<b>9 z 86</b> Historia masażu ayurveda shirodhara, filozofia pracy z ciałem, wskazania i przeciwwskazania	ALBERT LISOWSKI	12-06-2026	09:00	09:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>10 z 86</b> Rodzaje olejów, właściwości, ergonomia pracy i BHP	ALBERT LISOWSKI	12-06-2026	09:45	10:30	00:45
<b>11 z 86</b> Przerwa	ALBERT LISOWSKI	12-06-2026	10:30	10:45	00:15
<b>12 z 86</b> Metodyka masażu: przygotowanie stanowiska, praca z ciałem, siła masażu, podstawowe chwyt (pokaz + ćwiczenia kierowane)	ALBERT LISOWSKI	12-06-2026	10:45	12:45	02:00
<b>13 z 86</b> Przerwa	ALBERT LISOWSKI	12-06-2026	12:45	13:30	00:45
<b>14 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne masażu ayurveda shirodhara – praca w parach	ALBERT LISOWSKI	12-06-2026	13:30	15:30	02:00
<b>15 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne – pełna sekwencja masażu pod nadzorem instruktora	ALBERT LISOWSKI	12-06-2026	15:30	17:30	02:00
<b>16 z 86</b> Walidacja - Wywiad swobodny, obserwacja w warunkach symulowanych	-	12-06-2026	17:30	18:00	00:30
<b>17 z 86</b> Część Teoretyczna: Historia Kobido, wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu Kobido.	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	09:00	09:30	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>18 z 86</b> Część Teoretyczna: Podstawy anatomii-mięśnie dekoltu, szyi, twarzy; zalety masażu liftingującego	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	09:30	10:00	00:30
<b>19 z 86</b> Część teoretyczna: produkty wykorzystywane podczas masażu	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	10:00	10:30	00:30
<b>20 z 86</b> Część teoretyczna: zasady i metodyka masażu: technika masażu głowy, twarzy, szyi i dekoltu	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	10:30	11:15	00:45
<b>21 z 86</b> Przerwa	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	11:15	11:30	00:15
<b>22 z 86</b> Część praktyczna: Etap przygotowawczy oczyszczanie skóry twarzy, demakijaż	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	11:30	12:00	00:30
<b>23 z 86</b> Część praktyczna: techniki masażu relaksującego	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	12:00	12:30	00:30
<b>24 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne - drenaż limfatyczny	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	12:30	13:00	00:30
<b>25 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne - część liftingująca	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	13:00	13:30	00:30
<b>26 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne - część zamykająca	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	13:30	14:00	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
27 z 86 Ćwiczenia praktyczne - akupresura	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	14:00	14:30	00:30
28 z 86 Przerwa	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	14:30	15:00	00:30
29 z 86 Część praktyczna: Etap przygotowawczy oczyszczanie skóry twarzy, demakijaż ( zamiana w parach )	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	15:00	15:30	00:30
30 z 86 Część praktyczna: techniki masażu relaksującego ( zamiana w parach )	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	15:30	16:00	00:30
31 z 86 Ćwiczenia praktyczne - drenaż limfatyczny ( zamiana w parach )	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	16:00	16:30	00:30
32 z 86 Ćwiczenia praktyczne - część liftingująca ( zamiana w parach )	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	16:30	17:00	00:30
33 z 86 Ćwiczenia praktyczne - część zamykająca ( zamiana w parach )	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	17:00	17:30	00:30
34 z 86 Ćwiczenia praktyczne - akupresura ( zamiana w parach )	ALBERT LISOWSKI	13-06-2026	17:30	18:00	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>35 z 86</b> Powtórzenie materiału i przygotowanie do pracy, omówienie schematu całego zabiegu konsultacja, przeciwwskazań	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	09:00	10:00	01:00
<b>36 z 86</b> Część praktyczna: Etap przygotowawczy oczyszczanie skóry twarzy, demakijaż ( powtórzenie i doskonalenie technik )	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	10:00	10:30	00:30
<b>37 z 86</b> Część praktyczna: techniki masażu relaksującego ( powtórzenie i doskonalenie technik )	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	10:30	11:00	00:30
<b>38 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne - drenaż limfatyczny ( powtórzenie i doskonalenie technik )	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	11:00	11:30	00:30
<b>39 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne - część liftingująca ( powtórzenie i doskonalenie technik )	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	11:30	12:00	00:30
<b>40 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne - część zamykająca ( powtórzenie i doskonalenie technik )	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	12:00	12:30	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
41 z 86 Ćwiczenia praktyczne - akupresura ( powtórzenie i doskonalenie technik )	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	12:30	13:00	00:30
42 z 86 Przerwa	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	13:00	13:45	00:45
43 z 86 Część praktyczna: Etap przygotowawczy oczyszczanie skóry twarzy, demakijaż ( powtórzenie i doskonalenie technik - zamiana w parach )	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	13:45	14:15	00:30
44 z 86 Część praktyczna: techniki masażu relaksującego ( powtórzenie i doskonalenie technik - zamiana w parach )	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	14:15	14:45	00:30
45 z 86 Ćwiczenia praktyczne - drenaż limfatyczny ( powtórzenie i doskonalenie technik - zamiana w parach )	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	14:45	15:15	00:30
46 z 86 Ćwiczenia praktyczne - część liftingująca ( powtórzenie i doskonalenie technik - zamiana w parach )	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	15:15	15:45	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
47 z 86 Ćwiczenia praktyczne - część zamykająca ( powtórzenie i doskonalenie technik - zamiana w parach )	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	15:45	16:15	00:30
48 z 86 Ćwiczenia praktyczne - akupresura ( powtórzenie i doskonalenie technik - zamiana w parach )	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	16:15	16:45	00:30
49 z 86 Podsumowanie całego materiału	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	16:45	17:15	00:30
50 z 86 Przerwa	ALBERT LISOWSKI	14-06-2026	17:15	17:30	00:15
51 z 86 Walidacja	-	14-06-2026	17:30	18:00	00:30
52 z 86 Historia masażu ayurweda abhanga, filozofia pracy z ciałem, wskazania i przeciwwskazania	ALBERT LISOWSKI	15-06-2026	09:00	09:45	00:45
53 z 86 Rodzaje olejów, właściwości, ergonomia pracy i BHP	ALBERT LISOWSKI	15-06-2026	09:45	10:30	00:45
54 z 86 Przerwa	ALBERT LISOWSKI	15-06-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>55 z 86</b> Metodyka masażu: przygotowanie stanowiska, praca z ciałem, siła masażu, ciężar ciała, podstawowe chwyt (pokaz + ćwiczenia kierowane)	ALBERT LISOWSKI	15-06-2026	10:45	12:45	02:00
<b>56 z 86</b> Przerwa	ALBERT LISOWSKI	15-06-2026	12:45	13:30	00:45
<b>57 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne masażu ayurweda abhanga – praca w parach	ALBERT LISOWSKI	15-06-2026	13:30	16:30	03:00
<b>58 z 86</b> Powtórzenie materiału i konsultacja przeciwwskazań	ALBERT LISOWSKI	16-06-2026	09:00	09:45	00:45
<b>59 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne – powtórzenie i doskonalenie technik (praca w parach)	ALBERT LISOWSKI	16-06-2026	09:45	12:15	02:30
<b>60 z 86</b> Przerwa	ALBERT LISOWSKI	16-06-2026	12:15	13:00	00:45
<b>61 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne – pełna sekwencja masażu pod nadzorem instruktora	ALBERT LISOWSKI	16-06-2026	13:00	15:30	02:30
<b>62 z 86</b> Przerwa	ALBERT LISOWSKI	16-06-2026	15:30	15:45	00:15
<b>63 z 86</b> Walidacja - Wywiad swobodny, obserwacja w warunkach symulowanych	-	16-06-2026	15:45	16:30	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
64 z 86 Historia masażu ayurveda udvartana, filozofia pracy z ciałem, wskazania i przeciwwskazania	ALBERT LISOWSKI	17-06-2026	09:00	09:30	00:30
65 z 86 Rodzaje olejów oraz proszków, właściwości, ergonomia pracy i BHP	ALBERT LISOWSKI	17-06-2026	09:30	10:00	00:30
66 z 86 Metodyka masażu: przygotowanie stanowiska, praca z ciałem, siła masażu, ciężar ciała, podstawowe chwyt (pokaz + ćwiczenia kierowane)	ALBERT LISOWSKI	17-06-2026	10:00	11:30	01:30
67 z 86 Przerwa	ALBERT LISOWSKI	17-06-2026	11:30	12:00	00:30
68 z 86 Ćwiczenia praktyczne masażu ajurweda udvartana – praca w parach	ALBERT LISOWSKI	17-06-2026	12:00	13:30	01:30
69 z 86 Ćwiczenia praktyczne – powtórzenie i doskonalenie technik (praca w parach)	ALBERT LISOWSKI	17-06-2026	13:30	15:00	01:30
70 z 86 Powtórzenie materiału i przygotowanie do pracy, omówienie schematu całego zabiegu konsultacja, przeciwwskazań	ALBERT LISOWSKI	18-06-2026	09:00	09:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
71 z 86 Ćwiczenia praktyczne masażu ajurweda udvartana – praca w parach	ALBERT LISOWSKI	18-06-2026	09:45	10:45	01:00
72 z 86 Ćwiczenia praktyczne – powtórzenie i doskonalenie technik (praca w parach)	ALBERT LISOWSKI	18-06-2026	10:45	11:45	01:00
73 z 86 Przerwa	ALBERT LISOWSKI	18-06-2026	11:45	12:15	00:30
74 z 86 Ćwiczenia praktyczne – pełna sekwencja masażu pod nadzorem instruktora	ALBERT LISOWSKI	18-06-2026	12:15	14:15	02:00
75 z 86 Walidacja - Wywiad swobodny, obserwacja w warunkach symulowanych	-	18-06-2026	14:15	15:00	00:45
76 z 86 Historia masażu balijskiego, filozofia pracy z ciałem, wskazania i przeciwwskazania	ALBERT LISOWSKI	19-06-2026	09:00	09:45	00:45
77 z 86 Rodzaje olejów, właściwości, ergonomia pracy i BHP	ALBERT LISOWSKI	19-06-2026	09:45	10:30	00:45
78 z 86 Przerwa	ALBERT LISOWSKI	19-06-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>79 z 86</b> Metodyka masażu: przygotowanie stanowiska, praca z ciałem, siła masażu, ciężar ciała, podstawowe chwyt (pokaz + ćwiczenia kierowane)	ALBERT LISOWSKI	19-06-2026	10:45	13:15	02:30
<b>80 z 86</b> Przerwa	ALBERT LISOWSKI	19-06-2026	13:15	14:00	00:45
<b>81 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne masażu balijskiego – praca w parach	ALBERT LISOWSKI	19-06-2026	14:00	16:30	02:30
<b>82 z 86</b> Powtórzenie materiału, konsultacja przeciwwskazań oraz omówienie schematu całego zabiegu	ALBERT LISOWSKI	20-06-2026	09:00	10:00	01:00
<b>83 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne – powtórzenie i doskonalenie technik (praca w parach)	ALBERT LISOWSKI	20-06-2026	10:00	12:30	02:30
<b>84 z 86</b> Przerwa	ALBERT LISOWSKI	20-06-2026	12:30	13:15	00:45
<b>85 z 86</b> Ćwiczenia praktyczne – pełna sekwencja masażu pod nadzorem instruktora	ALBERT LISOWSKI	20-06-2026	13:15	15:45	02:30
<b>86 z 86</b> Walidacja - Wywiad swobodny, obserwacja w warunkach symulowanych	ALBERT LISOWSKI	20-06-2026	15:45	16:30	00:45

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	6 000,00 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>	6 000,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	57,69 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	57,69 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### ALBERT LISOWSKI

Albert Lisowski – technik masażysta i instruktor masażu. Masażem zajmuje się od 2011 r., zdobywając doświadczenie m.in. w ośrodkach rehabilitacyjnych oraz strefach SPA. W ostatnich 5 latach potwierdził kwalifikacje certyfikatami: Masaż Balijski (09.10.2022) oraz Masaż Kobido (12.12.2022). Od 2024 r. prowadzi szkolenia z zakresu masażu. Od 04.2025 r. prowadzi Centrum Szkoleniowe CUERPO, w ramach którego realizuje kursy masażu. Osoba prowadząca usługę ma kwalifikacje / doświadczenie zgodne z tematyką usługi zdobyte w ostatnich 5 latach przed publikacją usługi.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dydaktyczne w formie skryptu papierowego.

### Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia szkolenia z VAT art. 113 pkt. 1

Organizator zapewnia modela/modelkę

# Adres

ul. Świętej Barbary 5a  
39-100 Ropczyce  
woj. podkarpackie

# Kontakt



**ALBERT LISOWSKI**

**E-mail** [albertlisowski87@gmail.com](mailto:albertlisowski87@gmail.com)

**Telefon** (+48) 889 375 598