



Kurs weekendowy masażu klasycznego

Numer usługi 2026/04/22/136570/3506541

1 600,00 PLN brutto

1 300,81 PLN netto

53,33 PLN brutto/h

43,36 PLN netto/h

137,50 PLN cena rynkowa ⓘ

AKADEMIA
MASAŻU
MANUALNI SPÓŁKA
Z OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

8 ocen

📍 Katowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 30 h

📅 12.12.2026 do 20.12.2026

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,
- 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

14

Data zakończenia rekrutacji

11-12-2026

| | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| 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 ścięgniętego
 - 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 przedmiotów/zajęć: 0

| Przedmiot / temat zajęć | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| Brak wyników. | | | | | |

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania w wysokości co najmniej 70% przysługuje Tobie zwolnienie z podatku VAT

Cennik

| Rodzaj ceny | Cena |
|---|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 1 600,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto | 1 300,81 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto | 53,33 PLN |
| Koszt osobogodziny netto | 43,36 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 Przeciwozbrzękowej, 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

Telefon (+48) 737 538 507