



## Kurs weekendowy masażu klasycznego

Numer usługi 2026/04/22/136570/3506534

1 600,00 PLN brutto

1 600,00 PLN netto

53,33 PLN brutto/h

53,33 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

AKADEMIA  
MASAŻU  
MANUALNI SPÓŁKA  
Z OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

30 ocen

📍 Katowice

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 30:00 h

📅 10.10.2026 do 18.10.2026

## 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:

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

14

**Data zakończenia rekrutacji**

09-10-2026

Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	30
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,	Wywiad swobodny
	Charakteryzuje wpływ masażu na układ mięśniowy, krążeniowy oraz nerwowy.	Wywiad swobodny
	Rozróżnia podstawową budowę skóry i tkanek miękkich poddawanych masażowi,	Wywiad swobodny
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 łopatk, 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. Wykorzystanie punktów spustowych w masażu na wybranych partiach mięśniowych
  16. Wykorzystanie bańki chińskiej w masażu
  17. Klatka piersiowa:
    - Palpacja głównych mięśni klatki piersiowej: piersiowy większy i mniejszy, struktur kostnych: mostek i obojczyk
  18. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach
  19. Szyja:
    - Palpacja głównych mięśni szyi: szeroki szyi, pochyłe, MOS
  20. Ćwiczenia praktyczne i wykonywanie masażu w parach
  21. Twarz:
    - Palpacja głównych mięśni twarzy: mięsień żwacz, brzusiec czołowy, okrężny ust, marszczyciel brwi
  22. Głowa:
    - masaż i mobilizacja czepca ścięgnistego
    - rozluźnianie karku w pozycji siedzącej
  23. Wykorzystanie punktów spustowych w masażu na wybranych partiach mięśniowych
  24. Masaż kończyny górnej
  25. Palpacja głównych mięśni kończyny górnej: zginacze, prostowniki palców, nadgarstka, triceps, bicep
  26. Integracja technik masażu klasycznego na obszarze nóg
  27. Wykorzystanie sekwencji masażu do zapewnienia kompleksowego doświadczenia klientowi
  28. Walidacja

## Forma i czas trwania

- Łączna liczba godzin: 30 h dydaktyczne
- Podział na teorię i praktykę:
  - teoria: 2 h / praktyka 28 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.					

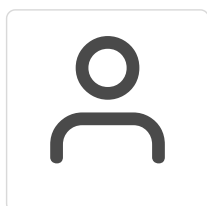
## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	1 600,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	1 600,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	53,33 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	53,33 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### JACEK KĘPKA

Nauczę Cię:

Masażu klasycznego  
Masażu relaksacyjnego  
Moje wykształcenie:

Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach (mgr fizjoterapii)  
Polskie Stowarzyszenie Ortopedycznej Terapii Manualnej – Kurs Terapii Manualnej wg koncepcji Kaltenborna i Evjenth, 256 godz.  
Instytut Edukacji i Kształcenia Zawodowego w Katowicach – Kurs masażu klasycznego, 240 godz.  
Polskie Towarzystwo Limfologiczne – Kurs z zakresu Kompleksowej Terapii Przeciwozbrękowej, 180 godz.  
Akademia Wychowania Fizycznego w Katowicach – Kurs Instruktora Odnowy Biologicznej  
Bio-Relax – Kurs Masażu Leczniczego II stopnia, 60 godz.  
Bio-Relax – Kurs Masażu Leczniczego III stopnia, 60 godz.

Kurs liftingującego masażu twarzy Kobido  
Moja aktywność zawodowa:

masażysta – Król Centrum Fizjoterapii, Katowice (aktualnie)  
masażysta – La Boca Clinic, Katowice  
instruktor masażu oraz masażysta – Akademia Sztuki 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. Wiertnicza 3  
40-304 Katowice  
woj. śląskie

### 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