



Kurs dzienny współczesnego masażu klasycznego

Numer usługi 2026/04/20/136570/3500878

2 400,00 PLN brutto
2 400,00 PLN netto
60,00 PLN brutto/h
60,00 PLN netto/h
183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

AKADEMIA
MASAŻU
MANUALNI SPÓŁKA
Z OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

📍 Wrocław
🏠 Usługa szkoleniowa
📄 stacjonarna

★★★★★ 4,9 / 5

🕒 40:00 h

30 ocen

📅 10.08.2026 do 14.08.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

Grupa docelowa usługi

Szkolenie jest skierowane do dorosłych osób planujących wykonywanie masażu w pracy

zawodowej lub rozszerzenie zakresu świadczonych usług, w szczególności do:

- masażystów,
- fizjoterapeutów,
- terapeutów manualnych,
- kosmetyczek,
- kosmetologów,
- pracowników spa i branży wellness oraz
- przedsiębiorców prowadzących działalność usługową w obszarze beauty,

Uczestnik powinien posiadać podstawową wiedzę z zakresu anatomii człowieka i zasad higieny pracy. Szkolenie jest odpowiednie zarówno dla osób bez doświadczenia, jak i praktyków chcących uporządkować i rozwinąć kompetencje w zakresie masażu .

Minimalna liczba uczestników

4

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

09-08-2026

Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	40
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego i bezpiecznego wykonywania masażu klasycznego zgodnie z zasadami anatomii i fizjologii człowieka poprzez planowanie zabiegu, kwalifikowanie klienta oraz dobieranie technik, tempa i siły masażu do jego potrzeb i stanu, a także realizację zabiegu z wykorzystaniem podstawowych technik masażu klasycznego oraz elementów tkanek głębokich i punktów spustowych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje podstawy anatomii i fizjologii człowieka w kontekście wykonywania masażu klasycznego	Rozróżnia główne grupy mięśniowe ciała człowieka oraz określa ich funkcje,	Test teoretyczny
	Charakteryzuje wpływ masażu na układ mięśniowy, krążeniowy oraz nerwowy.	Test teoretyczny
	Rozróżnia podstawową budowę skóry i tkanek miękkich poddawanych masażowi,	Test teoretyczny
Charakteryzuje cele i reguły masażu klasycznego	Wymienia chwyt, wskazuje wskazania i przeciwwskazania	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Rozróżnia ich zastosowanie oraz wpływ na tkanki,	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta do wykonania masażu zgodnie z zasadami BHP, higieny i ergonomii.	Organizuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami higieny i ergonomii,	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Przygotowuje klienta do zabiegu oraz przeprowadza podstawowy wywiad przed masażem.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje masaż całego ciała zgodnie z metodyką oraz zasadami prawidłowej sekwencji technik.	Dobiera i stosuje techniki masażu odpowiednie do obszaru ciała i celu zabiegu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje masaż z zachowaniem prawidłowej kolejności technik i kierunków pracy.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Wykonuje masaż grzbietu oraz obręczy barkowej lub kończyny górnej lub dolnej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Stosuje zasady etyki zawodowej oraz buduje profesjonalną relację z klientem.	Stosuje zasady komunikacji interpersonalnej podczas konsultacji i wykonywania zabiegu, - zachowuje dyskrecję oraz respektuje granice klienta w trakcie pracy, - ocenia jakość własnej pracy oraz formułuje wnioski do dalszego doskonalenia usług.	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

Program

Dla osiągnięcia celu edukacyjnego zakres tematyczny obejmuje:

Dzień I

- zapoznanie się grupy, omówienie celu szkolenia oraz zasad organizacyjnych,
- teoria masażu klasycznego,
- bezpieczeństwo i higiena pracy masażysty,
- ergonomia pracy przy stole do masażu,
- nauka wykorzystywania ciężaru własnego ciała podczas pracy manualnej,
- przygotowanie stanowiska pracy oraz zasady komunikacji z klientem,
- palpacja głównych mięśni grzbietu: mięsień najszerzy grzbietu, dźwigacz łopatki, mięśnie międzyżebrowe, prostownik grzbietu, stożek rotatorów,
- techniki masażu klasycznego na obszarze grzbietu,
- zastosowanie różnych technik w masażu pleców: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, wibracje, oklepywanie,
- ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach,
- bieżąca korekta techniczna pracy uczestników.

Dzień II

- przygotowanie ciała masażysty do pracy manualnej,
- doskonalenie ergonomii oraz pracy z wykorzystaniem ciężaru własnego ciała,
- masaż mięśni przykręgosłupowych,
- palpacja najważniejszych mięśni powierzchownych oraz struktur kostnych w obszarze kręgosłupa,
- zastosowanie różnych technik w masażu mięśni przykręgosłupowych: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, wibracje, oklepywanie,
- palpacja głównych mięśni obręczy barkowej: mięsień równoległoboczny większy i mniejszy, mięsień czworoboczny,
- ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach,
- masaż brzucha,
- test sprawdzający napięcie powłok brzusznych,
- masaż powłok brzusznych,
- ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach,
- omówienie wskazań i przeciwwskazań do pracy w obszarze brzucha.

Dzień III

- utrwalenie technik masażu klasycznego grzbietu, mięśni przykręgosłupowych, obręczy barkowej i brzucha,
- elementy masażu tkanek głębokich na grzbiecie,
- technika „zahacz–rozciągnij”,
- technika kompresyjna na punktach spustowych,
- techniki mięśniowo-powięziowe,
- wykorzystanie punktów spustowych w masażu na wybranych partiach mięśniowych,
- wykorzystanie bańki chińskiej w masażu,
- masaż klatki piersiowej,
- palpacja głównych mięśni klatki piersiowej: mięsień piersiowy większy i mniejszy,
- palpacja struktur kostnych: mostek i obojczyk,
- ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach,
- korekta technik oraz omówienie najczęstszych błędów w pracy manualnej.

Dzień IV

- masaż szyi,
- palpacja głównych mięśni szyi: mięsień szeroki szyi, mięśnie pochyle, mięsień mostkowo-obojczykowo-sutkowy,
- ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach,
- masaż twarzy,
- palpacja głównych mięśni twarzy: mięsień żwacz, brzusiec czołowy, mięsień okrężny ust, marszczyciel brwi,
- masaż głowy,
- masaż i mobilizacja czepca ścięgnistego,
- rozluźnianie karku w pozycji siedzącej,
- wykorzystanie punktów spustowych w masażu na wybranych partiach mięśniowych,
- masaż kończyny górnej,
- palpacja głównych mięśni kończyny górnej: zginacze i prostowniki palców oraz nadgarstka, mięsień trójgłowy ramienia, mięsień dwugłowy ramienia,
- ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach,

- tworzenie płynnych sekwencji masażu.

Dzień V

- masaż kończyny dolnej,
- palpacja głównych mięśni kończyny dolnej: mięsień czworogłowy uda, mięsień dwugłowy uda, mięsień pośladkowy, mięsień brzuchaty łydki, mięsień gruszkowaty, rozciągnio podeszwowe,
- elementy masażu tkanek głębokich na kończynach dolnych,
- technika „zahacz–rozciągnij”,
- technika kompresyjna na punktach spustowych,
- techniki mięśniowo-powięziowe,
- integracja technik masażu klasycznego na obszarze nóg,
- wykorzystanie sekwencji masażu do zapewnienia kompleksowego doświadczenia klientowi,
- łączenie poznanych technik w pełną sesję masażu klasycznego,
- praktyka pełnej sesji masażu,
- podsumowanie szkolenia i omówienie dalszych kierunków rozwoju umiejętności,
- walidacja.

Forma i czas trwania

Łączna liczba godzin: **40 godzin dydaktycznych**.

Podział na teorię i praktykę:

- teoria: **2 godziny dydaktyczne**,
- praktyka: **38 godzin dydaktycznych**.

Warunki organizacyjne

Szkolenie grupowe realizowane w formie stacjonarnej.

Szkolenie realizowane w formie grupowej.

Każdy uczestnik pracuje na samodzielnym stanowisku wyposażonym w łóżko do masażu, krzesło, środki dezynfekcyjne, ręczniki oraz produkty do masażu.

Uczestnicy wykonują ćwiczenia praktyczne w parach lub na modelkach.

Usługa jest realizowana w godzinach dydaktycznych. Przerwy są wliczone w czas trwania szkolenia.

Metody walidacji efektów uczenia się: **test teoretyczny oraz obserwacja w warunkach rzeczywistych**.

Walidacja odbywa się w ostatnim dniu szkolenia.

Sposób organizacji walidacji i nadzór nad procesem walidacji

Weryfikacja efektów uczenia się odbywa się poprzez test teoretyczny oraz obserwację w warunkach rzeczywistych. Test teoretyczny prowadzony jest pod nadzorem osoby odpowiedzialnej za organizację walidacji i służy ocenie wiedzy uczestnika w zakresie masażu klasycznego, bezpieczeństwa i higieny pracy, ergonomii pracy masażysty, wskazań i przeciwwskazań do masażu.

Obserwacja w warunkach rzeczywistych realizowana jest podczas wykonywania przez uczestnika pełnej sesji masażu klasycznego, co pozwala ocenić poprawność technik, płynność wykonywanych sekwencji, ergonomię pracy, organizację stanowiska oraz sposób komunikacji z klientem.

Weryfikacja postępów w trakcie usługi

W trakcie szkolenia prowadzący dokonuje bieżącej oceny postępów uczestników poprzez obserwację wykonywanych technik masażu klasycznego, ergonomii pracy, sposobu palpacji struktur anatomicznych oraz umiejętności łączenia poszczególnych technik w płynne sekwencje masażu.

Po zakończeniu ćwiczeń uczestnicy otrzymują informację zwrotną dotyczącą poprawności wykonywanych technik, jakości kontaktu z ciałem, organizacji pracy oraz obszarów wymagających dalszego doskonalenia. Prowadzący udziela także rekomendacji wspierających dalszy rozwój umiejętności praktycznych i przygotowanie do samodzielnej pracy z klientem.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 26

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 26 Zapoznanie grupy, teoria masażu klasycznego, BHP, ergonomia i ciężar własnego ciała	MACIEJ FIEDOR	10-08-2026	09:00	10:15	01:15
2 z 26 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	10-08-2026	10:15	10:30	00:15
3 z 26 Palpacja mięśni grzbietu i techniki masażu klasycznego na obszarze pleców	MACIEJ FIEDOR	10-08-2026	10:30	12:30	02:00
4 z 26 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	10-08-2026	12:30	13:15	00:45
5 z 26 Techniki pleców: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, wibracje, oklepywanie; praktyka w parach	MACIEJ FIEDOR	10-08-2026	13:15	15:00	01:45
6 z 26 Masaż mięśni przykręgosłupowych, palpacja struktur kostnych i mięśni powierzchniowych	MACIEJ FIEDOR	11-08-2026	09:00	10:15	01:15
7 z 26 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	11-08-2026	10:15	10:30	00:15
8 z 26 Techniki mięśni przykręgosłupowych: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, wibracje, oklepywanie	MACIEJ FIEDOR	11-08-2026	10:30	12:30	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 26 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	11-08-2026	12:30	13:15	00:45
10 z 26 Palpacja obręczy barkowej, masaż brzucha, test napięcia powłok brzusznych i praktyka w parach	MACIEJ FIEDOR	11-08-2026	13:15	15:00	01:45
11 z 26 Powtórka technik grzbietu, mięśni przykręgosłupowych, obręczy barkowej i brzucha	MACIEJ FIEDOR	12-08-2026	09:00	10:15	01:15
12 z 26 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	12-08-2026	10:15	10:30	00:15
13 z 26 Elementy masażu tkanek głębokich: zahacz-rozciągnij, kompresja punktów spustowych, techniki powięziowe	MACIEJ FIEDOR	12-08-2026	10:30	12:30	02:00
14 z 26 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	12-08-2026	12:30	13:15	00:45
15 z 26 Bańka chińska, masaż klatki piersiowej, palpacja mięśni piersiowych, mostka i obojczyka	MACIEJ FIEDOR	12-08-2026	13:15	15:00	01:45
16 z 26 Masaż szyi, palpacja mięśnia szerokiego szyi, mięśni pochyłych i MOS; praktyka w parach	MACIEJ FIEDOR	13-08-2026	09:00	10:15	01:15
17 z 26 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	13-08-2026	10:15	10:30	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 26 Masaż twarzy i głowy, palpacja mięśni twarzy, mobilizacja czepca i rozluźnianie karku	MACIEJ FIEDOR	13-08-2026	10:30	12:30	02:00
19 z 26 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	13-08-2026	12:30	13:15	00:45
20 z 26 Masaż kończyny górnej, palpacja zginaczy, prostowników, tricepsa i bicepsa; tworzenie sekwencji	MACIEJ FIEDOR	13-08-2026	13:15	15:00	01:45
21 z 26 Masaż kończyny dolnej, palpacja mięśni uda, pośladka, łydki, gruszkowatego i rozciągnięcia podszwowego	MACIEJ FIEDOR	14-08-2026	09:00	10:15	01:15
22 z 26 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	14-08-2026	10:15	10:30	00:15
23 z 26 Elementy masażu tkanek głębokich na kończynach dolnych i integracja technik masażu nóg	MACIEJ FIEDOR	14-08-2026	10:30	12:30	02:00
24 z 26 Przerwa	MACIEJ FIEDOR	14-08-2026	12:30	13:15	00:45
25 z 26 Pełna sesja masażu klasycznego, podsumowanie szkolenia i omówienie rozwoju umiejętności	MACIEJ FIEDOR	14-08-2026	13:15	14:45	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
26 z 26 Walidacja test teoretyczny oraz obserwacja w warunkach rzeczywistych	-	14-08-2026	14:45	15:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 400,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	60,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	60,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

MACIEJ FIEDOR

2021-teraz Instruktor Akademii Masażu Manualni

Moje wykształcenie:

17.03-10.04.2025 Kurs anatomii palpacyjnej w ujęciu klinicznym Marcin Fluder

17-21.12.2025 Kurs zintegrowana terapia manualna

11-13.12.2025 Kurs "Suche igłowanie – medyczna akupunktura

24-26.10.2025 Kurs Kompleksowa terapia powięzi

Moja aktywność zawodowa:

instruktor, koordynator w Szkołach Masażu

instruktor centrum szkoleniowe Oshin

terapeuta SPA Limone Piemonte, Włochy

terapeuta klinika masażu Oslo, Norwegia

3 miejsce w Mistrzostwach Norwegii w masażu

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Po szkoleniu z masażu otrzymasz od nas materiały, które wesprze Cię na początku pracy z masażem i pomoże Ci się rozwijać.

Twój bezpłatny pakiet zawiera:

- dostęp do materiałów wideo
- skrypt z technikami i podstawową wiedzą

Uczestnik zobowiązany jest do udziału w co najmniej 80% zajęć przewidzianych w ramach usługi. Frekwencja będzie potwierdzana na podstawie podpisów składanych na liście obecności.

Informacje dodatkowe

- W przypadku osób, których dofinansowanie będzie poniżej 70% o ceny usługi należy doliczyć podatek VAT 23%
- Uczestnik zobowiązany jest do udziału w co najmniej 80% zajęć przewidzianych w ramach usługi. Frekwencja będzie potwierdzana na podstawie podpisów składanych na liście obecności.
- Usługa realizowana jest z wykorzystaniem metod interaktywnych i aktywizujących, takich jak ćwiczenia praktyczne wykonywane na modelach, demonstracja technik masażu przez prowadzącego, praca warsztatowa w parach oraz bieżącą korektę techniki przez instruktora.

Adres

ul. św. Mikołaja 67

50-127 Wrocław

woj. dolnośląskie

Hotel Wyndham

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Barbara Wizner

E-mail biuro@manualni.com

Telefon (+48) 737 538 507