



Szkolenie: Masaż Tkanek Głębokich

Numer usługi 2026/03/31/178006/3450445

2 600,00 PLN brutto

2 600,00 PLN netto

54,17 PLN brutto/h

54,17 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

CENTRUM
ZDROWIA GARBARY
64 SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIAŁ

★★★★★ 4,8 / 5

235 ocen

📍 Poznań

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 48:00 h

📅 23.10.2026 do 22.11.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest dla:

- fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy,
- studentów powyższych kierunków,
- uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego,
- Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia, lub zaświadczenia jeśli kursant jest w trakcie nauki.

Minimalna liczba uczestników

10

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

22-10-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

48

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 przygotowuje do nabycia przez uczestników umiejętności świadomej, celowej i nieschematycznej pracy z ciałem w oparciu o techniki masażu tkanek głębokich. Uczestnicy uczą się oceny postawy, planowania terapii oraz doboru technik eliminujących przyczyny dolegliwości bólowych. Szkolenie rozwija kompetencje w zakresie anatomii palpacyjnej i funkcjonalnej oraz umożliwia zdobycie praktycznych umiejętności potrzebnych do skutecznej pracy z pacjentami.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji	
WIEDZA Uczestnik charakteryzuje zasady MTG. Identyfikuje struktury anatomiczne. Analizuje zależności biomechaniczne.	Uczestnik omawia założenia MTG.	Test teoretyczny	
	Uczestnik lokalizuje struktury anatomiczne.	Test teoretyczny	
	Uczestnik wyjaśnia wpływ dysfunkcji na organizm.	Test teoretyczny	
	Uczestnik ocenia postawę i ruch pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych	
	UMIĘJĘTNOŚCI Uczestnik przeprowadza ocenę funkcjonalną. Wykonuje techniki MTG. Planuje terapię.	Uczestnik stosuje techniki zgodnie z zasadami MTG.	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Uczestnik opracowuje plan terapeutyczny.	Obserwacja w warunkach symulowanych
KOMPETENCJE SPOŁECZNE Uczestnik komunikuje się z pacjentem. Przestrzega zasad etyki. Współpracuje z innymi specjalistami.		Uczestnik wyjaśnia przebieg terapii.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik dba o bezpieczeństwo pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych	
	Uczestnik uwzględnia podejście interdyscyplinarne.	Obserwacja w warunkach symulowanych	

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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Program

Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Do dyspozycji prowadzącego będzie flipchart. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły.

Zajęcia praktyczne odbywają się głównie na stołach rehabilitacyjnych, na jeden stół przypadają 2 osoby. Jeśli będzie nieparzysta liczba osób to będzie jedna trójka przy stole. Kursanci wykonują techniki na sobie nawzajem. Każdy uczestnik ma możliwość przećwiczenia każdej z technik. Cały sprzęt wykorzystywany do realizacji szkolenia zapewniony jest przez instytucję. W trakcie trwania szkolenia jest ogólnodostępny dla kursantów.

Czas trwania: 48 godzin zegarowych (w zakres godzinowy kursu są wliczane przerwy)

Godziny kursu :

Moduł 1: termin 23-25 października 2026

- piątek - 10-18
- sobota - 10-18
- niedziela - 9-17

Moduł 2: termin 20 -22 listopada 2026

- piątek - 10-18
- sobota - 10-18
- niedziela - 9-17

Zakres tematyczny

Teoria + Praktyka - każde zagadnienie, każda praktyka jest poprzedzana krótką teorią

Teoria - 12 godzin

Praktyka - 36 godzin

Część teoretyczna kursu masaż tkanek głębokich:

- Definicja masażu tkanek głębokich i przedstawienie filozofii koncepcji.
- Zasady masażu tkanek głębokich.
- Rodzaj chwytów stosowanych w MTG i kierunek ruchów.
- Narzędzia pracy w MTG.
- Ergonomia pracy terapeuty.
- Sposób myślenia zgodnie z koncepcją MTG i strategię pracy w MTG.
- Czytanie ciała i zasady strukturalnej pracy z ciałem.
- Plan pracy w serii spotkań terapeutycznych (Plan dla serii 10 i 6 spotkań).

Część praktyczna kursu masaż tkanek głębokich:

- Ocena wizualna ciała (bodyreading)
- Badanie całego ciała (screening ciała)
- Stawianie diagnozy
- Diagnostyka naczyniowa, neurologiczna, diagnostyka różnicowa jamy brzusznej, testy kliniczne i ortopedyczne
- Relacja struktur w taśmach mięśniowo-powięziowych i transmisja napięć w ich obrębie
- Palpacja struktur poddawanych terapii
- Struktury mięśniowo-powięziowe oraz aspekty terapeutyczne i diagnostyczne podejmowane podczas kursu

1 MODUŁ KURSU

- Terapia w obrębie taśm: tylnej, przedniej powierzchownej i głębokiej, bocznej, skośne
- Testy funkcjonalne, naczyniowe i neurologiczne w obrębie odcinka szyjnego
- Praca na strukturach anatomicznych:
 - Prostownik grzbietu
 - Prostowniki głowy i szyi
 - Mięśnie podpotyliczne
 - Czepiec ścięgnisty
 - Mięsień czworoboczny grzbietu
 - Dźwigacz łopatk
 - Mostkowo-obojczykowo-sutkowym
 - Żwacz, skroniowy, czołowy
- Ocena wizualna i funkcjonalna klatki piersiowej
- Mobilizacja mostka
- Mobilizacje żeber
- Mięsień piersiowy większy i mniejszy
- mięśnie międzyżebrowe
- Podobojczykowy
- Badanie i diagnostyka różnicowa jamy brzusznej
- Praca na strukturach anatomicznych:
 - Mięsień prosty, skośne brzucha, mięsień piramidowy
 - Mięśnie pochyłe
 - Przepona oddechowej
 - Mięsień biodrowy i lędźwiowy
 - Czworoboczny lędźwi
 - Gruszkowaty
 - Pośladkowy wielki
- Tkanki w obszarze kości krzyżowej i ogonowej

2 MODUŁ KURSU

- Ocena wizualna ciała
- Praca w obrębie taśm: tylnej, przedniej, skośnej, bocznej, kończyn górnych
- Praca na strukturach anatomicznych:
 - Więzadło krzyżowo-guzowe
 - Mięśnie kulszowo-goleniowe
 - Trójgłowy łydki
 - Ścięgno Achillesa
 - Guz piętowy
 - Rozciągnio podeszwowe
 - Czworogłowy uda
 - Więzadło pachwinowe
 - Rzepka i system powięziowy kolana
 - Piszczelowy przedni i powięź grzbietowa stopy
 - Pasma biodrowo-piszczelowe i naprężacz powięzi szerokiej
 - Mobilizacja stawu biodrowego
 - Pośladkowy średni
 - Obszar okołokrętarzowy
 - Mięśnie strzałkowe
 - Mięśnie przywodziciele uda
 - Głębokie zginacze stawu skokowego
- Diagnostyka rejonu łopatk, ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna
- Praca na strukturach anatomicznych

- Mięsień równoległoboczny
- Najszerszy grzbietu
- Zębaty przedni
- Mięśnie obłe
- Mięsień nad- i podgrzebieniowy
- Naramienny
- Trójkłowy i dwugłowy ramienia
- Mięśnie zginacze i prostowniki stawu nadgarstkowego
- Mięśnie dłoni

WALIDACJA

Walidacja umiejętności prowadzona przez walidatora usługi. Walidator nie ingeruje w proces kształcenia.

Do przeprowadzenia walidacji wykorzystane zostaną metody: obserwacja w warunkach symulowanych (w trakcie trwania kursu) oraz "test teoretyczny" dla części teoretycznej przeprowadzony po zakończeniu części edukacyjnej kursu.

Wyniki walidacji podawane są po usłudze.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 40

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 40 Wprowadzenie do metody MTG, jej filozofii i zastosowania. Ocena wizualna oraz screeningowe badanie ciała pacjenta.	Rafał Uryzaj	23-10-2026	10:00	12:00	02:00
2 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	23-10-2026	12:00	12:15	00:15
3 z 40 Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu w pozycji leżącej.	Rafał Uryzaj	23-10-2026	12:15	14:00	01:45
4 z 40 Przerwa obiadowa	Rafał Uryzaj	23-10-2026	14:00	14:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 40 Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu z włączeniem funkcji zginania grzbietu, elongacji, skrętu tułowia i wyprostu	Rafał Uryzaj	23-10-2026	14:45	16:45	02:00
6 z 40 Omówienie oraz opracowanie mięśni podpotylicznych, czepca ścięgnistego i mięśnia czołowego.	Rafał Uryzaj	23-10-2026	16:45	18:00	01:15
7 z 40 Omówienie oraz opracowanie struktur głowy w tym mięśni żwacza, skroniowego badanie funkcjonalne odcinka szyjnego, terapia mięśnia mostkowo-obojędkowego	Rafał Uryzaj	24-10-2026	10:00	12:00	02:00
8 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	24-10-2026	12:00	12:15	00:15
9 z 40 Omówienie i wykonania badania jamy brzusznej, omówienie i opracowanie rejonu powłok brzusznych w tym mięśni prostego brzucha, skośnych zewnętrznych brzucha i mięśni piramidowych.	Rafał Uryzaj	24-10-2026	12:15	14:00	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	24-10-2026	14:00	14:45	00:45
11 z 40 Ocena wizualna klatki piersiowej, omówienie typów, opracowanie globalnej terapii klatki piersiowej, mięśni piersiowych większych, mniejszych, podobojczykowych.	Rafał Uryzaj	24-10-2026	14:45	16:45	02:00
12 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatki, prostowników głowy i szyi w pozycji siedzącej.	Rafał Uryzaj	24-10-2026	16:45	18:00	01:15
13 z 40 Opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatki, prostowników głowy i szyi w pozycji leżącej.	Rafał Uryzaj	25-10-2026	09:00	09:45	00:45
14 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni pochyłych przednich i przepony.	Rafał Uryzaj	25-10-2026	09:45	11:00	01:15
15 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	25-10-2026	11:00	11:15	00:15
16 z 40 Omówienie i opracowanie mięśnia lędźwiowego i biodrowego	Rafał Uryzaj	25-10-2026	11:15	13:00	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	25-10-2026	13:00	13:45	00:45
18 z 40 Omówienie i opracowanie mięśnia czworobocznego lędźwi w pozycji leżącej.	Rafał Uryzaj	25-10-2026	13:45	15:00	01:15
19 z 40 Omówienie i opracowanie mięśnia pośladkowego wielkiego i gruszkowatego	Rafał Uryzaj	25-10-2026	15:00	16:00	01:00
20 z 40 Omówienie i opracowanie tkanek w rejonie kości krzyżowej i ogonowej. ~podsumowanie i zakończenie 1 modułu.	Rafał Uryzaj	25-10-2026	16:00	17:00	01:00
21 z 40 Wprowadzenie do zagadnień związanych z kończyną dolną, ocena wizualna kończyny dolnej. Omówienie i opracowanie struktur mięśni kulszowo-goleniowych.	Rafał Uryzaj	20-11-2026	10:00	12:00	02:00
22 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	20-11-2026	12:00	12:15	00:15
23 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni trójgłowego łydki oraz rejonu rozciągniętego podszwowego i stopy.	Rafał Uryzaj	20-11-2026	12:15	14:00	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
24 z 40 Przerwa obiadowa	Rafał Uryzaj	20-11-2026	14:00	14:45	00:45
25 z 40 Opracowanie rejonu rozciągna podeszwowego i stopy.	Rafał Uryzaj	20-11-2026	14:45	16:45	02:00
26 z 40 Omówienie i opracowanie rejonu stawu kolanowego, rzepki, mięśnia czworogłowego uda	Rafał Uryzaj	20-11-2026	16:45	18:00	01:15
27 z 40 Omówienie i opracowanie rejonu pasma biodrowo-piszczelowego oraz naprężacza powięzi szerokiej i mięśnia pośladkowego średniego.	Rafał Uryzaj	21-11-2026	10:00	12:00	02:00
28 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	21-11-2026	12:00	12:15	00:15
29 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni strzałkowych, obszaru przedniej strony podudzia z mięśniami piszczelowym przednim i prostownikami stawu skokowego.	Rafał Uryzaj	21-11-2026	12:15	14:00	01:45
30 z 40 Przerwa obiadowa	Rafał Uryzaj	21-11-2026	14:00	14:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>31 z 40</p> <p>Omówienie i opracowanie mięśni przywodzicieli uda, ścięgien zginaczy uda, więzadła pachwinowego.</p>	Rafał Uryzaj	21-11-2026	14:45	16:00	01:15
<p>32 z 40</p> <p>Omówienie i opracowanie przyśrodkowej strony podudzia</p>	Rafał Uryzaj	21-11-2026	16:00	16:45	00:45
<p>33 z 40</p> <p>Ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna rejonu łopatki</p>	Rafał Uryzaj	21-11-2026	16:45	18:00	01:15
<p>34 z 40</p> <p>Omówienie i opracowanie mięśni równoległobocznych, najszerszego grzbietu, czworobocznego części wstępującej.</p>	Rafał Uryzaj	22-11-2026	09:00	11:00	02:00
<p>35 z 40</p> <p>Przerwa</p>	Rafał Uryzaj	22-11-2026	11:00	11:15	00:15
<p>36 z 40</p> <p>Omówienie i opracowanie mięśni rotatorów zewnętrznych i wewnętrznych stawu ramiennego, mięśnia zębatego przedniego, nadgrzebieniowego, naramiennego.</p>	Rafał Uryzaj	22-11-2026	11:15	13:00	01:45
<p>37 z 40</p> <p>Przerwa</p>	Rafał Uryzaj	22-11-2026	13:00	13:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<div style="background-color: #c00000; color: white; padding: 2px; display: inline-block; font-size: 0.8em;">38 z 40</div> Omówienie i opracowanie mięśni trójgłowego ramienia, dwugłowego ramienia i zginaczy stawu łokciowego	Rafał Uryzaj	22-11-2026	13:45	15:30	01:45
<div style="background-color: #c00000; color: white; padding: 2px; display: inline-block; font-size: 0.8em;">39 z 40</div> Omówienie i opracowanie mięśni zginaczy dłoniowych i grzbietowych nadgarstka oraz mięśni dłoni. Podsumowanie i zakończenie kursu. Wręczenie dyplomów.	Rafał Uryzaj	22-11-2026	15:30	16:40	01:10
<div style="background-color: #c00000; color: white; padding: 2px; display: inline-block; font-size: 0.8em;">40 z 40</div> Walidacja	-	22-11-2026	16:40	17:00	00:20

Cennik

Cennik

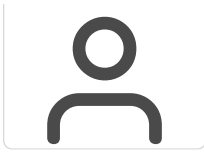
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 600,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	54,17 PLN
Koszt osobogodziny netto	54,17 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1



Rafał Uryzaj

Fizjoterapeuta i dyplomowany osteopata z ponad 15-letnim doświadczeniem. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu na kierunku fizjoterapia. Założyciel i dyrektor Centrum Szkoleniowego Rafała Uryzaja oraz Roczego Studium Terapii Tkanek Miękkich. Autor badań naukowych, publikacji oraz bestsellerowej książki „Anatomia Masażu Tkanek Głębokich”. Członek Krajowej Izby Fizjoterapii (KIF) i Klubu „Ludzie Masażu”. Wydawca i autor książki Anatomia Masażu Tkanek Głębokich. Jego głównym nurtem zainteresowań jest osteopatia, praca strukturalna i integracja ciała w celu jego balansowania i harmonizacji. Doświadczenie zdobyte nie wcześniej niż 5 lat wstecz.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje:

- prezent: książkę Anatomia Masażu Tkanek Głębokich autorstwa Rafała Uryzaja,
- obszerny skrypt szkoleniowy,
- materiały video -wszystkie filmy zostaną przesłane na Twojego pedriva w trakcie trwania szkolenia, żebyś mógł je sobie przypominać kiedy tylko chcesz! (udostępniane są po ówczesnym podpisaniu umowy o ich nierozpowszechnianiu)
- opiekę po szkoleniu (zamknięte forum dyskusyjne dla absolwentów naszego kursu gdzie dzielimy się wiedzą, doświadczeniami, zadajemy pytania i dyskutujemy w tematach praktyki gabinetowej).
- darmowe powtórki kursu MTG,
- dołączasz do Absolwentów najczęściej wybieranego kursu masażu tkanek głębokich w Polsce.

Warunki uczestnictwa

Szkolenie skierowane jest dla:

- fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy,
- studentów powyższych kierunków,
- uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego,
- Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia, lub zaświadczenia jeśli kursant jest w trakcie nauki.

Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest w języku polskim.
- Przed zapisaniem się prosimy o wcześniejszy kontakt mailowy: szkolenia@szkoleniauryzaj.pl.
- Minimum 80% obecności aby ukończyć szkolenie.
- Weryfikacja obecności - papierowa lista obecności - podpis uczestnika.
- W cenę nie jest wliczony dojazd i wyżywienie.
- Zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a ustawy o VAT, kurs jest zwolniony z tego podatku.

Adres

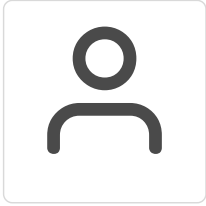
ul. Garbary 64
61-758 Poznań
woj. wielkopolskie

Centrum Osteopatii i Ruchu, ul. Garbary 64 Poznań

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



MARTA MICHALAK

E-mail szkolenia@szkoleniauryzaj.pl

Telefon (+48) 663 041 233