



Kurs dzienny współczesnego masażu klasycznego

Numer usługi 2026/04/20/136570/3500918

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

ODPOWIEDZIALNOŚĆ

CIĄ

★★★★★ 4,8 / 5

43 oceny

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 40:00 h

📅 19.10.2026 do 23.10.2026

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,
- 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

18-10-2026

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

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: najszerzy 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, pochyły, 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
 26. Palpacja głównych mięśni kończyny górnej: zginacze, prostowniki palców, nadgarstka, triceps, biceps
 27. Elementy masażu tkanek głębokich na kończynach dolnych:
 - technika zachacz-rozciągnij
 - technika kompresyjna na punktach spustowych
 - techniki mięśniowo powięziowe
 28. Integracja technik masażu klasycznego na obszarze nóg
 29. Wykorzystanie sekwencji masażu do zapewnienia kompleksowego doświadczenia klientowi

Masaż kończyny dolnej:

- Palpacja głównych mięśni kończyny dolnej:
 - czworogłowy uda,
 - dwugłowy uda,
 - pośladkowy ,
 - brzuchaty łydki,
 - gruszkowaty,
 - rozciągnio podeszwowe

Forma i czas trwania

- Łączna liczba godzin: 40 h dydaktyczne
- 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.

Walidacja

- Metody walidacji efektów uczenia się: wywiad swobodny 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.					

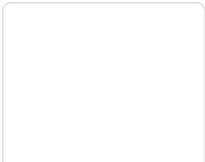
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
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 z każdej części masażu
- skrypt z technikami i podstawową wiedzą

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

Telefon (+48) 737 538 507