



## Szkolenie masażu Kobido z kinesiotapingiem

Numer usługi 2026/05/06/16074/3542588

1 499,00 PLN brutto  
1 499,00 PLN netto  
187,38 PLN brutto/h  
187,38 PLN netto/h  
226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

ACK Anna Czarna-Kotowska

★★★★☆ 4,3 / 5

76 ocen

📍 Olsztyn

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👤 Zajęcia indywidualne

🕒 08:00 h

📅 09.07.2026 do 09.07.2026

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Styl życia / Uroda

**Grupa docelowa usługi**

Szkolenie dla każdego bez względu na doświadczenie zawodowe, kto chciałby się nauczyć umiejętności wykonywania masażu kobido z kinesiotapingiem. Nauka masażu kobido jest dla osób początkujących w dziedzinie kosmetyki czy kosmetologii lub masażach i świetnie wzbogadzi ofertę salonu kosmetycznego czy masażu o wyspecjalizowany masaż.

**Minimalna liczba uczestników**

1

**Maksymalna liczba uczestników**

1

**Data zakończenia rekrutacji**

08-07-2026

**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 dla osób chcących wprowadzić w ofertę masaż kobido, dla osób początkujących. Dzięki szkoleniu nabywa się umiejętność masowania twarzy technikami japońskimi, uczy manualnego wykonywania masażu liftingującego i drenującego twarz. Wzbogaca umiejętność również o napinania skóry przy zastosowaniu taśm kinesiotapingu.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Budowa i rozkład mięśni twarzy	Potrafi rozróżnić podstawowe mięśnie twarzy	Test teoretyczny
Masaż tkanek głębokich	Masaż tkanek głębokich w sposób rozluźniający mięśnie twarzy i szyi	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Masaż relaksujący redukujący napięcie mięśni karku	Potrafi wykonać masaż relaksacyjny, dając poczucie rozluźnienia w tym rozluźnienia napięcia mięśni karku	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Umiejętność drenażu limfatycznego	Potrafi wykonać techniki drenujące, stymulujące układ limfatyczny do usunięcia toksyn, zmniejszenia obrzęków i worków pod oczami.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Umiejętność masażu liftingującego	Potrafi wykonać szybkie, intensywne ruchy (podszczypywanie, uderzenia, wibracje), które mają za zadanie ujędrnić skórę, unieść policzki i poprawić owal twarzy.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Umiejętność wykonania akupresury	Potrafi umiejętnie stymulować konkretne punkty na twarzy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Umiejętność wyciszania (głaskanie końcowe)	Umiejętnie potrafi wyciszyć skórę po zabiegu oraz wyciszyć układ nerwowy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

## 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

Szkolenie obejmuje szeroki zakres wiedzy teoretycznej oraz praktycznej związanej z japońską techniką liftingującego masażu twarzy. Program kursu pozwala uczestnikom poznać metody pracy na tkankach głębokich, techniki relaksacyjne, drenaż limfatyczny, manualny lifting oraz elementy akupresury. Dodatkowo szkolenie zostało wzbogacone o kinesiotaping, zabiegi kosmetyczne z zakresu białej kosmetyki wykonywane w połączeniu z masażem Kobido oraz aromaterapię. Kurs przygotowuje do samodzielnego wykonywania zabiegów Kobido w gabinetach kosmetycznych oraz strefach SPA.

CZAS TRWANIA SZKOLENIA: 8 GODZIN Z CZEGO:

Część teoretyczna - 2 godz.

Część pokazowa: - 2 godz.

Ćwiczenia praktyczne - 4 godz. (w tym przerwa 1h)

Wymagana własna modelka na kursie, w przeciwnym wypadku, uczestnik uczy się na swojej twarzy lub instruktorce przy lustrze.

## 1. Cel praktyczny i wykorzystanie zdobytych umiejętności

Głównym celem szkolenia jest nie tylko opanowanie technik masażu Kobido, ale również zdobycie kompetencji umożliwiających ich zastosowanie w codziennej pracy kosmetyka, terapeuty lub masażysty. Uczestnicy uczą się indywidualnego dopasowywania technik do potrzeb klienta oraz tworzenia planów terapii liftingujących twarz i szyję.

## 2. Konsultacja i analiza potrzeb klienta

Program kursu obejmuje również naukę przeprowadzania profesjonalnego wywiadu kosmetycznego. Uczestnicy poznają zasady analizy rodzaju skóry, napięcia mięśni twarzy oraz doboru odpowiednich produktów i technik zabiegowych zgodnie z potrzebami klienta.

## 3. Organizacja pracy i elementy przedsiębiorczości

W ramach szkolenia realizowany jest także moduł dotyczący prowadzenia usług kosmetycznych. Kursanci zdobywają wiedzę z zakresu organizacji stanowiska pracy, wyceny zabiegów, komunikacji z klientem oraz tworzenia atrakcyjnej oferty usługowej dla gabinetów kosmetycznych i SPA.

## 4. Higiena i bezpieczeństwo pracy

Podczas zajęć omawiane są zasady bezpieczeństwa i higieny pracy, w tym procedury dezynfekcji, aseptyki oraz ergonomii. Wiedza ta pozwala wykonywać zabiegi w sposób bezpieczny zarówno dla klienta, jak i terapeuty.

## 5. Nowoczesne rozwiązania i łączenie metod

Program szkolenia uwzględnia połączenie masażu Kobido z nowoczesnymi metodami wspomagającymi, takimi jak:

- bioestetyczny kinesiotaping,
- zabiegi kosmetyczne wykonywane razem z masażem,
- aromaterapia z wykorzystaniem naturalnych olejków eterycznych

## 6. Efekty ukończenia kursu

Po ukończeniu szkolenia uczestnicy są przygotowani do samodzielnego wykonywania pełnego rytuału Kobido Face ART oraz wdrożenia tej usługi do swojej oferty zawodowej. Po pozytywnym zaliczeniu części praktycznej każdy uczestnik otrzymuje certyfikat oraz zaświadczenie potwierdzające zdobyte kwalifikacje.

## Metodyka szkolenia

- część pokazowa – prezentacja technik masażu wykonywana przez instruktora na modelkach,
- część praktyczna – ćwiczenia w parach oraz wykonywanie zabiegów pod nadzorem instruktora.

# Część teoretyczna

Zakres części teoretycznej obejmuje:

- historię i charakterystykę japońskiego masażu
- podstawy anatomii oraz fizjologii twarzy,
- wskazania i przeciwwskazania do zabiegu,
- organizację stanowiska pracy i przygotowanie miejsca zabiegowego,
- dokumentację i formularz zgody klienta,
- przeprowadzanie wywiadu oraz dobór odpowiednich technik i serii zabiegowych,
- etapy masażu: praca na tkankach głębokich, relaksacja, drenaż limfatyczny, lifting i akupresura,
- zasady higieny i bezpieczeństwa,
- pielęgnację z wykorzystaniem kosmetyków aromaterapeutycznych,
- kinesiotaping bioestetyczny twarzy i szyi:
  1. historia metody,
  2. mechanizm działania,
  3. wskazania i przeciwwskazania,
  4. zasady bezpieczeństwa,
  5. rodzaje taśm i sposoby aplikacji,
- aromaterapię z wykorzystaniem olejków.

# Część pokazowa

- prezentacja technik masażu wykonywana na modelkach.

# Część praktyczna

Ćwiczenia praktyczne realizowane są w parach oraz na modelkach pod okiem instruktora i obejmują:

- przygotowanie skóry oraz demakijaż z użyciem ciepłego ręcznika i kosmetyków przeznaczonych do masażu Kobido,
- masaż tkanek głębokich,
- zaawansowane techniki rozluźniające i relaksacyjne obejmujące ramiona, szyję, barki, dekolt oraz głowę,
- drenaż limfatyczny,
- techniki liftingujące,
- elementy akupresury,
- zakończenie zabiegu aplikacją taśm do kinesiotapingu bioestetycznego,
- naukę automasażu twarzy inspirowanego technikami Kobido.

# Walidacja i organizacja szkolenia

- usługa realizowana jest w godzinach zegarowych,
- czas walidacji jest wliczany do liczby godzin szkoleniowych,

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 9

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<span>1 z 9</span> Procedury bhp i higieniczno-sanitarne	Zajęcia	Magdalena Mazur	09-07-2026	09:00	09:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>2 z 9</b> Część teoretyczna: budowa mięśni twarzy	Zajęcia	Magdalena Mazur	09-07-2026	09:30	10:30	01:00
<b>3 z 9</b> Nauka pokazowa 1 etap i ćwiczenia na modelce	Zajęcia	Magdalena Mazur	09-07-2026	10:30	11:30	01:00
<b>4 z 9</b> Nauka pokazowa 2 etap i ćwiczenia na modelce	Zajęcia	Magdalena Mazur	09-07-2026	11:30	12:30	01:00
<b>5 z 9</b> Nauka pokazowa 3 etap i ćwiczenia na modelce	Zajęcia	Magdalena Mazur	09-07-2026	12:30	13:30	01:00
<b>6 z 9</b> -	Przerwa	-	09-07-2026	13:30	14:30	01:00
<b>7 z 9</b> Nauka pokazowa 4 etap i ćwiczenia na modelce	Zajęcia	Magdalena Mazur	09-07-2026	14:30	15:30	01:00
<b>8 z 9</b> Nauka pokazowa 5 etap i ćwiczenia na modelce	Zajęcia	Magdalena Mazur	09-07-2026	15:30	16:30	01:00
<b>9 z 9</b> -	Walidacja	-	09-07-2026	16:30	17:00	00:30

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	08:00
w tym suma godzin zajęć	06:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	01:00

Rodzaj godzin

Liczba godzin

Suma godzin dydaktycznych bez przerw

09:15

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	1 499,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	1 499,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	187,38 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	187,38 PLN

### Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	08:00

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

### Karolina Stodolna

specjalista w dziedzinie szkoleniowej ze stylizacji paznokci i rzęs.

Posiada wieloletnie doświadczenie w branży na co dzień prowadząc szkolenia, ale jednocześnie świadcząc przy tym również usługi stylizacji paznokci i rzęs.

Specjalizuje się w tematyce paznokci i rzęs dzięki czemu robi to dobrze, zna ten fach od podszewki i nic ją nie zaskoczy. Działa u Nas od 2011 roku, a jej umiejętności potwierdzają liczne certyfikaty, w tym m.in. certyfikaty szkoleniowca Maxim Nails, Indigo Nails, Secret Lashes oraz wiele innych. Posiada w portfolio olbrzymią ilość przeprowadzonych jakościowo kursów. Posiada wiele referencji polecających od Urzędów Pracy, ośrodków szkoleniowych z którymi współpracuje oraz innych placówek oświatowych i samorządowych.

Specjalizuje się w dziedzinie paznokci i rzęs od lat. Wiedza przekazywana przez nią jest

uporządkowana, zweryfikowana i przede wszystkim niezależna. Nie poleca kursantom produktów, które nie są dobre lub nie są przez nas sprawdzone.



2 z 2

## Magdalena Mazur

Specjalistka od masaży. Pracuje jako masażystka w gabinecie kosmetycznym od 6 lat. Na co dzień świadczy usługi masaży liftingujących, drenujących, kobido, korugi, tajski, gua-sha, fizjotaping i inne związane z twarzą w formie nieinwazyjnych, konwencjonalnych technik dbania o urodę. Jest typem perfekcjonistki, oazą spokoju, niesamowicie dokładna i skrupulatna.

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Wszystkie materiały szkoleniowe zapewnia ACK Szkolenia ACK Anna Czarna-Kotowska

Każdy Uczestnik ma przygotowane indywidualne stanowisko zaopatrzone w :

materiały dydaktyczne i film e-learningowy z kursu kobido - w formie online do utrwalenia w domu.

specjalne lampy oświetleniowe

Pomieszczenie SPA dedykowane tego typu zabiegom

odpowiednie olejki

Posiadamy bogate zaplecze kosmetyczne - szkoleniowe i usługowe o łącznej powierzchni 300 m2 w tym również gabinet kosmetyczny 6 stanowiskowy, 2 duże sale szkoleniowe i bardzo dobrze wyposażone oraz pracownie sterylizacji medycznej.

Warunki uczestnictwa:

- pełnoletność

- w przypadku osoby poniżej 18 roku życia wymagamy zgody rodzica lub opiekuna

Wymagana własna modelka w przeciwnym wypadku kursant/tka będzie się uczyć na sobie.

Kurs jest przeznaczony dla osób początkujących, również dla tych, którzy nie mieli styczności do tej pory z kosmetyką.

Czas trwania kursu: 8 godzin z przerwą 1h

Zapraszamy do odwiedzenia naszego fanpage, gdzie można zobaczyć aktualności, zdjęcia, opinie kursantek: Facebook

Na zakończenie kursu wystawiamy w cenie Zaświadczenie MEN, dzięki czemu nabywa się potwierdzenie nabycia kompetencji do zawodu. Po kursie można otworzyć gabinet lub pracować w zawodzie.

Na życzenie wystawiamy również za certyfikat w j. polskim, j. angielskim, niemieckim

Masz pytania odnośnie zapisu? Lub nie pasuje Ci termin? Postaramy się dopasować go pod Ciebie.

Zapraszamy do kontaktu nr tel: 537 955 699

## Adres

ul. Biskupa Tomasza Wilczyńskiego 23/202

10-686 Olsztyn

woj. warmińsko-mazurskie

ul. Wilczyńskiego 23, Olsztyn, DH Śliwa, 2 piętro ACK Szkolenia, sala 202A

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**Anna Czarna-Kotowska**

**E-mail** [czarnaanna@yahoo.pl](mailto:czarnaanna@yahoo.pl)

**Telefon** (+48) 537 955 699