

**Kurs: Masaż relaksacyjny.**

Numer usługi 2026/04/22/186860/3506471

800,00 PLN brutto

800,00 PLN netto

57,14 PLN brutto/h

57,14 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

LESZEK
WIŚNIEWSKI SOMA
GROUP

★★★★★ 4,8 / 5

46 ocen

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

🕒 14:00 h

📅 13.06.2026 do 14.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Osoby wykonujące zawody medyczne, masażyści, terapeuci SPA, fizjoterapeuci, studenci fizjoterapii, naturoterapeuci, terapeuci manualni, trenerzy sportowi. "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	4
Maksymalna liczba uczestników	8
Data zakończenia rekrutacji	12-06-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	14
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: Masaż relaksacyjny" przygotowuje do samodzielnego wykonywania masażu relaksacyjnego. Posiadana wiedza pozwoli na bezpieczne wykonanie masażu w celach profilaktycznych i rozluźniających.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje wskazania i przeciwwskazania do masażu relaksacyjnego.	Wymienia wskazania i przeciwwskazania do masażu relaksacyjnego i omawia przeciwwskazania dermatologiczne.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Przeprowadza wywiad z pacjentem na potrzeby masażu.	Omawia i przeprowadza wywiad z pacjentem na potrzeby masażu, wymienia informacje stałe jakie należy otrzymać od pacjenta w wywiadzie.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykonuje masaż relaksacyjny zgodnie z jego metodyką.	Wykonuje masaż zgodnie z jego metodyką na okolicy grzbietu i obręczy barkowej.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Kształtuje własny rozwój i umiejętności interpersonalne w pracy zawodowej.	Umie nawiązywać relacje interpersonalne.	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 relaksacyjnego. Zapoznają się ze wskazaniami i przeciwwskazaniami do masażu oraz z metodyką wykonania masażu. Zostaną omówione możliwości zastosowania masażu, jego oddziaływanie na organizm oraz ergonomia pracy masażysty. Uczestnicy usługi będą pracować w parach przy jednym stole do masażu każda para. Czas trwania usługi to

14 godzin dydaktycznych (45 minutowych) to jest 10,5 godzin zegarowych. W czasie trwania kursu nie ma wliczonej przerwy. Część teoretyczna obejmuje 2 godziny dydaktyczne a część praktyczna 12 godzin dydaktycznych.

1. Teoretyczne podstawy masażu relaksacyjnego.
2. Podstawy fizjologii i wpływ masażu na organizm.
3. Przygotowanie do masażu, BHP pracy w gabinecie.
4. Ergonomia pracy masażysty.
5. Wskazania i przeciwwskazania do masażu relaksacyjnego.
6. Rodzaje masażu relaksacyjnego- przedstawienie technik i omówienie poszczególnych masażu.
7. Komunikacja z klientem i etyka pracy.
8. Część praktyczna: praktyczna nauka technik masażu.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 9

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 9 Teoretyczne podstawy masażu relaksacyjnego.	Adam Bąkowski.	13-06-2026	10:00	10:30	00:30
2 z 9 Podstawy fizjologii i wpływ masażu na organizm.	Adam Bąkowski.	13-06-2026	10:30	11:00	00:30
3 z 9 Przygotowanie do masażu, BHP pracy w gabinecie.	Adam Bąkowski.	13-06-2026	11:00	11:15	00:15
4 z 9 Ergonomia pracy masażysty.	Adam Bąkowski.	13-06-2026	11:15	11:30	00:15
5 z 9 Wskazania i przeciwwskazania do masażu relaksacyjnego.	Adam Bąkowski.	13-06-2026	11:30	11:45	00:15
6 z 9 Rodzaje masażu relaksacyjnego - przedstawienie technik i omówienie poszczególnych masażu.	Adam Bąkowski.	13-06-2026	11:45	15:15	03:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 9 Komunikacja z klientem i etyka pracy.	Adam Bąkowski.	14-06-2026	10:00	10:15	00:15
8 z 9 Praktyczna nauka technik masażu.	Adam Bąkowski.	14-06-2026	10:15	15:00	04:45
9 z 9 Walidacja.	-	14-06-2026	15:00	15:15	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	800,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	57,14 PLN
Koszt osobogodziny netto	57,14 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Adam Bąkowski.

Dyplomowany technik masażysta oraz student fizjoterapii. Od kilku lat z pasją pracuje w zawodzie, łącząc wiedzę medyczną z holistycznym podejściem do ciała i człowieka. Swoje doświadczenie zdobywał w prywatnych gabinetach, szpitalach oraz placówkach medycznych, gdzie miał okazję pracować zarówno z osobami potrzebującymi terapii, jak i z tymi, którzy po prostu chcą zadbać o swoje samopoczucie. Nieustannie poszerza swoje kwalifikacje, uczestnicząc w szkoleniach z zakresu terapii manualnej, jak i masażu relaksacyjnych - takich jak masaż tkanek głębokich, masaż Kobido, Terapia stawu skroniowo-żuchwowego, czy IASTM. Dzięki temu potrafi dobrać odpowiednią technikę do potrzeb każdej osoby, a każdy masaż traktuje jako indywidualne doświadczenie.

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 10,5 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. Żółtej Cizemki 5/1

31-560 Kraków

woj. małopolskie

Sala szkoleniowa znajduje się na parterze w lokalu usługowym. .

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



Renata Prejsnar-Wiśniewska

E-mail biuro@somagroup.pl

Telefon (+48) 506 430 668