



## Szkolenie: Masaż Tkanek Głębokich

Numer usługi 2026/04/23/178006/3507906

2 600,00 PLN brutto

2 600,00 PLN netto

54,17 PLN brutto/h

54,17 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

CENTRUM  
ZDROWIA GARBARY  
64 SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚĆ  
CIAŁ

★★★★★ 4,8 / 5

247 ocen

📍 Gdańsk

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 48:00 h

📅 23.10.2026 do 22.11.2026

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Zdrowie i medycyna / Medycyna

**Grupa docelowa usługi**

Szkolenie skierowane jest dla:

- fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy,
- studentów powyższych kierunków,
- uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego,
- Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia, lub zaświadczenia jeśli kursant jest w trakcie nauki.

**Minimalna liczba uczestników**

10

**Maksymalna liczba uczestników**

48

**Data zakończenia rekrutacji**

22-10-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

48

**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 do nabycia przez uczestników umiejętności świadomej, celowej i nieschematycznej pracy z ciałem w oparciu o techniki masażu tkanek głębokich. Uczestnicy uczą się oceny postawy, planowania terapii oraz doboru technik eliminujących przyczyny dolegliwości bólowych. Szkolenie rozwija kompetencje w zakresie anatomii palpacyjnej i funkcjonalnej oraz umożliwia zdobycie praktycznych umiejętności potrzebnych do skutecznej pracy z pacjentami.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<b>WIEDZA</b> Uczestnik charakteryzuje zasady MTG. Identyfikuje struktury anatomiczne. Analizuje zależności biomechaniczne.	Uczestnik omawia założenia MTG.	Test teoretyczny
	Uczestnik lokalizuje struktury anatomiczne.	Test teoretyczny
	Uczestnik wyjaśnia wpływ dysfunkcji na organizm.	Test teoretyczny
<b>UMIEJĘTNOŚCI</b> Uczestnik przeprowadza ocenę funkcjonalną. Wykonuje techniki MTG. Planuje terapię.  <b>KOMPETENCJE SPOŁECZNE</b> Uczestnik Komunikuje się z pacjentem. Przestrzega zasad etyki. Współpracuje z innymi specjalistami.	Uczestnik ocenia postawę i ruch pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik stosuje techniki zgodnie z zasadami MTG.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik opracowuje plan terapeutyczny.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik wyjaśnia przebieg terapii.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik dba o bezpieczeństwo pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik uwzględnia podejście interdyscyplinarne.	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

### Program

#### Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Do dyspozycji prowadzącego będzie flipchart. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły.

Zajęcia praktyczne odbywają się głównie na stołach rehabilitacyjnych, na jeden stół przypadają 2 osoby. Jeśli będzie nieparzysta liczba osób to będzie jedna trójka przy stole. Kursanci wykonują techniki na sobie nawzajem. Każdy uczestnik ma możliwość przećwiczenia każdej z technik. Cały sprzęt wykorzystywany do realizacji szkolenia zapewniony jest przez instytucję. W trakcie trwania szkolenia jest ogólnodostępny dla kursantów.

Czas trwania: 48 godzin zegarowych (w zakres godzinowy kursu są wliczane przerwy)

#### Godziny kursu :

##### **Moduł 1: termin 23-25 października 2026**

- piątek - 10-18
- sobota - 09-17
- niedziela - 08-16

##### **Moduł 2: termin 20-22 listopada 2026**

- piątek - 10-18
- sobota - 09-17
- niedziela - 08-16

#### Zakres tematyczny

*Teoria + Praktyka - każde zagadnienie, każda praktyka jest poprzedzana krótką teorią*

Teoria - 12 godzin

Praktyka - 36 godzin

#### **Część teoretyczna kursu masaż tkanek głębokich:**

- Definicja masażu tkanek głębokich i przedstawienie filozofii koncepcji.
- Zasady masażu tkanek głębokich.
- Rodzaj chwytów stosowanych w MTG i kierunek ruchów.
- Narzędzia pracy w MTG.
- Ergonomia pracy terapeuty.

- Sposób myślenia zgodnie z koncepcją MTG i strategię pracy w MTG.
- Czytanie ciała i zasady strukturalnej pracy z ciałem.
- Plan pracy w serii spotkań terapeutycznych (Plan dla serii 10 i 6 spotkań).

#### **Część praktyczna kursu masaż tkanek głębokich:**

- Ocena wizualna ciała (bodyreading)
- Badanie całego ciała (screening ciała)
- Stawianie diagnozy
- Diagnostyka naczyniowa, neurologiczna, diagnostyka różnicowa jamy brzusznej, testy kliniczne i ortopedyczne
- Relacja struktur w taśmach mięśniowo-powięziowych i transmisja napięć w ich obrębie
- Palpacja struktur poddawanych terapii
- Struktury mięśniowo-powięziowe oraz aspekty terapeutyczne i diagnostyczne podejmowane podczas kursu

#### **1 MODUŁ KURSU**

- Terapia w obrębie taśm: tylnej, przedniej powierzchownej i głębokiej, bocznej, skośne
- Testy funkcjonalne, naczyniowe i neurologiczne w obrębie odcinka szyjnego
- Praca na strukturach anatomicznych:
- Prostownik grzbietu
- Prostowniki głowy i szyi
- Mięśnie podpotyliczne
- Czepiec ścięgniasty
- Mięsień czworoboczny grzbietu
- Dźwigacz łopatki
- Mostkowo-obojczykowo-sutkowym
- Żwacz, skroniowy, czołowy
- Ocena wizualna i funkcjonalna klatki piersiowej
- Mobilizacja mostka
- Mobilizacje żeber
- Mięsień piersiowy większy i mniejszy
- mięśnie międzyżebrowe
- Podobojczykowy
- Badanie i diagnostyka różnicowa jamy brzusznej
- Praca na strukturach anatomicznych:
- Mięsień prosty, skośne brzucha, mięsień piramidowy
- Mięśnie pochyłe
- Przepona oddechowej
- Mięsień biodrowy i lędźwiowy
- Czworoboczny lędźwi
- Gruszkowaty
- Pośladkowy wielki
- Tkanki w obszarze kości krzyżowej i ogonowej

#### **2 MODUŁ KURSU**

- Ocena wizualna ciała
- Praca w obrębie taśm: tylnej, przedniej, skośnej, bocznej, kończyn górnych
- Praca na strukturach anatomicznych:
- Więzadło krzyżowo-guzowe
- Mięśnie kulszowo-goleniowe
- Trójgłowy łydki
- Ścięgno Achillesa
- Guz piętowy
- Rozciągnio podeszwowe
- Czworogłowy uda
- Więzadło pachwinowe
- Rzepka i system powięziowy kolana
- Piszczelowy przedni i powięź grzbietowa stopy
- Pasma biodrowo-piszczelowe i naprężacz powięzi szerokiej
- Mobilizacja stawu biodrowego
- Pośladkowy średni
- Obszar okołokrętarzowy
- Mięśnie strzałkowe

- Mięśnie przywodziciele uda
- Głębokie zginacze stawu skokowego
- Diagnostyka rejonu łopatki, ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna
- Praca na strukturach anatomicznych
- Mięsień równoległoboczny
- Najszerszy grzbietu
- Zębaty przedni
- Mięśnie obłe
- Mięsień nad- i podgrzebieniowy
- Naramienny
- Trójgłowy i dwugłowy ramienia
- Mięśnie zginacze i prostowniki stawu nadgarstkowego
- Mięśnie dłoni

## WALIDACJA

Walidacja umiejętności prowadzona przez walidatora usługi. Walidator nie ingeruje w proces kształcenia.

Do przeprowadzenia walidacji wykorzystane zostaną metody: obserwacja w warunkach symulowanych (w trakcie trwania kursu) oraz "test teoretyczny" dla części teoretycznej przeprowadzony po zakończeniu części edukacyjnej kursu.

Wyniki walidacji podawane są po usłudze.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 39

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 39</b> Wprowadzenie do metody MTG, jej filozofii i zastosowania. Ocena wizualna oraz screeningowe badanie ciała pacjenta.	Paweł Szeklicki	23-10-2026	10:00	12:00	02:00
<b>2 z 39</b> Przerwa	Paweł Szeklicki	23-10-2026	12:00	12:15	00:15
<b>3 z 39</b> Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu w pozycji leżącej.	Paweł Szeklicki	23-10-2026	12:15	14:00	01:45
<b>4 z 39</b> Przerwa obiadowa	Paweł Szeklicki	23-10-2026	14:00	14:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>5 z 39</b> Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu z włączeniem funkcji zginania grzbietu, elongacji, skrętu tułowia i wyprostu</p>	Paweł Szeklicki	23-10-2026	14:45	16:45	02:00
<p><b>6 z 39</b> Omówienie oraz opracowanie mięśni podpotylicznych, czepca ścięgnistego i mięśnia czołowego.</p>	Paweł Szeklicki	23-10-2026	16:45	18:00	01:15
<p><b>7 z 39</b> Omówienie oraz opracowanie struktur głowy w tym mięśni żwacza, skroniowego badanie funkcjonalne odcinka szyjnego, terapia mięśnia mostkowo-obojczykowo-sutkowego</p>	Paweł Szeklicki	24-10-2026	09:00	11:00	02:00
<p><b>8 z 39</b> Przerwa</p>	Paweł Szeklicki	24-10-2026	11:00	11:15	00:15
<p><b>9 z 39</b> Omówienie i wykonania badania jamy brzusznej, omówienie i opracowanie rejonu powłok brzusznych w tym mięśni prostego brzucha, skośnych zewnętrznych brzucha i mięśni piramidowych.</p>	Paweł Szeklicki	24-10-2026	11:15	13:00	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 39 Przerwa	Paweł Szeklicki	24-10-2026	13:00	13:45	00:45
11 z 39 Ocena wizualna klatki piersiowej, omówienie typów, opracowanie globalnej terapii klatki piersiowej, mięśni piersiowych większych, mniejszych, podobojczykowych.	Paweł Szeklicki	24-10-2026	13:45	15:45	02:00
12 z 39 Omówienie i opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatki, prostowników głowy i szyi w pozycji siedzącej.	Paweł Szeklicki	24-10-2026	15:45	17:00	01:15
13 z 39 Opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatki, prostowników głowy i szyi w pozycji leżącej.	Paweł Szeklicki	25-10-2026	08:00	10:00	02:00
14 z 39 Omówienie i opracowanie mięśni pochyłych przednich i przepony.	Paweł Szeklicki	25-10-2026	10:00	10:15	00:15
15 z 39 Przerwa	Paweł Szeklicki	25-10-2026	10:15	10:30	00:15
16 z 39 Omówienie i opracowanie mięśnia lędźwiowego i biodrowego	Paweł Szeklicki	25-10-2026	10:30	12:45	02:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 39 Przerwa obiadowa	Paweł Szeklicki	25-10-2026	12:45	13:15	00:30
18 z 39 Omówienie i opracowanie mięśnia czworobocznego łądźwi w pozycji leżącej.	Paweł Szeklicki	25-10-2026	13:15	14:30	01:15
19 z 39 Omówienie i opracowanie mięśnia pośladkowego wielkiego i gruszkowatego	Paweł Szeklicki	25-10-2026	14:30	15:40	01:10
20 z 39 Omówienie i opracowanie tkanek w rejonie kości krzyżowej i ogonowej. ~podsumowanie i zakończenie 1 modułu.	Paweł Szeklicki	25-10-2026	15:40	16:00	00:20
21 z 39 Wprowadzenie do zagadnień związanych z kończyną dolną, ocena wizualna kończyny dolnej. Omówienie i opracowanie struktur mięśni kulszowo-goleniowych.	Paweł Szeklicki	20-11-2026	10:00	12:00	02:00
22 z 39 Przerwa	Paweł Szeklicki	20-11-2026	12:00	12:15	00:15
23 z 39 Omówienie i opracowanie mięśni trójgłowego łydki oraz rejonu rozciągniętego podeszwowego i stopy.	Paweł Szeklicki	20-11-2026	12:15	14:00	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>24 z 39</b> Przerwa obiadowa	Paweł Szeklicki	20-11-2026	14:00	14:45	00:45
<b>25 z 39</b> Opracowanie rejonu rozciągna podeszwowego i stopy.	Paweł Szeklicki	20-11-2026	14:45	16:45	02:00
<b>26 z 39</b> Omówienie i opracowanie rejonu stawu kolanowego, rzepki, mięśnia czworogłowego uda	Paweł Szeklicki	20-11-2026	16:45	18:00	01:15
<b>27 z 39</b> Omówienie i opracowanie rejonu pasma biodrowo-piszczelowego oraz naprężacza powięzi szerokiej i mięśnia pośladkowego średniego.	Paweł Szeklicki	21-11-2026	09:00	11:00	02:00
<b>28 z 39</b> Przerwa	Paweł Szeklicki	21-11-2026	11:00	11:15	00:15
<b>29 z 39</b> Omówienie i opracowanie mięśni strzałkowych, obszaru przedniej strony podudzia z mięśniami piszczelowym przednim i prostownikami stawu skokowego.	Paweł Szeklicki	21-11-2026	11:15	13:00	01:45
<b>30 z 39</b> Przerwa obiadowa	Paweł Szeklicki	21-11-2026	13:00	13:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>31 z 39</b></p> <p>Omówienie i opracowanie mięśni przywodzicieli uda, ścięgien zginaczy uda, więzadła pachwinowego.</p>	Paweł Szeklicki	21-11-2026	13:45	15:45	02:00
<p><b>32 z 39</b></p> <p>Omówienie i opracowanie przyśrodkowej strony podudzia. Ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna rejonu łopatki</p>	Paweł Szeklicki	21-11-2026	15:45	17:00	01:15
<p><b>33 z 39</b></p> <p>Omówienie i opracowanie mięśni równoległobocznych, najszerszego grzbietu, czworobocznego części wstępującej.</p>	Paweł Szeklicki	22-11-2026	08:00	10:00	02:00
<p><b>34 z 39</b> Przerwa</p>	Paweł Szeklicki	22-11-2026	10:00	10:15	00:15
<p><b>35 z 39</b></p> <p>Omówienie i opracowanie mięśni rotatorów zewnętrznych i wewnętrznych stawu ramienneo, mięśnia zębatego przedniego, nadgrzebieniowego, naramiennego.</p>	Paweł Szeklicki	22-11-2026	10:15	12:00	01:45
<p><b>36 z 39</b> Przerwa</p>	Paweł Szeklicki	22-11-2026	12:00	12:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>37 z 39</b> Omówienie i opracowanie mięśni trójgłowego ramienia, dwugłowego ramienia i zginaczy stawu łokciowego	Paweł Szeklicki	22-11-2026	12:45	14:30	01:45
<b>38 z 39</b> Omówienie i opracowanie mięśni zginaczy dłoniowych i grzbietowych nadgarstka oraz mięśni dłoni. Podsumowanie i zakończenie kursu. Wręczenie dyplomów.	Paweł Szeklicki	22-11-2026	14:30	15:40	01:10
<b>39 z 39</b> Walidacja	-	22-11-2026	15:40	16:00	00:20

## Cennik

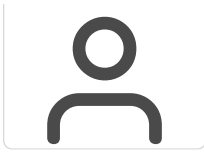
### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	2 600,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	2 600,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	54,17 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	54,17 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1

1 z 1



## Paweł Szeklicki

Dyplomowany Terapeuta Integracji Strukturalnej (EGSI – Guild for Structural Integration in the tradition of Ida Rolf Ph.D), absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu. Specjalizuje się w terapii powięziowej oraz technikach mięśniowo-powięziowych, co czyni go ekspertem w zakresie pracy z punktami spustowymi i dysfunkcjami tkanek miękkich.

Jego wiedza i umiejętności są poparte licznymi szkoleniami, m.in. z metody Fascial Manipulation L. Stecco (Level I i II) oraz terapii wisceralnej (Szkoła Terapii Wisceralnej i Integratywnych Manualnych Metod Leczenia – Florinda Czeija). Jest założycielem Pomorskiego Centrum Integracji Strukturalnej w Gdańsku, gdzie prowadzi praktykę opartą na holistycznym podejściu do terapii.

W ramach szkolenia Terapia mięśniowo-powięziowych punktów spustowych i mięśniowo-powięziowe rozluźnianie (MPR) Paweł Szeklicki przekazuje uczestnikom nie tylko techniczne aspekty pracy z punktami spustowymi, ale również kliniczne podejście do diagnostyki i terapii zaburzeń mięśniowo-powięziowych. Dzięki swojemu wieloletniemu doświadczeniu oraz interdyscyplinarnej wiedzy, uczy skutecznych metod terapeutycznych, które pozwalają na kompleksowe podejście do pacjentów bólowych. Jego podejście do terapii opiera się na precyzyjnej palpacji, analizie klinicznej oraz wykorzystaniu technik wspomagających, takich jak: MPR, PRT, PIR. Instruktor zwraca szczególną uwagę na skuteczną pracę z powięzią powierzchowną, co stanowi wyróżniający aspekt szkolenia.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje:

- obszerny skrypt szkoleniowy,
- materiały video -wszystkie filmy zostaną przesłane na Twojego pedriva w trakcie trwania szkolenia, żebyś mógł je sobie przypominać kiedy tylko chcesz! (udostępniane są po ówczesnym podpisaniu umowy o ich nierozpowszechnianiu)
- opiekę po szkoleniu (zamknięte forum dyskusyjne dla absolwentów naszego kursu gdzie dzielimy się wiedzą, doświadczeniami, zadajemy pytania i dyskutujemy w tematach praktyki gabinetowej).
- darmowe powtórki kursu MTG,
- dołączasz do Absolwentów najczęściej wybieranego kursu masażu tkanek głębokich w Polsce.

### Warunki uczestnictwa

- Przed zapisem na kurs prosimy o kontakt z organizatorem w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.
- W celu dokonania zgłoszenia na kurs należy wysłać maila na adres szkolenia@szkoleniaurzaj.pl lub zadzwonić pod numer +48 663 041 233
- Po potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.
- Wymagane 80% obecności (powadzona lista obecności)

### Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest w języku polskim.
- Przed zapisaniem się prosimy o wcześniejszy kontakt mailowy: szkolenia@szkoleniaurzaj.pl.
- Minimum 80% obecności aby ukończyć szkolenie.
- Weryfikacja obecności - papierowa lista obecności - podpis uczestnika.
- W cenę nie jest wliczony dojazd i wyżywienie.

## Adres

ul. Sieroca 3  
80-839 Gdańsk

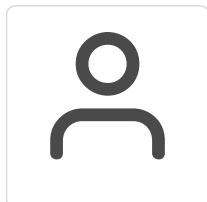
woj. pomorskie

Hotel

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

## Kontakt



**MARTA MICHALAK**

**E-mail** [szkolenia@szkoleniauryzaj.pl](mailto:szkolenia@szkoleniauryzaj.pl)

**Telefon** (+48) 663 041 233