



ACADEMICO  
SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

31 ocen

**FACE & BODY PRO – zaawansowane szkolenie z masażu twarzy i ciała obejmujące techniki Anti-Aging, masaż liftingujący, drenaż limfatyczny, modelowanie i wyszczuplanie sylwetki oraz masaż antycellulitowy.**

Numer usługi 2026/05/05/177990/3538387

📍 Rzeszów

🏠 Usługa szkoleniowa

🏢 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 24:00 h

📅 31.07.2026 do 02.08.2026

**8 856,00 PLN** brutto

7 200,00 PLN netto

369,00 PLN brutto/h

300,00 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

**Grupa docelowa usługi**

Szkolenie skierowane jest do osób pracujących lub planujących pracę w branży beauty, wellness, masażu, kosmetologii i fizjoterapii, które chcą poszerzyć swoje kompetencje o zaawansowane techniki masażu twarzy i ciała. Usługa dedykowana jest szczególnie kosmetologom, masażyście, fizjoterapeutom, technikom usług kosmetycznych oraz osobom prowadzącym lub planującym prowadzenie działalności w zakresie usług manualnych, terapii anti-aging, drenażu limfatycznego, modelowania sylwetki i zabiegów antycellulitowych. Szkolenie będzie odpowiednie także dla osób, które chcą wprowadzić do swojej oferty kompleksowe zabiegi premium łączące pracę z twarzą i ciałem oraz nauczyć się dobierać techniki do indywidualnych potrzeb klienta.

**Minimalna liczba uczestników**

2

**Maksymalna liczba uczestników**

12

**Data zakończenia rekrutacji**

30-07-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Podstawa uzyskania wpisu do BUR**

Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

# Cel

## Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje uczestnika do samodzielnego wykonywania zaawansowanych zabiegów manualnych twarzy i ciała, obejmujących masaże Kobido, limfomodelingu oraz techniki antycellulitowe Cellubuster. Uczestnik nauczy się diagnozować stan tkanek, dobierać techniki manualne i narzędziowe, planować terapię oraz oceniać efekty zabiegów.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<b>Wiedza:</b> Uczestnik charakteryzuje zasady wykonywania zaawansowanych zabiegów manualnych twarzy i ciała.	Omawia cele i przebieg masażu Kobido, limfomodelingu oraz technik antycellulitowych.	Test teoretyczny
	Charakteryzuje działanie technik liftingujących, drenujących, powięziowych i modelujących.	Test teoretyczny
	Wskazuje wskazania do wykonania masażu Kobido, limfomodelingu i zabiegów antycellulitowych.	Test teoretyczny
	Rozpoznaje przeciwwskazania do wykonania zabiegu.	Test teoretyczny
	Omawia zasady higieny, ergonomii pracy i przygotowania stanowiska.	Test teoretyczny
<b>Wiedza:</b> Uczestnik rozróżnia wskazania, przeciwwskazania oraz zasady bezpieczeństwa w pracy zabiegowej.	Stosuje techniki rozluźniania napięć w obrębie twarzoczaszki, w tym mięśni żwaczy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta do zabiegu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje techniki liftingujące, drenujące i powięziowe twarzy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
<b>Umiejętności:</b> Uczestnik wykonuje zaawansowane techniki masażu twarzy Kobido.	Dobiera techniki manualne i narzędziowe do potrzeb klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje drenaż limfatyczny oraz techniki wspierające redukcję obrzęków.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje techniki antycellulitowe z wykorzystaniem bańki chińskiej, rollerów lub narzędzi drewnianych.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Kompetencje społeczne: Uczestnik organizuje pracę z klientem w sposób bezpieczny, etyczny i dostosowany do jego potrzeb.	Przeprowadza wywiad z klientem przed rozpoczęciem zabiegu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Komunikuje klientowi przebieg zabiegu, możliwe odczucia i zalecenia pozabiegowe.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dostosowuje intensywność pracy do reakcji, komfortu i potrzeb klienta.	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

#### f Warunki osiągnięcia celu:

Osiągnięcie celu edukacyjnego jest możliwe pod warunkiem aktywnego udziału uczestnika w zajęciach teoretycznych i praktycznych, wykonywania ćwiczeń pod nadzorem trenera oraz uczestnictwa w procesie walidacji efektów uczenia się. Szkolenie dedykowane jest osobom z branży beauty, wellness, masażu, kosmetykologii i fizjoterapii oraz osobom planującym rozwój w zakresie usług manualnych. Uczestnik powinien być gotowy do pracy praktycznej z modelkami, analizy potrzeb klienta oraz stosowania technik masażu twarzy i ciała zgodnie z zasadami bezpieczeństwa, higieny i ergonomii pracy. Osiągnięcie celu zostanie potwierdzone poprzez test wiedzy oraz obserwację w warunkach symulowanych.

#### Zakres tematyczny:

Szkolenie obejmuje 24 godzin zegarowych, w tym 2 godziny i 30 minut części teoretycznej oraz 17 godzin części praktycznej. Walidacja 1,5 h i łącznie przerwy 3h.

#### Warunki organizacyjne

- **Forma prowadzenia:** szkolenie stacjonarne
  - **Czas trwania:** Szkolenie obejmuje 24 godziny zegarowe ( w tym 1,5 h walidacja, 3h łącznie przerw- 2x po 15 minut i 1x po 30 minut na każdy dzień szkolenia)
  - **Walidacja: test teoretyczny** na zakończenie uczestnicy przystępują do walidacji w formie testu teoretycznego ( 20 minut) i egzaminu praktycznego (obserwacja pracy z modelką przez instruktora)

### Masaż twarzy Kobido (dzień 1)

Zaawansowany manualny lifting twarzy oparty na technikach Kobido, wzbogacony o:

- techniki liftingujące i drenujące,
- masaż powięzi twarzy,
- praca z napięciami w obrębie twarzoczaszki,
- elementy terapii wspierające redukcję bruksizmu (rozluźnianie mięśni żwaczy),
- **techniki liftingu neuro-mięśniowego twarzy,**
- poprawa owalu twarzy i napięcia skóry.

### Limfomodeling ciała (dzień 2)

Połączenie drenażu limfatycznego i technik modelujących i wyszczuplających sylwetkę:

- usprawnienie przepływu limfy,
- redukcja obrzęków i zastojów,
- modelowanie brzucha, ud i pośladków,
- poprawa napięcia i elastyczności skóry,
- techniki powięziowe i relaksacyjne.

### Cellubuster (dzień 3)

Zaawansowane techniki antycellulitowe i body shaping:

- praca manualna i narzędziowa (bańka chińska, narzędzia drewniane, rollery),
- redukcja cellulitu i tkanki tłuszczowej,
- poprawa mikrokrążenia,
- techniki powięziowe i drenażowe,
- łączenie metod w kompleksowe terapie modelujące.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 30 Wprowadzenie do szkolenia, omówienie efektów uczenia się	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	31-07-2026	10:00	10:30	00:30
2 z 30 Przygotowanie stanowiska pracy i wywiad z klientem	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	31-07-2026	10:30	11:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 30</b> Techniki liftingujące – praktyka	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	31-07-2026	11:30	12:15	00:45
<b>4 z 30</b> -	Przerwa	-	31-07-2026	12:15	12:30	00:15
<b>5 z 30</b> Techniki neuro-mięśniowe twarzy	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	31-07-2026	12:30	13:30	01:00
<b>6 z 30</b> -	Przerwa	-	31-07-2026	13:30	14:00	00:30
<b>7 z 30</b> Techniki drenujące i masaż powięzi	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	31-07-2026	14:00	15:00	01:00
<b>8 z 30</b> -	Przerwa	-	31-07-2026	15:00	15:15	00:15
<b>9 z 30</b> Praca z napięciami twarzoczaszki, mięśnie żwaczy	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	31-07-2026	15:15	16:30	01:15
<b>10 z 30</b> Pełna procedura masażu Kobido – praktyka	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	31-07-2026	16:30	18:00	01:30
<b>11 z 30</b> Wprowadzenie, wskazania i przeciwwskazania	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	01-08-2026	10:00	10:30	00:30
<b>12 z 30</b> Drenaż limfatyczny – techniki	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	01-08-2026	10:30	11:30	01:00
<b>13 z 30</b> Usprawnianie przepływu limfy – praktyka	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	01-08-2026	11:30	12:15	00:45
<b>14 z 30</b> -	Przerwa	-	01-08-2026	12:15	12:30	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>15 z 30</b> Redukcja obrzęków i zastojów	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	01-08-2026	12:30	13:30	01:00
<b>16 z 30</b> -	Przerwa	-	01-08-2026	13:30	14:00	00:30
<b>17 z 30</b> Modelowanie sylwetki (brzuch, uda, pośladki)	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	01-08-2026	14:00	15:00	01:00
<b>18 z 30</b> -	Przerwa	-	01-08-2026	15:00	15:15	00:15
<b>19 z 30</b> Techniki powięziowe i poprawa napięcia skóry	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	01-08-2026	15:15	16:30	01:15
<b>20 z 30</b> Dobór technik do klienta – praktyka	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	01-08-2026	16:30	18:00	01:30
<b>21 z 30</b> Wprowadzenie do terapii antycellulitowych	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	02-08-2026	10:00	10:30	00:30
<b>22 z 30</b> Techniki manualne antycellulitowe	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	02-08-2026	10:30	11:30	01:00
<b>23 z 30</b> Techniki narzędziowe (bańka, rollery)	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	02-08-2026	11:30	12:15	00:45
<b>24 z 30</b> -	Przerwa	-	02-08-2026	12:15	12:30	00:15
<b>25 z 30</b> Redukcja cellulitu i poprawa mikrokrążenia	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	02-08-2026	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
26 z 30 -	Przerwa	-	02-08-2026	13:30	14:00	00:30
27 z 30 Łączenie technik w terapię modelującą	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	02-08-2026	14:00	15:00	01:00
28 z 30 -	Przerwa	-	02-08-2026	15:00	15:15	00:15
29 z 30 Pełna procedura zabiegowa – praktyka	Zajęcia	Bartłomiej Detkiewicz	02-08-2026	15:15	16:30	01:15
30 z 30 -	Walidacja	-	02-08-2026	16:30	18:00	01:30

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	24:00
w tym suma godzin zajęć	19:30
w tym suma godzin walidacji	01:30
w tym suma przerw	03:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	28:00

## 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	8 856,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	7 200,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto	369,00 PLN
---------------------------	------------

Koszt osobogodziny netto	300,00 PLN
--------------------------	------------

## Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
---------------	---------------

Liczba godzin zegarowych usługi	24:00
---------------------------------	-------

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Bartłomiej Detkiewicz

Wszystkie moduły szkolenia prowadzi Bartłomiej Detkiewicz – doświadczony masażysta i praktyk z wieloletnim stażem, specjalizujący się w masażach terapeutycznych, estetycznych i orientalnych. Jest absolwentem ponad 150 specjalistycznych szkoleń z zakresu różnych technik masażu, zarówno klasycznych, jak i nowoczesnych, co czyni go jednym z najbardziej wszechstronnych instruktorów w regionie.

Na co dzień prowadzi własny gabinet masażu w Rzeszowie, gdzie łączy wiedzę praktyczną z indywidualnym podejściem do klienta i pracy z ciałem. Jego szkolenia charakteryzuje wysoka jakość merytoryczna, zaangażowanie oraz umiejętność przekazywania wiedzy w sposób prosty, logiczny i zrozumiały – nawet dla osób początkujących.

Podczas zajęć kładzie szczególny nacisk na praktykę oraz realne zastosowanie technik w codziennej pracy zawodowej.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymają dostęp do materiałów dydaktycznych bezpośrednio związanych z realizacją programu szkolenia, w tym:

- skrypt szkoleniowy obejmujący podstawowe zasady wykonywania masażu Kobido, limfomodelingu ciała oraz technik antycellulitowych typu Cellubuster,
- karty pracy i schematy sekwencji poszczególnych masażu,
- materiały pomocnicze dotyczące zasad bezpieczeństwa, higieny, ergonomii pracy oraz zaleceń pozabiegowych.

### Warunki uczestnictwa

1. **Pełnoletność** – uczestnik musi mieć ukończone 18 lat.
2. **Brak przeciwwskazań zdrowotnych** do wykonywania masażu (np. schorzenia ortopedyczne, neurologiczne, dermatologiczne).
3. **Sprawność manualna i ogólna dobra kondycja fizyczna** – umożliwiająca pracę w pozycji stojącej oraz wykonywanie technik masażu wymagających siły i precyzji.
4. **Motywacja do pracy z ciałem i w bezpośrednim kontakcie z klientem** – praca oparta na dotyku i bliskiej relacji z klientem wymaga dojrzałości i otwartości.
5. **Zgoda na udział w zajęciach praktycznych z innymi uczestnikami** oraz wykonywanie masażu na modelkach i w parach.

## Informacje dodatkowe

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Uczestnikom/-czkom projektu, kosztów dojazdu i zakwaterowania

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Wymagana frekwencja min. 80% zajęć dla osób z dofinansowaniem.

Usługa szkoleniowa jest zwolniona z VAT zgodnie z podstawą prawną: Dz.U. 2023 poz. 955

## Adres

ul. ks. Jerzego Popiełuszki 28D

35-328 Rzeszów

woj. podkarpackie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Barbara Ciepy**

**E-mail** [barbara.cieply@academico.pl](mailto:barbara.cieply@academico.pl)

**Telefon** (+48) 668 623 967