



Kurs dzienny masażu klasycznego

Numer usługi 2026/04/22/136570/3507026

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

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 30:00 h

📅 20.06.2026 do 28.06.2026

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

19-06-2026

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,	Test teoretyczny
	Charakteryzuje wpływ masażu na układ mięśniowy, krążeniowy oraz nerwowy.	Test teoretyczny
	Rozróżnia podstawową budowę skóry i tkanek miękkich poddawanych masażowi,	Test teoretyczny
Charakteryzuje cele i reguły masażu klasycznego	Wymienia chwyt, wskazuje wskazania i przeciwwskazania	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Rozróżnia ich zastosowanie oraz wpływ na tkanki,	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
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 rzeczywistych
	Przygotowuje klienta do zabiegu oraz przeprowadza podstawowy wywiad przed masażem.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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 rzeczywistych
	Wykonuje masaż z zachowaniem prawidłowej kolejności technik i kierunków pracy.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Wykonuje masaż grzbietu oraz obręczy barkowej lub kończyny górnej lub dolnej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
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 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

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, biceps
 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: 21

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 21 Zapoznanie grupy, teoria masażu, BHP, ergonomia oraz organizacja stanowiska pracy	Kamil Wykręt	20-06-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 21 Przerwa	Kamil Wykręt	20-06-2026	11:00	11:15	00:15
3 z 21 Nauka wykorzystywania ciężaru własnego ciała oraz palpacja głównych mięśni grzbietu	Kamil Wykręt	20-06-2026	11:15	13:00	01:45
4 z 21 Przerwa	Kamil Wykręt	20-06-2026	13:00	13:45	00:45
5 z 21 Techniki masażu klasycznego grzbietu: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, wibracje i oklepywanie	Kamil Wykręt	20-06-2026	13:45	15:15	01:30
6 z 21 Ćwiczenia praktyczne w parach: masaż pleców i utrwalanie technik klasycznych na obszarze grzbietu	Kamil Wykręt	21-06-2026	09:00	11:00	02:00
7 z 21 Przerwa	Kamil Wykręt	21-06-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 21 Masaż mięśni przykręgosłupowych: palpacja mięśni powierzchownych oraz struktur kostnych	Kamil Wykręt	21-06-2026	11:15	13:00	01:45
9 z 21 Przerwa	Kamil Wykręt	21-06-2026	13:00	13:45	00:45
10 z 21 Techniki masażu mięśni przykręgosłupowych oraz palpacja obręczy barkowej: czworoboczny i równoległoboczny	Kamil Wykręt	21-06-2026	13:45	15:15	01:30
11 z 21 Masaż brzucha: test napięcia powłok brzusznych, masaż powłok brzusznych i ćwiczenia w parach	Kamil Wykręt	27-06-2026	09:00	11:00	02:00
12 z 21 Przerwa	Kamil Wykręt	27-06-2026	11:00	11:15	00:15
13 z 21 Punkty spustowe i bańka chińska w masażu na wybranych partiach mięśniowych	Kamil Wykręt	27-06-2026	11:15	13:00	01:45
14 z 21 Przerwa	Kamil Wykręt	27-06-2026	13:00	13:45	00:45
15 z 21 Klatka piersiowa: palpacja mięśni piersiowych oraz struktur kostnych; ćwiczenia praktyczne w parach	Kamil Wykręt	27-06-2026	13:45	15:15	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 21 Szyja, twarz i głowa: palpacja mięśni, masaż czepca ścięgnistego oraz rozluźnianie karku	Kamil Wykręt	28-06-2026	09:00	11:00	02:00
17 z 21 Przerwa	Kamil Wykręt	28-06-2026	11:00	11:15	00:15
18 z 21 Punkty spustowe oraz masaż kończyny górnej: palpacja zginaczy, prostowników, tricepsa i bicepsa	Kamil Wykręt	28-06-2026	11:15	13:00	01:45
19 z 21 Przerwa	Kamil Wykręt	28-06-2026	13:00	13:45	00:45
20 z 21 Integracja technik masażu klasycznego na obszarze nóg i sekwencje masażu dla klienta	Kamil Wykręt	28-06-2026	13:45	15:00	01:15
21 z 21 Walidacja efektów uczenia się: test teoretyczny oraz obserwacja w warunkach rzeczywistych	-	28-06-2026	15:00	15:15	00:15

Cennik

Cennik

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

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Kamil Wykręt

Łączę wiedzę akademicką z praktycznym doświadczeniem, pracując z pacjentami nad przywracaniem sprawności i redukcją bólu. Pomagam wykorzystując techniki masażu tkanek głębokich, terapii powięziowej oraz indywidualnie dobrane ćwiczenia, które dostosowuję do konkretnych potrzeb i problemów moich podopiecznych.

Ukończone kursy:

- kurs masażu sportowego
- trener medyczny
- kurs współczesnego masażu klasycznego
- anatomia palpacyjna
- kurs MTG

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

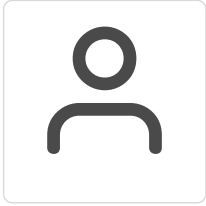
ul. Balicka 75/3
30-149 Kraków
woj. małopolskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

- Wi-fi

Kontakt



Barbara Wizner

E-mail biuro@manualni.com

Telefon (+48) 737 538 507