



Masaż tkanek głębokich - kurs

Numer usługi 2026/04/13/20897/3483315

2 600,00 PLN brutto

2 600,00 PLN netto

130,00 PLN brutto/h

130,00 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Medical Sport
Bartłomiej Flis

★★★★★ 4,6 / 5

50 ocen

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 20:00 h

📅 19.12.2026 do 20.12.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do **fizjoterapeutów, techników fizjoterapii, terapeutów manualnych oraz osteopatów**, którzy chcą rozwinąć praktyczne umiejętności w zakresie **pracy z układem mięśniowo-powięziowym, rozpoznawania napięć i ograniczeń tkankowych oraz stosowania technik masażu tkanek głębokich** w pracy z pacjentem.

Minimalna liczba uczestników

10

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

11-12-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

20

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

Celem usługi jest przygotowanie uczestnika do wykonywania w warunkach symulowanych technik masażu tkanek głębokich z uwzględnieniem budowy i funkcji powięzi, zasad ergonomii pracy, wskazań i przeciwwskazań, palpacyjnej

oceny tkanek oraz doboru technik do problemu pacjenta i celu terapii.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik charakteryzuje budowę, rodzaje i funkcje powięzi oraz wyjaśnia znaczenie układu mięśniowo-powięziowego w pracy terapeutycznej.</p>	<p>omawia pojęcie powięzi; rozróżnia rodzaje powięzi; wskazuje funkcje powięzi oraz znaczenie jej zaburzeń dla ruchu i dolegliwości bólowych</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do stosowania masażu tkanek głębokich.</p>	<p>wymienia wskazania do terapii; rozpoznaje przeciwwskazania; wskazuje obszary wymagające szczególnej ostrożności podczas pracy</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik charakteryzuje założenia, zasady oraz efekty masażu tkanek głębokich.</p>	<p>omawia cele terapii; wyjaśnia różnice między masażem tkanek głębokich a innymi formami pracy manualnej; opisuje odczuwalne efekty terapii</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik organizuje stanowisko pracy oraz stosuje zasady ergonomii podczas wykonywania technik masażu tkanek głębokich.</p>	<p>przygotowuje stanowisko pracy; przyjmuje prawidłową pozycję podczas terapii; wykonuje techniki bez przeciążania dłoni i nadmiernego użycia siły</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Uczestnik wykonuje palpacyjną ocenę tkanek oraz rozpoznaje napięcia i ograniczenia w obrębie układu mięśniowo-powięziowego.</p>	<p>lokalizuje napięcia tkankowe; ocenia jakość i ruchomość tkanek; rozpoznaje ograniczenia ślizgu i obszary wymagające opracowania</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Uczestnik wykonuje techniki masażu tkanek głębokich w sposób powolny, precyzyjny i świadomy.</p>	<p>dobiera odpowiednie tempo, kierunek i siłę pracy; stosuje techniki zgodnie z zasadami masażu tkanek głębokich; zachowuje płynność i precyzję ruchu</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Uczestnik stosuje techniki masażu tkanek głębokich w pracy z wybranymi obszarami ciała.</p>	<p>wykonuje techniki w obrębie m.in. kręgosłupa, szyi, barku, kończyny górnej, pośladków, biodra, uda, łydki, stopy, jamy brzusznej, klatki piersiowej i twarzy</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Uczestnik dobiera techniki terapii do problemu pacjenta oraz celu pracy z tkankami.</p>	<p>analizuje problem funkcjonalny; dobiera obszar i sposób opracowania tkanek; uzasadnia wybór techniki w odniesieniu do napięcia, bólu i ograniczeń ruchomości</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Uczestnik ocenia przebieg terapii oraz reakcję tkanek na zastosowane techniki.</p>	<p>obserwuje reakcję tkanek podczas pracy; ocenia skuteczność zastosowanej techniki; formułuje wnioski do dalszej pracy terapeutycznej</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

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

Usługa realizowana jest w formie **stacjonarnej** i obejmuje **20 godzin dydaktycznych**, w tym **4 godziny dydaktyczne zajęć teoretycznych**, **15 godzin 30 minut zajęć praktycznych oraz 30 minut walidacji**. Szkolenie prowadzone jest w **godzinach dydaktycznych**. **Przerwy nie są wliczone w czas usługi**.

Zajęcia mają charakter **teoretyczno-praktyczny**. Ćwiczenia praktyczne realizowane są w formie **symulacji i ćwiczeń wzajemnych między uczestnikami**. Nie wykonuje się zabiegów komercyjnych na osobach trzecich.

Zakres tematyczny usługi obejmuje:

- budowę, rodzaje i funkcje powięzi,
- zaburzenia powięzi,
- rodzaje pracy z powięzią,
- założenia masażu tkanek głębokich,
- wskazania i przeciwwskazania,
- odczuwalne efekty terapii,
- zasady BHP i zasady wykonywania masażu,
- miejsca wymagające szczególnej ostrożności,
- palpację i anatomię w pracy manualnej,
- techniki pracy z obszarem kręgosłupa, odcinkiem szyjnym, piersiowym i lędźwiowym,
- techniki pracy z mięśniem najszerszym grzbietu, mięśniami pośladkowymi, biodrem, naprężaczem powięzi szerokiej i pasmem biodrowo-piszczelowym,
- techniki pracy z mięśniami szyi, barku i kończyny górnej,
- techniki pracy z kończyną dolną, stopą, jamą brzuszną, klatką piersiową, obojczykami i twarzą.
- **Warunki organizacyjne:** zajęcia odbywają się w grupie szkoleniowej, a część praktyczna realizowana jest w parach. Każdy uczestnik bierze aktywny udział w ćwiczeniach praktycznych.
- **Sposób organizacji walidacji:** walidacja przeprowadzana jest na zakończenie usługi i obejmuje weryfikację efektów uczenia się w odniesieniu do zakresu szkolenia.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 9

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>1 z 9 Czym jest powięź? Rodzaje powięzi Funkcje powięzi Zaburzenia powięzi Ryzyko i środki ostrożności,</p>	Klaudia Dołęga	19-12-2026	09:00	11:15	02:15
<p>2 z 9 Rodzaje pracy z powięzią Czym jest masaż tkanek głębokich? Wskazania i przeciwwskazania Odczuwalne efekty terapii BHP Zasady masażu Miejsca, na które szczególnie trzeba uważać</p>	Klaudia Dołęga	19-12-2026	11:30	13:30	02:00
<p>3 z 9 PRAKTYKA cd. (Różnorodność technik ,Palpacja i anatomia, Obszar kręgosłupa (obszar lędźwiowy i przejście piersiowo-lędźwiowe, prostowniki grzbietu), Mięsień najszerszy grzbietu, Odcinek szyjny,</p>	Klaudia Dołęga	19-12-2026	14:30	16:00	01:30
<p>4 z 9 PRAKTYKA cd. (Odcinek piersiowy, Odcinek lędźwiowy, Mięśnie pośladkowe i biodra, Naprężacz powięzi szerokiej, Pasma biodrowo-piszczelowe)</p>	Klaudia Dołęga	19-12-2026	16:00	18:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 9 Powtórzenie	Klaudia Dołęga	20-12-2026	09:00	11:15	02:15
6 z 9 PRAKTYKA cd. Mięsień płatowaty głowy, m. mostkowo-obojczykowo-sutkowaty oraz pozostałych grup mięśniowych szyi, Mięsień czworoboczny, Mięsień naramienny,	Klaudia Dołęga	20-12-2026	11:30	12:30	01:00
7 z 9 Mięsień dwugłowy ramienia, trójgłowy ramienia, obły większy i mniejszy, Achilles, brzuchaty i płaszczkowaty łydki, dwugłowy uda, prosty i obszerny przyśrodkowy uda	Klaudia Dołęga	20-12-2026	12:30	13:00	00:30
8 z 9 Praktyka CD. - Stopy, Jama brzuszna, Klatka piersiowa, Obojczyki, Twarz	Klaudia Dołęga	20-12-2026	14:30	17:30	03:00
9 z 9 Walidacja	-	20-12-2026	17:30	18:00	00:30

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	130,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	130,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Klaudia Dołęga

chiropraktyk, technik masażysta oraz akupunkturzystka, posiadająca doświadczenie kliniczne i praktyczne w pracy z pacjentem. Prowadzi gabinet w Warszawie, gdzie wykorzystuje terapię manualną, masaż oraz techniki wspierające funkcjonowanie układu nerwowego. Doświadczenie zawodowe zdobywała w placówkach publicznych i prywatnych oraz w pracy ze sportowcami, m.in. jako terapeutka Reprezentacji Polski w tenisie stołowym i łyżwiarstwie szybkim. Jest członkinią Stowarzyszenia Chiropraktycy Polscy oraz absolwentką Chiropractic School of Poland. W ostatnich latach stale rozwija kwalifikacje zawodowe, uczestnicząc w licznych kursach z zakresu chiropraktyki, terapii manualnej, masażu, suchego igłowania, anatomii palpacyjnej oraz diagnostyki obrazowej kręgosłupa. Ukończyła również szkolenia z masażu tkanek głębokich, masażu transbukalnego, terapii stawów skroniowo-żuchwowych, pracy z kręgosłupem, kończynami oraz stabilizacji posturalnej. W pracy szkoleniowej koncentruje się na praktycznym przekazywaniu wiedzy, bezpieczeństwie pracy, precyzji technik oraz rozwijaniu świadomości pracy z ciałem.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje **skrypt szkoleniowy** obejmujący treści zgodne z zakresem usługi, w szczególności zagadnienia dotyczące **budowy i funkcji powięzi, zasad masażu tkanek głębokich, wskazań i przeciwwskazań, ergonomii pracy, palpacji oraz technik pracy z wybranymi obszarami ciała**. Materiały wspierają realizację części teoretycznej i praktycznej szkolenia oraz służą utrwaleniu omawianych treści. Uczestnik otrzymuje również **zaświadczenie ukończenia kursu z opisem programu, liczbą godzin i efektami uczenia się** oraz **certyfikat w języku polskim**.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem udziału w usłudze jest **wykonywanie zawodu lub kształcenie w obszarze fizjoterapii, terapii manualnej, osteopatii albo pokrewnym**, zgodnie z grupą docelową usługi. Od uczestnika wymagana jest gotowość do udziału w zajęciach praktycznych realizowanych w parach. Uczestnik powinien posiadać **strój sportowy, obuwie zmienne oraz materiały do notowania**.

Informacje dodatkowe

Dla osób korzystających z dofinansowania wymagana jest minimalna frekwencja na poziomie 80% zajęć, potwierdzona listą obecności.

Cena kursu nie zawiera kosztów wyżywienia, zakwaterowania i podróży.

Szkolenie jest zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 26 podpunkt a ustawa o VAT lub w przypadku kursów dofinansowanych ze środków publicznych w min. 70% zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 29 c.

Adres

al. Aleja Krakowska 235

Warszawa

woj. mazowieckie

Hotel Golden Tulip

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



DOMINIKA KOPEĆ

E-mail akademia@medicalsport.pl

Telefon (+48) 504 550 107