



## Masaż Klasyczny

Numer usługi 2026/05/06/8973/3542175

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

90,91 PLN brutto/h

90,91 PLN netto/h

183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

"Akademia Zdrowia"  
Izabela Łajs

★★★★★ 4,6 / 5

128 ocen

📍 Łódź

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 33:00 h

📅 30.05.2026 do 21.06.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

### Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do osób:

- planujących rozpoczęcie pracy w branży wellness i usług manualnych, chcących zdobyć podstawowe umiejętności z zakresu masażu klasycznego,
- pracowników salonów kosmetycznych, spa, gabinetów odnowy biologicznej, którzy chcą poszerzyć swoje kwalifikacje o techniki masażu,
- fizjoterapeutów, studentów fizjoterapii i kierunków medycznych, pragnących uzupełnić swoje kompetencje o praktyczne techniki masażu tkanek miękkich,
- każdej osoby zainteresowanej zdobyciem praktycznej wiedzy z zakresu masażu klasycznego, wspierającego zdrowie, relaks i profilaktykę bólu mięśniowego – niezależnie od dotychczasowego doświadczenia

**Minimalna liczba uczestników**

4

**Maksymalna liczba uczestników**

8

**Data zakończenia rekrutacji**

25-05-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**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

Szkolenie przygotowuje do samodzielnego wykonywania masażu klasycznego poprzez zapoznanie ich z technikami, anatomią oraz praktycznymi umiejętnościami niezbędnymi do skutecznego i profesjonalnego masażu. Uczestnicy zdobędą wiedzę i umiejętności niezbędne do świadczenia wysokiej jakości usług masażu.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje rodzaje masażu oraz ich zastosowanie	wskazuje rodzaje masażu oraz przyporządkowuje ich zastosowanie do potrzeb klienta	Test teoretyczny
Rozróżnia podstawowe elementy anatomii i fizjologii człowieka istotne w masażu klasycznym.	identyfikuje podstawowe układy i tkanki organizmu oraz określa ich znaczenie w masażu	Test teoretyczny
Wskazuje zasady BHP oraz organizacji stanowiska pracy masażysty	wymienia zasady bezpieczeństwa i higieny pracy oraz elementy prawidłowo przygotowanego stanowiska pracy	Test teoretyczny
Definiuje wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu klasycznego	klasyfikuje przypadki kwalifikujące i wykluczające wykonanie masażu	Test teoretyczny
Charakteryzuje techniki stosowane w masażu klasycznym oraz mechanizm działania masażu na organizm	rozróżnia techniki masażu klasycznego oraz opisuje wpływ masażu na tkanki i układy organizmu	Test teoretyczny

# 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

Po zakończeniu szkolenia Uczestnicy kursu otrzymają od nas:

1. Certyfikat ukończenia kursu
2. Zaświadczenie na druku MEN

Każdy z kursantów ma do dyspozycji stanowisko pracy, narzędzia, produkty oraz ćwiczy na modelkach pod okiem instruktora

## **Program szkolenia obejmuje:**

### **część teoretyczną:**

- • rodzaje masażu oraz ich zastosowania.
- wprowadzenie do zagadnień masażu klasycznego
- podstawy anatomii i fizjologii człowieka
- podstawowe zasady i warunki stosowania masażu
- ergonomia pracy masażysty i umiejętność obsługi urządzeń wspierających pracę masażysty
- środki wspierające masaż klasyczny
- zasady BHP i organizacja stanowiska pracy masażysty
- mechanizm działania masażu
- wpływ masażu na tkanki i układy organizmu
- wskazania i przeciwwskazania do masażu
- techniki stosowane w masażu klasycznym
- masaż klasyczny w obrębie kończyn górnych
- masaż klasyczny w obrębie kończyn dolnych
- masaż klasyczny w obrębie tułowia
- masaż klasyczny całego ciała
- umiejętność zarządzania czasem pracy i planowania wizyt pacjentów.
- znajomość podstawowych zasad pierwszej pomocy przedmedycznej

### **część praktyczną:**

- ćwiczenia na modelach

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 31

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 31</b> Organizacja szkolenia, zasady BHP, przygotowanie stanowiska pracy masażysty. Rodzaje masażu oraz ich zastosowania. - Wprowadzenie do masażu klasycznego.	Zajęcia	Marcin Kuciński	30-05-2026	09:00	11:00	02:00
<b>2 z 31</b> -	Przerwa	-	30-05-2026	11:00	11:30	00:30
<b>3 z 31</b> Podstawy anatomii i fizjologii-układ kostny i mięśniowy, układ krążenia i limfatyczny.	Zajęcia	Marcin Kuciński	30-05-2026	11:30	12:30	01:00
<b>4 z 31</b> -	Przerwa	-	30-05-2026	12:30	13:00	00:30
<b>5 z 31</b> Mechanizm działania masażu. Wpływ masażu na tkanki i układy organizmu.	Zajęcia	Marcin Kuciński	30-05-2026	13:00	14:30	01:30
<b>6 z 31</b> Wskazania i przeciwwskazania do masażu. Ergonomia pracy masażysty. Środki wspierające masaż.	Zajęcia	Marcin Kuciński	31-05-2026	09:00	10:00	01:00
<b>7 z 31</b> -	Przerwa	-	31-05-2026	10:00	10:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>8 z 31</b> Podstawowe zasady i warunki stosowania masażu klasycznego. Wprowadzenie do technik masażu klasycznego.	Zajęcia	Marcin Kuciński	31-05-2026	10:30	12:30	02:00
<b>9 z 31</b> -	Przerwa	-	31-05-2026	12:30	13:00	00:30
<b>10 z 31</b> Techniki masażu: głaskanie i rozcieranie, ugniatanie i oklepywanie.	Zajęcia	Marcin Kuciński	31-05-2026	13:00	14:30	01:30
<b>11 z 31</b> Masaż klasyczny kończyn górnych (teoria, praktyka).	Zajęcia	Marcin Kuciński	13-06-2026	09:00	11:00	02:00
<b>12 z 31</b> -	Przerwa	-	13-06-2026	11:00	11:30	00:30
<b>13 z 31</b> Masaż klasyczny kończyn dolnych (teoria, praktyka).	Zajęcia	Marcin Kuciński	13-06-2026	11:30	12:30	01:00
<b>14 z 31</b> -	Przerwa	-	13-06-2026	12:30	13:00	00:30
<b>15 z 31</b> Doskonalenie technik: głaskanie, rozcieranie, ugniatanie. Konsultacje i korekty techniki.	Zajęcia	Marcin Kuciński	13-06-2026	13:00	14:30	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>16 z 31</b> Masaż klasyczny obrębu tułowia. Masaż pleców (teoria, praktyka). Techniki łączenia poszczególnych elementów masażu.	Zajęcia	Marcin Kuciński	14-06-2026	09:00	10:30	01:30
<b>17 z 31</b> -	Przerwa	-	14-06-2026	10:30	11:00	00:30
<b>18 z 31</b> Masaż mięśni głębokich – podstawy. Prawidłowa postawa masażysty w pracy praktycznej	Zajęcia	Marcin Kuciński	14-06-2026	11:00	12:00	01:00
<b>19 z 31</b> -	Przerwa	-	14-06-2026	12:00	12:30	00:30
<b>20 z 31</b> Ćwiczenia praktyczne – korekta pozycji i technik.	Zajęcia	Marcin Kuciński	14-06-2026	12:30	14:30	02:00
<b>21 z 31</b> Dobór technik do potrzeb klienta. Zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej – podstawy.	Zajęcia	Marcin Kuciński	20-06-2026	09:00	10:30	01:30
<b>22 z 31</b> -	Przerwa	-	20-06-2026	10:30	11:00	00:30
<b>23 z 31</b> Zarządzanie czasem pracy masażysty i planowanie wizyt.	Zajęcia	Marcin Kuciński	20-06-2026	11:00	11:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
24 z 31 -	Przerwa	-	20-06-2026	11:30	12:00	00:30
25 z 31 Masaż klasyczny całego ciała (teoria, praktyka)	Zajęcia	Marcin Kuciński	20-06-2026	12:00	14:30	02:30
26 z 31 Powtórzenie głównych technik masażu klasycznego.	Zajęcia	Marcin Kuciński	21-06-2026	09:00	09:30	00:30
27 z 31 Samodzielne wykonanie masażu klasycznego.	Zajęcia	Marcin Kuciński	21-06-2026	09:30	12:00	02:30
28 z 31 -	Przerwa	-	21-06-2026	12:00	12:30	00:30
29 z 31 Ocena techniki, korekty i wskazówki instruktora. Przygotowanie do pracy z klientem, dokumentacja i etyka.	Zajęcia	Marcin Kuciński	21-06-2026	12:30	13:30	01:00
30 z 31 -	Przerwa	-	21-06-2026	13:30	14:00	00:30
31 z 31 -	Walidacja	-	21-06-2026	14:00	14:30	00:30

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	33:00
w tym suma godzin zajęć	26:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	06:00

Rodzaj godzin

Liczba godzin

Suma godzin dydaktycznych bez przerw

36:00

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	3 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	3 000,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	90,91 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	90,91 PLN

### Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	33:00

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

**Marcin Kuciński**

Szkolenie poprowadzi fizjoterapeuta z 5-cio letnim doświadczeniem pracy zawodowej i 3 letnim doświadczeniem w prowadzeniu szkoleń. 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

Skrypt szkoleniowy.

Każdy z kursantów ma do dyspozycji stanowisko pracy, narzędzia, produkty oraz ćwiczy na modelkach pod okiem instruktora

## Informacje dodatkowe

Usługa w swojej cenie zawiera koszty walidacji.

Zwolniony z VAT na podstawie ustawy VAT art. 43 ust. 1 pkt 26a.

## Adres

ul. Jana Kilińskiego 21

90-205 Łódź

woj. łódzkie

## Kontakt



**Viktoryia Anisko**

**E-mail** [viktoryia.anisko@akademia-zdrowia.pl](mailto:viktoryia.anisko@akademia-zdrowia.pl)

**Telefon** (+48) 730 726 780