



Akademia Spa  
Tomasz Tomasiak

★★★★★ 4,9 / 5

1 139 ocen

## Zoga Face Integration I - Integracja Strukturalna w obrębie mięśni mimicznych, dekoltu i czepca

Numer usługi 2026/05/04/166474/3535076

📍 Sopot

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 29:00 h

📅 02.11.2026 do 04.11.2026

3 690,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

127,24 PLN brutto/h

103,45 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kategoria</b>                       | Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Grupa docelowa usługi</b>           | <p>właściciele salonów kosmetycznych i salonów masażu.</p> <p>pracownicy salonów kosmetycznych i salonów masażu</p> <p>osoby chcące się przebranżowić lub poszerzyć wiedzę na temat masażu</p> <p>Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem”</p> <p>Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery</p> <p>Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.</p> |
| <b>Minimalna liczba uczestników</b>    | 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Maksymalna liczba uczestników</b>   | 20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Data zakończenia rekrutacji</b>     | 01-11-2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Forma prowadzenia usługi</b>        | stacjonarna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Liczba godzin usługi</b>            | 29                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b> | Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

# Cel

## Cel edukacyjny

W ramach szkolenia uczestnik nabędzie kompetencje pozwalające mu na samodzielną:

- Pracą nad zrównoważeniem stawów skroniowo-żuchwowych, mięśniami skrzydłowymi, żwaczami,
- Pracą z połączeniem głowo-szyjnym przez głębokie mięśnie potyliczne, czepec ścięgniasty
- Pracą z mięśniami mimicznymi poprzez techniki mięśniowo powięziowe

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

| Efekty uczenia się                                                 | Kryteria weryfikacji                                                                                                                          | Metoda walidacji |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| WIEDZA: Charakteryzowanie podstawowych pojęć związanych z masażami | charakterystyka poszczególnych technik masażu, w tym głaskania, ugniatania, rozcierania, wibracji i oklepywania.                              | Wywiad swobodny  |
| UMIEJĘTNOŚCI: wykonywanie masażu metodą Zoga Face                  | Umiejętność rozpoznawania odpowiednich przypadków do zastosowania masażu oraz identyfikowania sytuacji, w których masaż jest przeciwwskazany. | Wywiad swobodny  |
| KOMPETENCJE SPOŁECZNE:<br>Efektywna komunikacja z klientem         | prowadzenia rozmów z klientem w celu ustalenia potrzeb i oczekiwań.                                                                           | Wywiad swobodny  |

## Kwalifikacje i kompetencje

### 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

Część Teoretyczna- Anatomia Twarzy, rozmieszczenie i budowa układów krwionośnego limfatycznego, kostnego, mięśniowego.  
Wskazania i przeciwwskazania do terapii.

Część praktyczna:

- rozluźnianie mięśniowo –powięziowe
- powięziowe mięśnie okrężne ust, dźwigacze kąć ust uwolnienie napięć w stawie skroniowo-żuchwowym.
- praca na mięśniach szyi w celu normalizacji napięcia mięśniowego i skorygowania nieprawidłowego ustawienia odcinka szyjnego.
- opracowanie mięśni podpotylicznych w celu normalizacji napięcia i wyrównania asymetrii.

Walidacja

Zakończenie

Każdy uczestnik ma indywidualne stanowisko.

Usługa realizowana w formule godzin dydaktycznych 45 min, walidacja wlicza się w liczbę godzin usługi.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 17

| Przedmiot / temat                                                                   | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 17</div> Wprowadzenie do ergonomii i higieny pracy terapeutycznej          | Tomasz Tomasik | 02-11-2026            | 10:00               | 11:30               | 01:30         |
| <div>2 z 17</div> Topografia struktur anatomicznych obszaru twarzy i szyi           | Tomasz Tomasik | 02-11-2026            | 11:30               | 13:00               | 01:30         |
| <div>3 z 17</div> Praktyczna mapa mięśniowo-powięziowa oraz kwalifikacja do zabiegu | Tomasz Tomasik | 02-11-2026            | 13:00               | 14:15               | 01:15         |
| <div>4 z 17</div> Diagnostyka dysfunkcji stawów skroniowo-żuchwowych (SSŻ)          | Tomasz Tomasik | 02-11-2026            | 14:15               | 15:30               | 01:15         |

| Przedmiot / temat                                                                                                                                                                                         | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>5 z 17</b> Techniki uwalniania napięć mięśni żwaczy i skrzydłowych                                                                                                                                     | Tomasz Tomasik | 02-11-2026            | 15:30               | 17:00               | 01:30         |
| <b>6 z 17</b> Protokół pracy z napięciami żuchwy                                                                                                                                                          | Tomasz Tomasik | 02-11-2026            | 17:00               | 18:00               | 01:00         |
| <b>7 z 17</b> Biomechanika połączenia głowo-szyjnego                                                                                                                                                      | Tomasz Tomasik | 03-11-2026            | 09:00               | 10:15               | 01:15         |
| <b>8 z 17</b> Mobilizacja czepca ścięgnistego                                                                                                                                                             | Tomasz Tomasik | 03-11-2026            | 10:15               | 11:30               | 01:15         |
| <b>9 z 17</b> Normalizacja odcinka szyjnego w procesie liftingującym<br>Praca na powięzi powierzchniowej i głębokiej szyi, przywracanie prawidłowej długości tkanek i dekompresja struktur szyjno-głowych | Tomasz Tomasik | 03-11-2026            | 11:30               | 13:15               | 01:45         |
| <b>10 z 17</b> Koncepcja tensegracji i właściwości powięzi                                                                                                                                                | Tomasz Tomasik | 03-11-2026            | 13:15               | 14:30               | 01:15         |
| <b>11 z 17</b> Wektory napięć mięśni mimicznych a procesy starzenia                                                                                                                                       | Tomasz Tomasik | 03-11-2026            | 14:30               | 15:45               | 01:15         |
| <b>12 z 17</b> Techniki mięśniowo-powięziowe i sekwencja liftingująca                                                                                                                                     | Tomasz Tomasik | 03-11-2026            | 15:45               | 17:00               | 01:15         |

| Przedmiot / temat                                                             | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>13 z 17</b> Fizjologia układu chłonnego i mikrokrążenia tkankowego         | Tomasz Tomasik | 04-11-2026            | 09:00               | 10:15               | 01:15         |
| <b>14 z 17</b> Metodyka manualnego drenażu limfatycznego                      | Tomasz Tomasik | 04-11-2026            | 10:15               | 11:45               | 01:30         |
| <b>15 z 17</b> Procedura domknięcia terapii i uzyskiwania efektu świeżości    | Tomasz Tomasik | 04-11-2026            | 11:45               | 13:15               | 01:30         |
| <b>16 z 17</b> Gabinetowy trening pełnego protokołu i analiza postawy klienta | Tomasz Tomasik | 04-11-2026            | 13:15               | 14:30               | 01:15         |
| <b>17 z 17</b> Walidacja                                                      | Tomasz Tomasik | 04-11-2026            | 14:30               | 14:45               | 00:15         |

## Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

## Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 3 690,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 3 000,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 127,24 PLN   |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Tomasz Tomasik

Specjalista masaży Spa, autor programów i technik masaży dla obiektów Spa, założyciel szkoły masażu Akademia Spa. Członek klubu „Ludzie Masażu”. Autor publikacji dla magazynu Beauty Inspiration z zakresu Japońskich technik masażu oraz Roli Terapeutów Spa. Jako pierwszy wprowadził masaż Kobido na rynek Polski w 2018 roku. Akademia Spa ma wyłączność na szkolenia z zakresu Hadado. Szkolenia z Zakresu Hadado od 2021 do- teraz. Trener aktywnie działający w branży w ciągu ostatnich 5 lat

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

skrypt szkoleniowy

### Informacje dodatkowe

ZAWARTO UMOWĘ Z WUP KRAKÓW NA ROZLICZANIE USŁUG Z WYKORZYSTANIEM ELEKTRONICZNYCH BONÓW SZKOLENIOWYCH W RAMACH PROJEKTU NOWY START W MAŁOPOLSCE Z EURES-em i Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój.

SZKOLENIE ROZLICZANE JEST W RAMACH PRZYZNANYCH BONÓW.

Usługa będzie zwolniona z VAT, w przypadku gdy uczestnik posiada dofinansowanie na poziomie minimum 70%.

## Adres

al. Wojska Polskiego 1  
81-769 Sopot  
woj. pomorskie

## Kontakt



### Aleksandra Brukiewa

**E-mail** [info@akademia-spa.pl](mailto:info@akademia-spa.pl)

**Telefon** (+48) 889 109 396