



MAW Aneta Splett

★★★★★ 5,0 / 5

8 ocen

**Kompleksowy kurs masażu ciała i twarzy:  
Balijski • Lomi Lomi • Korugi • Kobido**

Numer usługi 2026/04/22/203681/3505936

📍 Pabianice

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 68:00 h

📅 04.07.2026 do 26.07.2026

**6 800,00 PLN** brutto

6 800,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

**Grupa docelowa usługi**

Usługa skierowana jest do:

- masażystów, fizjoterapeutów oraz terapeutów manualnych,
- kosmologów i pracowników branży wellness i SPA,
- osób pracujących z ciałem, chcących rozszerzyć ofertę o masaże relaksacyjne i liftingujące,
- osób planujących rozpoczęcie działalności w branży beauty, SPA i wellness.

Warunkiem uczestnictwa jest:

- ukończony 18 rok życia,
- brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania masażu,
- zdolność do wykonywania pracy manualnej.

**Minimalna liczba uczestników**

5

**Maksymalna liczba uczestników**

6

**Data zakończenia rekrutacji**

03-07-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

68

**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 przygotowuje uczestnika do samodzielnego i bezpiecznego wykonywania masażu ciała (balijskiego, Lomi Lomi) oraz masażu twarzy (Korugi, Kobido), w tym doboru technik do potrzeb klienta, przeprowadzania wywiadu, przygotowania stanowiska pracy oraz stosowania zasad bezpieczeństwa i higieny pracy.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta do wykonania masażu	<ul style="list-style-type: none"><li>-organizuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami BHP</li><li>-dobiera środki do masażu</li><li>-przeprowadza wywiad z klientem</li><li>-identyfikuje przeciwwskazania</li></ul>	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje masaż ciała metodą balijską i Lomi Lomi	<ul style="list-style-type: none"><li>-stosuje techniki masażu zgodnie z metodyką</li><li>-wykonuje masaż poszczególnych partii ciała</li><li>-zachowuje płynność i rytm pracy</li><li>-dostosowuje siłę nacisku</li></ul>	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje masaż twarzy metodą Korugi i Kobido	<ul style="list-style-type: none"><li>-stosuje techniki liftingujące i modelujące</li><li>-wykonuje drenaż limfatyczny twarzy</li><li>-pracuje na strukturach mięśniowych i powięziowych</li><li>-zachowuje poprawną kolejność etapów zabiegu</li></ul>	Obserwacja w warunkach symulowanych
Dobiera techniki masażu do potrzeb klienta	<ul style="list-style-type: none"><li>-analizuje potrzeby klienta</li><li>-dobiera techniki do celu zabiegu</li><li>-modyfikuje przebieg masażu</li></ul>	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje zasady bezpieczeństwa i higieny pracy	<ul style="list-style-type: none"><li>-przestrzega zasad dezynfekcji</li><li>-stosuje ergonomię pracy</li><li>-reaguje na sytuacje ryzykowne</li></ul>	Obserwacja w warunkach symulowanych
Komunikuje się z klientem w sposób profesjonalny	<ul style="list-style-type: none"><li>-prowadzi rozmowę z klientem</li><li>-udziela zaleceń po zabiegu</li><li>-reaguje na dyskomfort klienta</li></ul>	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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

### Dzień 1 – Masaż Balijski

#### Część teoretyczna:

- Historia masażu balijskiego
- Oddziaływanie masażu na organizm
- Wskazania i przeciwwskazania
- Podstawy ergonomii pracy masażysty
- Zasady BHP oraz przygotowanie stanowiska pracy

#### Część praktyczna (ćwiczenia w parach):

- Masaż tylnej części ciała bez środków poślizgowych
- Rozluźnianie mięśni głębokich
- Stretching
- Techniki relaksacyjne nóg i pleców

### Dzień 2 – Masaż Balijski

#### Część praktyczna (ćwiczenia w parach):

- Masaż przedniej części ciała (bez środków poślizgowych i na olejku)
- Nauka masażu całościowego

### Dzień 3 – Masaż Lomi Lomi

#### Część teoretyczna:

- Historia masażu Lomi Lomi i filozofia Aloha
- Wpływ masażu na ciało i umysł
- Rola intencji w pracy z klientem
- Wskazania i przeciwwskazania
- Ergonomia pracy masażysty
- Zasady BHP i przygotowanie stanowiska
- Technika zakładania chusty zapewniającej komfort klienta
- Nauka płynnego poruszania się – „kroki fregaty”

#### Część praktyczna (ćwiczenia w parach):

- Masaż tylnej części ciała (głowa, kark, plecy, ręce, dłonie, nogi)

### Dzień 4 – Masaż Lomi Lomi

#### Część praktyczna (ćwiczenia w parach):

- Masaż przedniej części ciała (nogi, brzuch, ręce, dekolty, szyja, głowa)

## **Dzień 5 – Masaż Lomi Lomi**

### **Część praktyczna:**

- Wykonywanie pełnego rytuału masażu całościowego

## **Dzień 6 – Masaż Korugi**

### **Część teoretyczna:**

- Anatomia twarzy, szyi i dekoltu (mięśnie i kości)
- Procesy starzenia się skóry i tkanek
- Historia i filozofia masażu Korugi
- Efekty zabiegu
- Wskazania i przeciwwskazania
- Przygotowanie do masażu
- Metodyka oraz etapy zabiegu

### **Część praktyczna:**

- Rytuał oczyszczania twarzy
- Relaksacja i stretching bierny
- Akupresura głowy
- Masaż czepca ścięgnistego i mięśni czaszki

## **Dzień 7 – Masaż Korugi**

### **Część praktyczna:**

- Masaż tkanek głębokich
- Masaż szyi i dekoltu
- Techniki modelujące twarz
- Techniki liftingujące
- Drenaż limfatyczny
- Akupresura ucha
- Techniki wyciszające

## **Dzień 8 – Masaż Kobido**

### **Część teoretyczna:**

- Historia masażu Kobido
- Etapy i zasady wykonywania zabiegu
- Wskazania i przeciwwskazania
- Wywiad z klientem i karta zabiegowa
- Anatomia twarzy: układ kostny, mięśniowy i limfatyczny

### **Część praktyczna:**

- Prezentacja masażu przez szkoleniowca
- Rozluźnianie napięć mięśni mimicznych
- Masaż relaksacyjny
- Drenaż limfatyczny twarzy

## **Dzień 9 – Masaż Kobido**

### **Część praktyczna:**

- Techniki liftingujące
- Akupresura
- Wykonanie pełnego zabiegu Kobido

Usługa realizowana jest w formie stacjonarnej. Harmonogram zajęć przedstawiono w godzinach zegarowych (60 minut), co odpowiada 68 godzinom dydaktycznym (45 minut).

Szkolenie obejmuje:

- zajęcia teoretyczne: ok. 20%
- zajęcia praktyczne: ok. 75%
- walidację efektów uczenia się: ok. 5%

Walidacja realizowana jest poprzez obserwację w warunkach symulowanych.

Przerwy nie są wliczane do czasu trwania szkolenia.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 20

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 20</b> Dzień 1. Masaż Balijski- teoria Wpływ masażu balijskiego na ciało. Przeciwwskazani a i wskazania do masażu. Zasady BHP, przygotowanie masaży i miejsca dla wykonania masażu	Olga Korolova	04-07-2026	10:00	12:00	02:00
<b>2 z 20</b> Praktyka. Masaż na tylnej części ciała (praca bez środków poślizgowych - rozluźnienie mięśni głębokich, stretching, masaż nog i plećó – techniki relaksacyjne.)	Olga Korolova	04-07-2026	12:00	16:00	04:00
<b>3 z 20</b> Dzień 2. Masaż Balijski - praktyka. Masaż na przedniej części ciała (praca bez środków poślizgowych oraz masaż relaksacyjny na olejku)	Olga Korolova	05-07-2026	10:00	12:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>4 z 20</b> Część praktyczna. Masaż na przedniej części ciała (praca bez środków poślizgowych oraz masaż relaksacyjny na olejkę)</p> <p>Rozluźnianie mięśni głębokich, Stretching, Techniki relaksacyjne nóg i pleców</p>	Olga Korolova	05-07-2026	12:00	14:00	02:00
<p><b>5 z 20</b> Część praktyczna – ćwiczenia w parach 2. Wykonywanie masażu całościowego</p>	Olga Korolova	05-07-2026	14:00	16:00	02:00
<p><b>6 z 20</b> Dzień 3. Masaż Lomi Lomi - teoria</p> <p>Filozofia masażu na ciało i umysł</p> <p>Rola intencji w pracy z klientem</p> <p>Wskazania i przeciwwskazania</p> <p>a. Nauka płynnego poruszania się – „kroki fregaty”</p>	Olga Korolova	11-07-2026	10:00	12:00	02:00
<p><b>7 z 20</b> Część praktyczna (ćwiczenia w parach): Masaż tylnej części ciała (głowa, kark, plecy, ręce, dłonie, nogi)</p>	Olga Korolova	11-07-2026	12:00	14:00	02:00
<p><b>8 z 20</b> Część praktyczna (ćwiczenia w parach): Masaż tylnej części ciała (głowa, kark, plecy, ręce, dłonie, nogi)</p>	Olga Korolova	11-07-2026	14:00	16:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>9 z 20</b> Dzień 4 – Masaż Lomi Lomi - praktyka Masaż przedniej części ciała (nogi, brzuch, ręce, dekol, szyja, głowa)	Olga Korolova	12-07-2026	10:00	14:00	04:00
<b>10 z 20</b> Część praktyczna (ćwiczenia w parach): Masaż przedniej części ciała (nogi, brzuch, ręce, dekol, szyja, głowa)	Olga Korolova	12-07-2026	14:00	16:00	02:00
<b>11 z 20</b> Dzień 5 – Masaż Lomi Lomi - praktyka. Wykonywanie pełnego rytuału masażu całościowego	Olga Korolova	18-07-2026	10:00	16:00	06:00
<b>12 z 20</b> Dzień 6. Masaż Korugi teoria. Podstawy anatomii – mięśnie i kości głowy, twarzy, szyi i dekol, biomechanizm starzenia twarzy, historia i filozofia.	Olga Korolova	19-07-2026	10:00	12:00	02:00
<b>13 z 20</b> Praktyka Masaż poszczególnych technik masażu, rytuał oczyszczania twarzy, relaksacja ciała, bierny stretching, akupresura głowy, masaż czepca ścięgniętego oraz mięśnie czaszki	Olga Korolova	19-07-2026	12:00	14:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>14 z 20</b> Praktyka - Masaż tkanek głębokich, masaż dekoltu i szyi, techniki modelujące twarz, techniki liftingujące, drenaż limfatyczny, akupresura ucha, techniki wyciszające</p>	Olga Korolova	19-07-2026	14:00	16:00	02:00
<p><b>15 z 20</b> Dzień 7. Masaż Kobido - Japoński liftingujący masaż twarzy. Teoria. Ogólne informacje i zasady dotyczące masażu. Podstawy anatomii twarzy: układ kostny, układ mięśniowy, układ limfatyczny</p>	Olga Korolova	25-07-2026	10:00	12:00	02:00
<p><b>16 z 20</b> Część praktyczna: Prezentacja masażu przez szkoleniowca, Rozluźnianie napięć mięśni mimicznych, Masaż relaksacyjny, Drenaż limfatyczny twarzy.</p>	Olga Korolova	25-07-2026	12:00	16:00	04:00
<p><b>17 z 20</b> Ćwiczenia w parach: rozluźnienia całej struktury napięć wzdłuż mięśni mimicznych oraz te co mają na nie wpływ, masaż relaksacyjny, drenaż limfatyczny twarzy</p>	Olga Korolova	25-07-2026	16:00	18:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>18 z 20</b> Dzień 8. Masaż Kobido Część praktyczna: masaż liftingujący, akupresura	Olga Korolova	26-07-2026	10:00	12:00	02:00
<b>19 z 20</b> Część praktyczna: Wykonanie pełnego zabiegu Kobido	Olga Korolova	26-07-2026	12:00	14:00	02:00
<b>20 z 20</b> Walidacja - obserwacja w warunkach symulowanych	-	26-07-2026	14:00	17:00	03:00

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	6 800,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	6 800,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	100,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	100,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



**1 z 1**

### Olga Korolova

Olga – magister kosmetologii, technik masaży i trener szkoleniowiec  
 Doświadczenie zawodowe: ponad 10 lat

Olga zdobywała swoje umiejętności zarówno w trakcie studiów i nauki w szkołach policealnych, jak i

na licznych kursach i szkoleniach w kraju i za granicą. Pracowała w renomowanych salonach urody oraz w SPA w 4-gwiazdkowym hotelu. Od 4 lat prowadzi własny gabinet odnowy biologicznej, a jako trener i szkoleniowiec dzieli się wiedzą, prowadząc kursy dla osób chcących rozwijać swoje kompetencje w zakresie kosmologii i masażu.

Wykształcenie:

Wyższa Szkoła Kosmetyki i Nauk o Zdrowiu w Łodzi – studia magisterskie

Spółeczna Akademia Nauk w Łodzi – kosmologia

Policealna Szkoła Awangarda w Pabianicach – technik masażysta

Policealna Szkoła Medyczna EduMedica w Pabianicach – technik usług kosmetycznych

Szkolenia i kursy specjalistyczne:

Masaże liftingujące twarzy: KOBIDO, KOBIDO Up II z masażem transbukalnym, BelViso, Myolifting Face Massage

Masaże ciała i twarzy: masaż balijski, Lomi Lomi, masaż tkanek głębokich

Kinesiotaping estetyczny (ciało i twarz)

Maderoterapia, lipomodeling massage, limfomodeling massage

Akupunktura kosmetyczna metodą pinezkowania

OnkoDotyk – masaż i praca z pacjentem onkologicznym

Kurs terapeuty SPA

Jako trener i szkoleniowiec, Olga łączy praktykę zawodową z nauczaniem, przekazując uczestnikom kursów zarówno wiedzę teoretyczną, jak i praktyczne umiejętności niezbędne w pracy kosmologa i masażysty.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik, który ukończy kurs, otrzyma Certyfikat w języku polskim, skrypt szkoleniowy w formie papierowej – opracowanie własne w dniu rozpoczęcia kursu, dostęp do wideo z technikami masażu, dostęp do zamkniętej grupy FB dla uczestników kursu, wymiana doświadczeń, wskazówki, pomoc.

### Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa jest ukończenie 18 rok życia.

### Informacje dodatkowe

Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych, gdzie 1 godzina szkoleniowa wynosi 45 minut.

Przerwy nie są wliczane do czasu trwania szkolenia. Ze względu na charakter zajęć oraz indywidualne tempo pracy uczestników przerwy mogą odbywać się w różnych godzinach, tak aby nie przerywać wykonywania zabiegów w kluczowych etapach pracy.

Cena szkolenia nie obejmuje kosztów noclegu, transportu oraz pełnego wyżywienia uczestników.

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora ani Partnera Operatora w danym projekcie PSF, Regionalnym Programie lub FERS, ani przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Certyfikat zawiera odniesienie do efektów uczenia się określonych w karcie usługi oraz potwierdza ich osiągnięcie na podstawie przeprowadzonej walidacji.

## Adres

ul. Bracka 29H  
95-200 Pabianice  
woj. łódzkie

Szkolenie realizowane jest w profesjonalnym gabinecie odnowy biologicznej „Naturel” w Pabianicach, przystosowanym do świadczenia usług masażu i zabiegów kosmetycznych.

Gabinet wyposażony jest w stanowiska do masażu (łóżka do masażu), środki higieniczne, preparaty do masażu oraz niezbędne akcesoria umożliwiające realizację zajęć praktycznych.

Każdy uczestnik ma zapewnione stanowisko pracy, co umożliwia wykonywanie zabiegów w warunkach zbliżonych do rzeczywistych. Pomieszczenie spełnia wymagania sanitarne i BHP.

## Kontakt



**ANETA SPLETT**

**E-mail** szkolenia.maw@gmail.com

**Telefon** (+48) 669 585 668