



## Kurs masażu Kobido.

Numer usługi 2026/04/22/186860/3505050

1 900,00 PLN brutto

1 900,00 PLN netto

79,17 PLN brutto/h

79,17 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

LESZEK  
WIŚNIEWSKI SOMA  
GROUP

★★★★★ 4,8 / 5

46 ocen

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

🕒 24:00 h

📅 21.07.2026 do 23.07.2026

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

**Grupa docelowa usługi**

Osoby wykonujące zawody medyczne, masażyści, terapeuci SPA, pasjonaci masażu, fizjoterapeuci, studenci fizjoterapii, naturoterapeuci, osoby chcące rozpocząć naukę masażu.

"Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski pociąg do Kariery – sezon 1 i/lub dla Uczestników Projektu Nowy Start w Małopolsce z EURESem"

**Minimalna liczba uczestników**

1

**Maksymalna liczba uczestników**

8

**Data zakończenia rekrutacji**

20-07-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

24

**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

Usługa Kurs masażu Kobido przygotowuje do samodzielnego wykonywania masażu Kobido. Posiadana wiedza pozwoli na bezpieczne wykonanie masażu w celach estetycznych, kosmetycznych i zdrowotnych.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje filozofię i pochodzenie masażu Kobido.	Omawia filozofię i pochodzenie masażu Kobido.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Rozróżnia warstwy anatomiczne i rejony ciała objęte masażem.	Omawia strukturę skóry, powięzi, mięśni i układu limfatycznego.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Stosuje techniki masażu Kobido na, szyi i twarzy.	Wykonuje masaż zgodnie z kolejnością opracowania tkanek.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Stosuje techniki drenujące i modelujące.	Wykonuje specjalistyczne techniki manualne drenażowe i modelujące.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Komunikuje się z klientem w profesjonalny sposób, doskonalą samokształcenie i rozwój osobisty.	Przeprowadza rozmowę z klientem w sposób dla niego zrozumiały. Dbą o własny rozwój.	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

Na kursie uczestnicy będą się uczyli wykonania masażu Kobido. Zapoznają się z jego filozofią, wskazaniami i przeciwwskazaniami oraz z metodyką wykonania masażu. Zostaną omówione struktury anatomiczne objęte masażem. Omówiony zostanie wpływ masażu Kobido na powięź, mięśnie i układ limfatyczny. Nauczane będą techniki drenujące, modelujące i liftingujące. Uczestnicy usługi będą pracować w

parach przy jednym stole do masażu każda para. Czas trwania usługi to 24 godziny dydaktyczne (45 minutowych) to jest 18 godzin zegarowych. W czasie trwania kursu nie ma wliczonej przerwy. Część teoretyczna obejmuje 3 godziny dydaktyczne a część praktyczna 22 godzin dydaktycznych.

1. Historia, filozofia, charakterystyka masażu Kobido.
2. Układ mięśniowy w obrębie twarzy, szyi, dekoltu i głowy.
3. Emocje i mimika twarzy.
4. Fizjologia starzenia się skóry.
5. Rodzaje zmarszczek i przyczyny powstawania.
6. Łączenie masażu z zabiegami kosmetycznymi i medycyny estetycznej.
7. Wizualne i zdrowotne efekty masażu Kobido.
8. Postawa ciała i napięcia mięśniowe, a starzenie się twarzy.
9. Wskazania i przeciwwskazania do masażu
10. Przygotowanie stanowiska pracy i klienta do masażu
11. Etapy masażu: rozluźnianie mięśniowo-powięziowe, relaks, drenaż, lifting i akupresura.
12. Wykonanie krok po kroku masażu twarzy, szyi, dekoltu oraz głowy
13. Wykonanie pełnej sesji masażu
14. Walidacja

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 14

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 14</b> Historia, filozofia, charakterystyka masażu Kobido.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	21-07-2026	09:00	09:15	00:15
<b>2 z 14</b> Układ mięśniowy w obrębie twarzy, szyi, dekoltu i głowy.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	21-07-2026	09:15	09:45	00:30
<b>3 z 14</b> Emocje i mimika twarzy.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	21-07-2026	09:45	10:00	00:15
<b>4 z 14</b> Fizjologia starzenia się skóry.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	21-07-2026	10:00	10:15	00:15
<b>5 z 14</b> Rodzaje zmarszczek i przyczyny powstawania.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	21-07-2026	10:15	10:30	00:15
<b>6 z 14</b> Łączenie masażu z zabiegami kosmetycznymi i medycyny estetycznej.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	21-07-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>7 z 14</b> Wizualne i zdrowotne efekty masażu Kobido.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	21-07-2026	10:45	11:00	00:15
<b>8 z 14</b> Postawa ciała i napięcia mięśniowe a starzenie się skóry.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	21-07-2026	11:00	11:15	00:15
<b>9 z 14</b> Wskazania i przeciwwskazania do masażu.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	21-07-2026	11:15	11:30	00:15
<b>10 z 14</b> Przygotowanie stanowiska pracy i klienta do masażu.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	21-07-2026	11:30	12:00	00:30
<b>11 z 14</b> Etapy masażu: rozluźnianie mięśniowo-powięziowe, relaks, drenaż, lifting i akupresura.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	21-07-2026	12:00	15:00	03:00
<b>12 z 14</b> Wykonanie krok po kroku masażu twarzy, szyi, dekoltu oraz głowy.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	22-07-2026	09:00	15:00	06:00
<b>13 z 14</b> Wykonanie pełnej sesji masażu.	Renata Prejsnar-Wiśniewska	23-07-2026	09:00	14:45	05:45
<b>14 z 14</b> Walidacja.	-	23-07-2026	14:45	15:00	00:15

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 900,00 PLN

<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	1 900,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	79,17 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	79,17 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Renata Prejsnar-Wiśniewska

Magister kosmolog, technik masażysta. Nauczyciel przedmiotów zawodowych na kierunku kosmologia i technik masażysta. Instruktor masażu relaksacyjnych i leczniczych.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Cena kursu zawiera materiały szkoleniowe w postaci skryptu.

Liczba godzin usługi podana jest w godzinach dydaktycznych, 1 godzina dydaktyczna to 45 minut co daje 18 godzin zegarowych.

Przerwy nie są wliczone w czas trwania kursu.

“Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski pociąg do Kariery – sezon 1 i/lub dla Uczestników Projektu Nowy Start w Małopolsce z EURESem”

### Warunki uczestnictwa

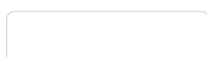
Warunkiem uczestnictwa w kursie jest pełnoletność oraz stan zdrowia umożliwiający uczestnictwo w szkoleniu.

## Adres

ul. Wielopole 18a/5  
31-072 Kraków  
woj. małopolskie

Sala szkoleniowa znajduje się na pierwszym piętrze.

## Kontakt



Renata Prejsnar-Wiśniewska



**E-mail** [biuro@somagroup.pl](mailto:biuro@somagroup.pl)

**Telefon** (+48) 506 430 668