



Szkolenie- Autorski kurs masażu klasycznego – intensywny program modułowy. Szkolenie z egzaminem kwalifikacyjnym.

Numer usługi 2026/04/09/145810/3475263

5 000,00 PLN brutto
 5 000,00 PLN netto
 263,16 PLN brutto/h
 263,16 PLN netto/h
 583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Martess MARLENA
 GRZYMKIEWICZ

★★★★★ 5,0 / 5

661 ocen

📍 Bytom

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 19:00 h

📅 21.05.2026 do 23.05.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób, które pragną nabyć nowe kompetencje zawodowe lub podnieść obecne kwalifikacje w obszarze odnowy biologicznej, w tym:

- **Początkujący masażyści** i osoby planujące rozpoczęcie pracy w zawodzie.
- **Fizjoterapeuci, kosmetolodzy i technicy masażu**, którzy chcą poznać autorski system pracy Krzysztofa Nawrockiego.
- **Pracownicy gabinetów SPA i salonów masażu**, chcący poszerzyć ofertę swoich placówek o techniki masażu klasycznego całego ciała.
- **Osoby prowadzące działalność gospodarczą** w branży „beauty & wellness”, stawiające na rozwój manualny.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

20-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

19

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

Szkolenie przygotowuje uczestnika do nabycia kwalifikacji z zakresu masażu oraz do samodzielnego wykonywania autorskich technik masażu klasycznego. Uczestnik nabyte umiejętności i wiedzę teoretyczną z zakresu autorskich technik masażu klasycznego, obejmujących całe ciało, ze szczególnym uwzględnieniem ergonomii pracy masażysty.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje anatomiczne punkty orientacyjne na ciele klienta niezbędne do bezpiecznej pracy manualnej.	Uczestnik wymienia i wskazuje na modelu przebieg min. 8 kluczowych mięśni grzbietu i kończyn.	Test teoretyczny
Rozróżnia wskazania oraz bezwzględne i względne przeciwwskazania do wykonania masażu klasycznego.	Poprawnie zaklasyfikuje 10 podanych jednostek chorobowych jako wskazanie lub przeciwwskazanie.	Test teoretyczny
Opisuje zasady fizjologicznego oddziaływania poszczególnych chwytów masażu na układ krwionośny i limfatyczny.	Wyjaśni różnicę w działaniu między głaskaniem a rozcieraniem głębokim.	Test teoretyczny
Przygotowuje stanowisko pracy zgodnie z wymogami sanitarno-higienicznymi (BHP).	Dezynfekuje stół, przygotuje jednorazowe podkłady i środki poślizgowe przed zabiegiem.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Charakteryzuje techniki masażu pleców i karku w autorskiej sekwencji Krzysztofa Nawrockiego.	Wykonuje płynny masaż grzbietu trwający min. 20 minut, zachowując właściwy kierunek ruchów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Charakteryzuje techniki masażu kończyn dolnych i górnych z uwzględnieniem technik drenażowych.	Poprawnie wykonuje techniki wyciskania i rozcierania na kończynach w kierunku dosercowym.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje techniki masażu powłok brzusznych i klatki piersiowej z zachowaniem szczególnych zasad bezpieczeństwa.	Wykonuje masaż brzucha zgodnie z kierunkiem pasażu jelitowego, kontrolując siłę nacisku.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Ergonomicznie wykorzystuje ciężar własnego ciała podczas pracy przy stole do masażu.	Utrzymuje prosty kręgosłup i wykorzystuje pracę nóg (pozycje wykroczone) podczas wykonywania chwytów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Buduje profesjonalną relację z klientem, zapewniając mu poczucie bezpieczeństwa i intymności (ręcznikowanie).	Sprawnie operuje ręcznikiem podczas odkrywania partii ciała, nie dopuszczając do nadmiernej ekspozycji ciała modela.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Samodzielnie ocenia reakcję tkanki na dotyk i modyfikuje siłę nacisku w zależności od informacji zwrotnej.	Dostosowuje intensywność masażu po palpacyjnym stwierdzeniu bolesności lub nadmiernego napięcia mięśniowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

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

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/> , <https://my-ps.eu/dzialalnosc-miedzynarodowa/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu/> , <https://my-ps.eu/dzialalnosc-miedzynarodowa/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	FUNDACJA MY PERSONALITY SKILLS
Nazwa Podmiotu certyfikującego	FUNDACJA MY PERSONALITY SKILLS

Program

Aby główny cel szkolenia został zrealizowany, należy spełnić następujące warunki:

- **Predyspozycje fizyczne:** Zalecane jest posiadanie sprawności manualnej oraz kondycji fizycznej umożliwiającej wielogodzinną pracę w pozycji stojącej przy stole do masażu.
- **Wymagania higieniczne:** Uczestnicy są zobowiązani do posiadania krótkich, opilowanych paznokci oraz zmiany obuwia na sportowe/medyczne, co jest niezbędne do zapewnienia bezpieczeństwa i komfortu modela.
- **Przygotowanie merytoryczne:** Wskazana jest podstawowa wiedza z zakresu anatomii człowieka (układ kostny i mięśniowy), co ułatwi przyswajanie autorskich technik palpacyjnych.
- **Zaplecze techniczne wykonawcy:** Firma szkoleniowa zapewnia w pełni wyposażone stanowisko pracy dla każdego uczestnika, w tym: profesjonalny stół do masażu, wałki, podkłady oraz środki poślizgowe (olejki, woski).
- **Materiały szkoleniowe:** Uczestnik otrzyma komplet materiałów dydaktycznych w formie skryptu z opisem procedur i technik, co pozwoli na skuteczne utrwalenie wiedzy poza godzinami kursu.
- **Zaangażowanie praktyczne:** Uczestnicy powinni być gotowi na czynny udział w sesjach warsztatowych, zarówno w roli wykonawcy masażu, jak i modela (zamiana ról), co jest kluczowe dla zrozumienia siły nacisku i odczuć klienta.
- **Gotowość do samokształcenia:** Zalecane jest poświęcenie czasu na samodzielną praktykę poznanych chwytów między modułami lub po zakończeniu szkolenia, aby wypracować płynność ruchów.
- **Komunikacja:** Znajomość terminologii medycznej na poziomie podstawowym może być przydatna, ale nie jest wymagana – wszystkie kluczowe pojęcia zostaną omówione w trakcie szkolenia.

Szkolenie realizowane jest w terminie od 21.05.2026 r oraz 23.05.2026 r po jego zakończeniu uczestnicy przystępują do egzaminu certyfikującego organizowanego i ocenianego przez podmiot zewnętrzny. Ze względu na sposób przeprowadzenia walidacji wynik otrzymywany jest natychmiastowo po przeprowadzeniu walidacji. Osoba przeprowadzająca walidację zobowiązana jest do wystawienia wyników egzaminu w dniu zakończenia szkolenia.

PROGRAM SZKOLENIA:

Usługa wynosi 19 godzin zegarowych - realizowana jest w godzinach zegarowych. Przerwy, walidacja i egzamin wliczone są w czas trwania usługi.

Zajęcia teoretyczne wynoszą godziny 5,5 h

Zajęcia praktyczne wynoszą godzin 11,5 h

Pozostały czas usługi wynoszą przerwy - 1h

Walidacja - 1 h

DZIEŃ 1: Fundamenty i Górne Partie Ciała

- **Moduł I: Obsługa klienta branży beauty**
 - specyfika klienta usług kosmetycznych
 - rola pierwszego kontaktu (telefon, social media, recepcja)
 - standardy obsługi klienta w usługach estetycznych
- **Moduł II: Teoretyczne wprowadzenie do autorskiego masażu**
 - Historia i filozofia autorskiego podejścia do masażu klasycznego.
 - Omówienie wskazań i bezwzględnych przeciwwskazań (bezpieczeństwo klienta).
 - Standardy higieniczne i przygotowanie gabinetu zgodnie z wymogami Sanepidu.
- **Moduł III: Ergonomia pracy masażysty i przygotowanie**
 - Prawidłowa postawa ciała przy stole (ochrona własnego kręgosłupa).
 - Techniki "ręcznikowania" – profesjonalne odkrywanie i zakrywanie partii ciała (zapewnienie intymności i komfortu termicznego).
 - Dobór środków poślizgowych (oleje, woski) w zależności od potrzeb skóry.
- **Moduł IV: Warsztat praktyczny – Grzbiet i obręcz barkowa**
 - Palpacyjne rozpoznawanie napięć mięśniowych.
 - Sekwencja ruchów: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, oklepywanie i wibracja w ujęciu autorskim.
 - Głębokie opracowanie mięśnia prostownika grzbietu i czworobocznego.
- **Moduł V: Warsztat praktyczny – Kończyny górne i kark**
 - Drenażowe techniki masażu rąk.
 - Uwalnianie napięć z okolicy międzyłopatkowej i szyi.
 - Autorski masaż czepca ścięgniętego (głowy) jako element relaksacji końcowej.

DZIEŃ 2: Dolne Partie Ciała i Integracja Technik

- **Moduł VI: Powtórzenie i korekta techniki**
 - Sesja pytań i odpowiedzi z dnia pierwszego.
 - Superwizja pracy kursanta – korekta chwytów na plecach i barkach.
- **Moduł VII: Warsztat praktyczny – Kończyny dolne**
 - Masaż tyłu nóg: opracowanie grupy kulszowo-goleniowej i łydek (techniki niwelujące obrzęki).
 - Masaż przodu nóg: praca na mięśniach czworogłowym i stopach.
 - Techniki mobilizacji stawów w masażu klasycznym.
- **Moduł VIII: Warsztat praktyczny – Brzuch i klatka piersiowa**
 - Specyfika masażu powłok brzusznych (zgodnie z ruchem wskazówek zegara, wpływ na metabolizm).
 - Masaż klatki piersiowej (techniki oddechowe i rozluźniające mięśnie piersiowe).
 - Zasady etyki i profesjonalizmu przy pracy na wrażliwych partiach ciała.
- **Moduł IX: Integracja całości**
 - Wykonanie pełnego, 60-minutowego masażu całego ciała pod okiem trenera.
 - Omówienie błędów i wskazówki do dalszego samodzielnego rozwoju.
 - Egzamin praktyczny i podsumowanie szkolenia.
- **Walidacja (1h)**

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 15 Moduł I	Karolina Myszka	21-05-2026	08:00	10:45	02:45
2 z 15 Przerwa	Karolina Myszka	21-05-2026	10:45	11:00	00:15
3 z 15 Moduł II: Teoretyczne wprowadzenie do autorskiego masażu	Krzysztof Nawrocki	21-05-2026	11:00	12:00	01:00
4 z 15 Moduł III: Ergonomia pracy masażyisty i przygotowanie	Krzysztof Nawrocki	21-05-2026	12:00	13:30	01:30
5 z 15 Przerwa	Krzysztof Nawrocki	21-05-2026	13:30	13:45	00:15
6 z 15 Moduł IV: Warsztat praktyczny – Grzbiet i obręcz barkowa	Krzysztof Nawrocki	21-05-2026	13:45	15:15	01:30
7 z 15 Przerwa	Krzysztof Nawrocki	21-05-2026	15:15	15:30	00:15
8 z 15 Moduł V: Warsztat praktyczny – Kończyny górne i kark	Krzysztof Nawrocki	21-05-2026	15:30	18:00	02:30
9 z 15 Moduł V: Powtórzenie i korekta techniki	Krzysztof Nawrocki	23-05-2026	08:30	09:30	01:00
10 z 15 Moduł VI: Warsztat praktyczny – Kończyny dolne	Krzysztof Nawrocki	23-05-2026	09:30	12:30	03:00
11 z 15 Przerwa	Krzysztof Nawrocki	23-05-2026	12:30	12:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 15 Moduł VII: Warsztat praktyczny – Brzuch i klatka piersiowa	Krzysztof Nawrocki	23-05-2026	12:45	15:15	02:30
13 z 15 Moduł VIII: Integracja całości	Krzysztof Nawrocki	23-05-2026	15:15	16:15	01:00
14 z 15 Przerwa	Krzysztof Nawrocki	23-05-2026	16:15	16:30	00:15
15 z 15 Walidacja	-	23-05-2026	16:30	17:30	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	263,16 PLN
Koszt osobogodziny netto	263,16 PLN
W tym koszt walidacji brutto	300,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	300,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	400,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	400,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Krzysztof Nawrocki

Ekspert z ponad 20-letnim doświadczeniem w branży wellness, masażu i holistycznej pracy z ciałem. Certyfikowany terapeuta, którego ścieżka zawodowa obejmuje tysiące godzin przepracowanych z pacjentami oraz setki przeprowadzonych szkoleń dla profesjonalistów. Swoje doświadczenie zdobywał w prestiżowych ośrodkach, m.in. jako Manager i Główny Terapeuta w luksusowych strefach Wellness & SPA (m.in. w Hotelu Blow Up Hall 5050 czy City Park Poznań). Specjalizuje się w autorskich technikach masażu klasycznego, tkanek głębokich oraz masażach orientalnych i ajurwedyjskich. Jego podejście cechuje się wysoką ergonomią pracy oraz dbałością o relację terapeuta-klient. Od lat z sukcesami prowadzi autorskie kursy i warsztaty, przygotowując przyszłych masażyстів do pracy w zawodzie. Posiada unikalną zdolność przekazywania wiedzy praktycznej w sposób zrozumiały, kładąc nacisk na detale techniczne i czucie tkanki. Nieustannie podnosi swoje kwalifikacje, uczestnicząc w międzynarodowych szkoleniach i seminariach, co pozwala mu na łączenie tradycyjnych metod masażu z nowoczesnym podejściem do terapii ciała. Doświadczenie zdobyte nie wcześniej niż 5 lat. Jego autorskie podejście do masażu klasycznego gwarantuje kursantom zdobycie umiejętności, które są realnie poszukiwane na rynku usług premium. Szkolenie pod jego okiem to gwarancja najwyższych standardów etyki zawodowej i perfekcji technicznej.



2 z 2

Karolina Myszka

Pani Karolina Myszka jest praktykiem posiadającym doświadczenie w obszarze obsługi klienta, organizacji procesów usługowych oraz zarządzania relacją z klientem w branży beauty.

Jej kwalifikacje i doświadczenie są bezpośrednio związane z celami szkolenia. W okresie ostatnich 5 lat odpowiadała za bezpośrednią obsługę klienta, prowadzenie komunikacji przed, w trakcie i po wykonaniu usługi, a także budowanie relacji i lojalności klientów. Posiada praktyczne doświadczenie w prowadzeniu wywiadu z klientem, rozpoznawaniu jego potrzeb oraz dostosowywaniu oferty usługowej.

Zarządzała procesem obsługi klienta, w tym umawianiem wizyt, prowadzeniem dokumentacji klienta oraz koordynacją pracy w ramach usług. Wykorzystywała narzędzia cyfrowe wspierające obsługę klienta, w tym systemy do rezerwacji i komunikacji.

Posiada udokumentowane kompetencje w zakresie technik sprzedaży oraz psychologii obsługi klienta, co umożliwia jej skuteczne prowadzenie rozmowy z klientem, reagowanie na obiekcje oraz budowanie pozytywnego doświadczenia klienta.

W okresie ostatnich 5 lat uczestniczyła w organizacji i realizacji szkoleń w branży beauty, co pozwala jej na przekazywanie wiedzy w sposób praktyczny, dostosowany do realiów pracy w usługach.

Posiada wiedzę z zakresu ochrony danych osobowych (RODO), co wykorzystuje w pracy z dokumentacją klienta oraz w budowaniu profesjonalnych standardów obsługi.

Posiadane doświadczenie zostało zdobyte w okresie ostatnich 5 lat.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik szkolenia otrzymuje:

- Kompleksowe materiały edukacyjne, które obejmują zarówno wiedzę teoretyczną, jak i praktyczną. Skrypty zawierają kluczowe informacje dotyczące tematyki szkolenia.
- Zestaw notatników i długopisów do bieżącego notowania podczas zajęć teoretycznych i praktycznych, umożliwiający uporządkowanie informacji oraz zapisywanie indywidualnych uwag.

- Wszystkie niezbędne produkty i narzędzia do realizacji szkolenia w tym wysokiej jakości materiały dostosowane do precyzyjnej pracy. Materiały te są przygotowane z myślą o efektywności i bezpieczeństwie, przy zachowaniu zasad zrównoważonego rozwoju.
- Dostęp do prezentacji multimedialnych oraz cyfrowych zasobów edukacyjnych, które wspierają proces uczenia się i umożliwiają wielokrotne powracanie do omawianych tematów. Materiały te umożliwiają również analizę zagadnień po zakończeniu szkolenia

Warunki organizacyjne

Szkolenie odbywa się w dwóch przestrzeniach:

1. **Sala wykładowa** – przeznaczona do części teoretycznej, obejmującej prezentacje, omówienie technik i analizę przypadków.
2. **Sala ćwiczeniowa** – wyposażona w **5 stanowisk zabiegowych (łóżek kosmetycznych)**, które zapewniają uczestnikom komfortowe warunki do ćwiczeń praktycznych.

Informacje dodatkowe

Usługa realizowana w formie usługi stacjonarnej, zostanie w całości zrealizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

Przewidziane są przerwy, które wliczone są w czas trwania usługi.

Podstawy prawne zwolnienia z vat : 1. Rozporządzenie Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. paragraf 3 ust 1 pkt.14. Zwalnia się od podatku usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego , finansowane w co najmniej 70 % ze środków publicznych oraz świadczenie usług i dostawę towarów ściśle z tymi usługami związane.

Adres

ul. Wojciecha Korfantego 21

41-902 Bytom

woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

Kontakt



Karolina Myszk

E-mail myszkakarolinaa@gmail.com

Telefon (+48) 798 645 481