



## Kurs dzienny współczesnego masażu klasycznego

Numer usługi 2026/04/20/136570/3500890

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

📍 Kraków  
🏠 Usługa szkoleniowa  
📄 stacjonarna

★★★★★ 4,9 / 5

🕒 40:00 h

30 ocen

📅 03.08.2026 do 07.08.2026

## 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:

- masażyстів,
- fizjoterapeutów,
- terapeutów manualnych,
- kosmetyczek,
- kosmologów,
- 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**

02-08-2026

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.

## 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 z wynikiem generowanym automatycznie
	Charakteryzuje wpływ masażu na układ mięśniowy, krążeniowy oraz nerwowy.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Rozróżnia podstawową budowę skóry i tkanek miękkich poddawanych masażowi,	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Charakteryzuje cele i reguły masażu klasycznego	Wymienia chwyt, wskazuje wskazania i przeciwwskazania	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Rozróżnia ich zastosowanie oraz wpływ na tkanki,	Obserwacja w warunkach symulowanych
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 symulowanych
	Przygotowuje klienta do zabiegu oraz przeprowadza podstawowy wywiad przed masażem.	Obserwacja w warunkach symulowanych

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 symulowanych
	Wykonuje masaż grzbietu oraz obręczy barkowej lub kończyny górnej lub dolnej	Obserwacja w warunkach symulowanych
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 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 rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

Warunki osiągnięcia celu edukacyjnego:

Dla osiągnięcia celu edukacyjnego szkolenia jest skierowane do dorosłych osób planujących wykonywanie masażu w pracy zawodowej lub rozszerzenie zakresu świadczonych usług, w szczególności do:

- masażyстів,
- fizjoterapeutów,
- terapeutów manualnych,
- kosmetyczek,
- kosmetologów,
- pracowników spa i branży wellness
- 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.

### **Program:**

1. Zapoznanie się grupy, teoria masażu, bezpieczeństwo i higiena pracy oraz ergonomia.
2. Nauka wykorzystywania ciężaru własnego ciała.
3. Zajęcia praktyczne: palpacja głównych mięśni grzbietu: najszerszy grzbietu, dźwigacz łopatki, mięśnie międzyżebrowe, prostownik grzbietu, stożek rotatorów
4. Techniki masażu klasycznego na obszarze grzbietu
5. Zastosowanie różnych technik w masażu pleców: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, wibracje, oklepywanie
6. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach
7. Masaż mięśni przykręgosłupowych: palpacja najważniejszych mięśni powierzchownych oraz struktur kostnych
8. Zastosowanie różnych technik w masażu mięśni przykręgosłupowych: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, wibracje, oklepywanie
9. Palpacja głównych mięśni obręczy barkowej: mięsień równoległoboczny większy i mniejszy, mięsień czworoboczny
10. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach
11. Masaż brzucha
12. Test sprawdzający napięcie powłok brzusznych
13. Masaż powłok brzusznych
14. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach
15. Elementy masażu tkanek głębokich na grzbiecie: technika zachacz-rozciągnij, technika kompresyjna na punktach spustowych, techniki mięśniowo powięziowe
16. Wykorzystanie punktów spustowych w masażu na wybranych partiach mięśniowych
17. Wykorzystanie bańki chińskiej w masażu
18. Klatka piersiowa: Palpacja głównych mięśni klatki piersiowej: piersiowy większy i mniejszy, struktur kostnych: mostek i obojczyk
19. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach
20. Szyja: palpacja głównych mięśni szyi: szeroki szyi, pochyłe, MOS
21. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach
22. Twarz: palpacja głównych mięśni twarzy: mięsień żwacz, brzusiec czołowy, okrężny ust, marszczyciel brwi
23. Głowa: masaż i mobilizacja czepca ścięgniętego, rozluźnianie karku w pozycji siedzącej
24. Wykorzystanie punktów spustowych w masażu na wybranych partiach mięśniowych
25. Masaż kończyny górnej: palpacja głównych mięśni kończyny górnej: zginacze, prostowniki palców, nadgarstka, triceps, biceps
26. Elementy masażu tkanek głębokich na kończynach dolnych: technika zachacz-rozciągnij, technika kompresyjna na punktach spustowych, techniki mięśniowo powięziowe
27. Integracja technik masażu klasycznego na obszarze nóg
28. Wykorzystanie sekwencji masażu do zapewnienia kompleksowego doświadczenia klientowi
29. Masaż kończyny dolnej: palpacja głównych mięśni kończyny dolnej: czworogłowy uda, dwugłowy uda, pośladkowy, brzuchaty łydki, gruszkowaty, rozciągnio podeszwowe
30. Walidacja: Test teoretyczny, obserwacja w warunkach symulowanych

### **Forma i czas trwania**

Łączna liczba godzin: 40 h dydaktyczne (45min)

Podział na teorię i praktykę:

teoria: 2 h / praktyka 38 h

### **Warunki organizacyjne**

- Szkolenie grupowe realizowane w formie stacjonarnej.
- 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 symulowanych
- Walidacja realizowana zdalnie, jest w ostatnim dniu szkolenia i jest wliczona w czas trwania usługi. Czas trwania szkolenia obejmuje czas oczekiwania na wynik walidacji.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 0

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	2 400,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	2 400,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	60,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	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  
Prowadzący posiada kwalifikacje oraz doświadczenie zdobyte w ciągu ostatnich pięciu lat, co jest w pełni zgodne z zakresem tematycznym realizowanej usługi rozwojowej.

## 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 z każdej części masażu
- skrypt z technikami i podstawową wiedzą
- możliwość konsultacji 1:1

### 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. Balicka 75/3  
30-149 Kraków  
woj. małopolskie

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Barbara Wizner**

**E-mail** [biuro@manualni.com](mailto:biuro@manualni.com)

**Telefon** (+48) 737 538 507