



## Szkolenie: Thai Stretch & Massage Therapy z użyciem chusty- Pha Khao Ma

Numer usługi 2026/04/28/178006/3518090

600,00 PLN brutto  
600,00 PLN netto  
25,00 PLN brutto/h  
25,00 PLN netto/h  
162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

CENTRUM  
ZDROWIA GARBARY  
64 SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚĆ  
CIĄ

📍 Poznań  
🏠 Usługa szkoleniowa  
📄 stacjonarna  
🕒 24:00 h  
📅 28.07.2026 do 28.07.2026

★★★★★ 4,8 / 5  
219 ocen

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest dla:

- fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy,
- studentów powyższych kierunków,
- kosmetologów, kosmetyczek
- praktycy jogi, trenerzy personalni

### Minimalna liczba uczestników

1

### Maksymalna liczba uczestników

10

### Data zakończenia rekrutacji

27-07-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

24

### 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 samodzielnego wykorzystywania Pha Khao Ma. Uczestnik nabywa praktyczne umiejętności w zakresie wykorzystania tradycyjnej chusty do rozluźniania napięć mięśniowych, poprawy mobilności oraz wspierania naturalnych procesów regeneracyjnych organizmu. Szkolenie rozwija kompetencje zawodowe masażystów, fizjoterapeutów i specjalistów odnowy biologicznej.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<b>Wiedza</b> Uczestnik zna zasady pracy z chustą Pha Khao Ma, rozumie podstawy tajskiej terapii holistycznej, mechanizmy rozluźniania napięć mięśniowych oraz znaczenie oddechu i relaksacji w pracy z ciałem.	omawia zasady terapii, wskazuje zastosowanie technik oraz opisuje ich wpływ na organizm.	Test teoretyczny
<b>Umiejętności</b> Uczestnik wykonuje techniki rozciągania i mobilizacji ciała z wykorzystaniem Pha Khao Ma w różnych pozycjach, buduje płynne sekwencje zabiegowe, stosuje techniki relaksacyjne oraz pracuje zgodnie z zasadami ergonomii i bezpieczeństwa.	poprawnie wykonuje techniki w 4 pozycjach, dobiera je do celu terapii, zachowuje płynność pracy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
<b>Kompetencje społeczne</b> Uczestnik pracuje uważnie i odpowiedzialnie z klientem, dostosowuje techniki do jego potrzeb oraz dba o komfort i bezpieczeństwo podczas terapii.	przestrzega zasad ergonomii, komunikuje się z klientem, reaguje na jego potrzeby.	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?

# Program

## Program

### Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły, jak i maty do praktyki na podłodze.

Czas trwania: 8 godzin zegarowych (w zakres godzinowy kursu są wliczane przerwy)

### Godziny kursu :

- wtorek 9-17

### Zakres tematyczny

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

### **Tematyka kursu:**

- wprowadzenie do pracy z Pha Khao Ma
- podstawowe i zaawansowane techniki rozciągania i mobilizacji ciała 4 pozycjach ułożeniowych (na plecach, na boku, na brzuchu, siedząc).
- praca z oddechem i relaksacją
- zasady ergonomii i bezpieczeństwa pracy terapeuty
- budowanie płynnych sekwencji zabiegowych

Kurs kładzie szczególny nacisk na praktykę masażu, która stanowi ok. 95% czasu szkolenia.

### **Czego się nauczysz:**

- podstaw pracy z Pha Khao Ma
- technik rozciągania i mobilizacji ciała
- metod relaksacji i redukcji stresu
- zasad bezpiecznej i efektywnej pracy z klientem
- elementów tradycyjnej tajskiej terapii w nowoczesnym ujęciu

### 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: 8

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 8</b> wprowadzenie do pracy z Pha Khao Ma	Piotr Druzgała	28-07-2026	09:00	10:00	01:00
<b>2 z 8</b> Przerwa	Piotr Druzgała	28-07-2026	10:00	10:15	00:15
<b>3 z 8</b> podstawowe i zaawansowane techniki rozciągania i mobilizacji ciała 4 pozycjach ułożeniowych (na plecach, na boku, na brzuchu, siedząc).	Piotr Druzgała	28-07-2026	10:15	11:45	01:30
<b>4 z 8</b> praca z oddechem i relaksacją	Piotr Druzgała	28-07-2026	11:45	13:15	01:30
<b>5 z 8</b> Przerwa	Piotr Druzgała	28-07-2026	13:15	13:45	00:30
<b>6 z 8</b> zasady ergonomii i bezpieczeństwa pracy terapeuty	Piotr Druzgała	28-07-2026	13:45	15:15	01:30
<b>7 z 8</b> budowanie płynnych sekwencji zabiegowych	Piotr Druzgała	28-07-2026	15:15	16:45	01:30
<b>8 z 8</b> Walidacja	-	28-07-2026	16:45	17:00	00:15

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	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>	600,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto

25,00 PLN

Koszt osobogodziny netto

25,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Piotr Druzgała

magister fizjoterapii, który od 21 lat mieszka w Tajlandii, absolwenta AWF-Kraków oraz najbardziej znanej i szanowanej szkoły tradycyjnej medycyny tajskiej WAT Pho w Bangkoku oraz pierwszego polskiego autora podręcznika do masażu tajskiego pt.: „Masaż tajski. Między jogą i fizjoterapią. Praktyczny podręcznik” oraz książki o tajskiej kulturze „Co kryje tajski uśmiech ”  
Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje:

- skrypt szkoleniowy, dyplom

### Warunki uczestnictwa

Szkolenie skierowane jest dla:

- fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy,
- studentów powyższych kierunków,
- kosmetologów, kosmetyczek
- praktycy jogi, trenerzy personalni
- Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia, lub zaświadczenia jeśli kursant jest w trakcie nauki.

### Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest w języku polskim
- Przed zapisaniem się prosimy o wcześniejszy kontakt mailowy: szkolenia@szkoleniauryzaj.pl w celu potwierdzenia miejsca na szkoleniu
- Po potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.
- Weryfikacja obecności - papierowa lista obecności - podpis uczestnika

## Adres

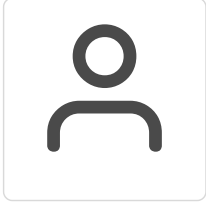
ul. Garbary 64  
61-758 Poznań  
woj. wielkopolskie

Centrum Osteopatii i Ruchu, ul. Garbary 64 Poznań

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**MARTA MICHALAK**

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

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