



Holistic Beauty  
Katarzyna Tłałka-  
Sochal

★★★★★ 5,0 / 5

29 ocen

## Masaż Mioplastyczny Twarzy / Myofascial Facelift

Numer usługi 2026/04/14/157489/3486322

📍 Zawada

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 21:00 h

📅 11.08.2026 do 12.08.2026

2 200,00 PLN brutto

2 200,00 PLN netto

104,76 PLN brutto/h

104,76 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

**Masażyści i fizjoterapeuci:** Profesjonaliści, którzy chcą rozszerzyć swoje umiejętności o zaawansowane techniki masażu mioplastycznego.

**Kosmetolodzy i estetycy:** Specjaliści z branży beauty, którzy chcą wzbogacić swoją ofertę o innowacyjne zabiegi pielęgnacyjne twarzy.

**Właściciele salonów spa i gabinetów kosmetycznych:** Przedsiębiorcy, którzy chcą wprowadzić nowe usługi do swojej oferty i podnieść kwalifikacje swojego personelu.

**Pracownicy sektora wellness i zdrowia:** Specjaliści z branży wellness i zdrowotnej, którzy chcą wzbogacić swoją ofertę o terapie relaksacyjne i pielęgnacyjne.

**Osoby szukające nowej ścieżki kariery:** Indywidualiści, które rozważają zmianę zawodu lub poszukują inspiracji do rozpoczęcia pracy w branży wellness i urody.

**Studenci i absolwenci szkół kosmetycznych i fizjoterapii:** Osoby, które chcą poszerzyć swoją wiedzę i umiejętności, aby zwiększyć swoje szanse na rynku pracy.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

05-08-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

21

# Cel

## Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje uczestnika do samodzielnego wykonywania zabiegów Masażu Mioplastycznego. Szkolenie kończy się egzaminem, który potwierdza przygotowanie do samodzielnego wykonywania Masażu Mioplastycznego.

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

| Efekty uczenia się  | Kryteria weryfikacji   | Metoda walidacji                     |
|---|--|--------------------------------------|
| 1. Uczestnik rozpoznaje budowę anatomiczną twarzy, przebieg mięśni i ich funkcję.<br>2. Potrafi przeprowadzić pełną sesję mioplastyki twarzy.<br>3. Dobiera techniki manualne do typu napięcia lub deformacji twarzy.<br>4. Potrafi odróżnić efekty liftingujące od drenujących i modelujących.<br>5. Zna przeciwwskazania i zasady bezpieczeństwa pracy. | 1. Uczestnik potrafi wskazać główne grupy mięśniowe twarzy i ich funkcje;<br><br>2. Poprawne wykonanie technik masażu mioplastycznego:<br><br>3. Masaż jest przeprowadzany w logicznej kolejności (sekwencje zgodne z założeniem zabiegu).<br><br>4. Umiejętność doboru intensywności masażu do indywidualnych potrzeb klienta:<br><br>5. Potrafi ocenić przeciwwskazania i wykluczenia do zabiegu;<br><br>6. Zastosowanie technik liftingujących, modelujących i rozluźniających:<br><br>7. Ocena efektów zabiegu i dokumentacja pracy<br><br>8. Zachowanie standardów higieny i bezpieczeństwa | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |

## 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

1. Anatomiczne i funkcjonalne układy twarzy
2. Koncepcja SMAS (ang. superficial musculoaponeurotic system, deep musculoaponeurotic system),  
(powierzchnowy układ mięśniowo-naczyniowy)
3. Struktury mięśniowo – powięziowe twarzy
4. Więzadła twarzy i ich funkcja w kontekście procesu starzenia
5. Zmiany związane w tkankach miękkich twarzy
6. Przeciwwskazania i wskazania do masażu
7. Przygotowanie do masażu mioplastycznego
8. Zasady i metodyka masażu mioplastycznego
9. Praktyczny trening masażu mioplastycznego

### Szkolenie skierowane jest do:

**Masażyści i fizjoterapeuci:** profesjonaliści, którzy chcą rozszerzyć swoje umiejętności o zaawansowane techniki masażu mioplastycznego.

**Kosmetolodzy i estetycy:** specjaliści z branży beauty, którzy chcą wzbogacić swoją ofertę o innowacyjne zabiegi pielęgnacyjne twarzy.

**Właściciele salonów spa i gabinetów kosmetycznych:** przedsiębiorcy, którzy chcą wprowadzić nowe usługi do swojej oferty i podnieść kwalifikacje swojego personelu.

**Pracownicy sektora wellness i zdrowia:** specjaliści z branży wellness i zdrowotnej, którzy chcą wzbogacić swoją ofertę o terapie relaksacyjne i pielęgnacyjne.

**Osoby szukające nowej ścieżki kariery:** indywidualiści, które rozważają zmianę zawodu lub poszukują inspiracji do rozpoczęcia pracy w branży wellness i urody.

**Studenci i absolwenci szkół kosmetycznych i fizjoterapii:** osoby, które chcą poszerzyć swoją wiedzę i umiejętności, aby zwiększyć swoje szanse na rynku pracy.

Szkolenie realizowane jest w grupach maksymalnie 4-osobowych, co zapewnia indywidualne podejście i bezpieczne doskonalenie technik manualnych.

Każdy uczestnik pracuje na osobnym stanowisku terapeutycznym, wyposażonym w:

łóżko do masażu, dostęp do środków higienicznych (rękawiczki, płyn do dezynfekcji, jednorazowe serwety), olejki, kremy do masażu

Na każdą grupę przypada minimum 2 modelki, aby zapewnić rotację i możliwość pracy na różnych typach twarzy lub uczestnicy pracują również w parach na sobie pod nadzorem prowadzącego – modelki nie są jedynym źródłem praktyki.

Szkolenie prowadzone jest w trybie godzin lekcyjnych (45 minut).

Łączna liczba godzin przypadających na szkolenie z Masażu Mioplastycznego to 23h lekcyjne (rozłożone na dwa dni szkoleniowe; po 11,5h każdego dnia), dodatkowo przewidziano 2h na przerwy - 1h dziennie (kawowe i obiadowa) oraz 1h lekcyjna na walidację drugiego dnia.

Ze względu na brak możliwości wpisania w Harmonogram godzin lekcyjnych - w Harmonogramie podane są godziny zegarowe - 17h zegarowych + 2h zegarowe przerwy, które nie wliczają się w usługę daje to łącznie 23 godziny lekcyjne usługi.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 7

| Przedmiot / temat         | Prowadzący              | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 1 z 7 Masaż Mioplastyczny | KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL | 11-08-2026            | 09:00               | 13:30               | 04:30         |
| 2 z 7 Przerwa obiadowa    | KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL | 11-08-2026            | 13:30               | 14:30               | 01:00         |
| 3 z 7 Masaż Mioplastyczny | KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL | 11-08-2026            | 14:30               | 18:00               | 03:30         |
| 4 z 7 Masaż Mioplastyczny | KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL | 12-08-2026            | 09:00               | 13:30               | 04:30         |
| 5 z 7 Przerwa obiadowa    | KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL | 12-08-2026            | 13:30               | 14:30               | 01:00         |
| 6 z 7 Masaż Mioplastyczny | KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL | 12-08-2026            | 14:30               | 17:00               | 02:30         |
| 7 z 7 Walidacja           | -                       | 12-08-2026            | 17:00               | 18:00               | 01:00         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny  | Cena         |
|--|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto  | 2 200,00 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 2 200,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto 104,76 PLN

Koszt osobogodziny netto 104,76 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### KATARZYNA TLAŁKA-SOCHAL

Właścicielka Gabinetu Holistic Beauty i Recovery Box

- Dyplomowana kosmetyczka, Terapeutka twarzy
- Absolwentka Wyższej Szkoły Zawodowej w Przemysłu; kierunek- Kosmetologia Lecznicza
- Certyfikowany trener VCC - Standard Training Sesiions In Beautician
- Certyfikowana Terapeutka Sculptural Face Lifting Method by Yakov Gershkovich
- Trener liftingującego masażu twarzy KOBIDO (Kobido Japan dr Shogo Mochizuki), Masażu Transbukalnego oraz Rozluźniania Mięśniowo-Powięziowego MyoFacial – Masaż Mioplastyczny
- Fascynuje mnie praca na kościach, którą z powodzeniem wykorzystuję podczas masażu Korugi i Kogao. Moje podejście pogłębiłam dzięki szkoleniu u Sharon Wheeler – uczennicy dr Idy Rolf, uznawanej za Matkę Powięzi. To doświadczenie otworzyło przede mną zupełnie nową perspektywę pracy z tkankami głębokimi, strukturą twarzy i czaszki oraz z pracą z kośćmi
- Trener i specjalistka w zakresie pracy z Nerwem Błędnym w Masażu Poliwagalnym
- Trener technologii TECAR
- Zwolenniczka naturalnych metod odmładzania, swoją pracę opiera na terapiach skojarzonych – łączeniu technik manualnych z innowacyjnymi technologiami, np. TECAR
- Zwolenniczka nauki poprzez praktykę zgodnie z filozofią Davida Kolba mówiącą o tym, że „Człowiek uczy się głównie przez doświadczenie”
- Pasjonatka holistycznego podejścia do dbania o twarz i ciało
- Interesuje się rozwojem osobistym, medytacją, uwielbia kontakt z ludźmi, podróże i aktywny wypoczynek

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uzyskasz dostęp do materiałów edukacyjnych, w tym filmów instruktażowych i skryptów, które umożliwią Ci dalszą naukę i doskonalenie nabytych umiejętności w dogodnym dla Ciebie czasie. Po zakończeniu kursu zapewniamy także ciągłe wsparcie ze strony naszych trenerów.

### Informacje dodatkowe

Zapewniamy kawę, herbatę, napoje, przekąski, obiad jednodaniowy.

# Adres

ul. Jesionowa 59  
46-022 Zawada  
woj. opolskie

Lokal znajduje się na parterze.

Dogodny dojazd: Lokal jest łatwo dostępny zarówno komunikacją miejską, jak i samochodem, z możliwością parkowania. W pobliżu znajduje się duży bezpłatny parking, baza noclegowa.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

# Kontakt



**Katarzyna Tłałka Sochal**

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

**Telefon** (+48) 886 269 681