



Szkolenie z technik masażu terapeutycznego i pracy z tkankami głębokimi (kwalifikacje)

Numer usługi 2026/05/08/45978/3546901

5 412,00 PLN brutto
4 400,00 PLN netto
338,25 PLN brutto/h
275,00 PLN netto/h
583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

ALEKSANDER
LIANA Point F

★★★★★ 4,9 / 5

1 644 oceny

📍 Katowice

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 30.05.2026 do 31.05.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do:

- osób rozpoczynających pracę w branży masażu i terapii manualnej,
- masażystów chcących poszerzyć kwalifikacje zawodowe,
- fizjoterapeutów i techników masażu,
- pracowników gabinetów odnowy biologicznej, SPA i wellness,
- trenerów personalnych oraz instruktorów sportu,
- kosmologów i kosmetyczek rozszerzających ofertę usług,

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

29-05-2026

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

Usługa przygotowuje do samodzielnego wykonywania zabiegów masażu terapeutycznego i tkanek głębokich. Uczestnik zdobywa wiedzę z anatomii, fizjologii i technik masażu oraz umiejętność diagnozowania napięć mięśniowych, prowadzenia wywiadu z pacjentem i doboru metod terapii manualnej. Rozwija ocenę efektów zabiegu oraz

dostosowanie intensywności pracy do pacjenta. Szkolenie przygotowuje do pracy zgodnej z zasadami bezpieczeństwa, higieny, ergonomii i etyki zawodowej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozróżnia struktury anatomiczne mięśni, ścięgien i więzadeł stanowiące cel masażu	Poprawnie wskazuje główne grupy mięśniowe poddawane masażowi	Test teoretyczny
	Opisuje funkcje ścięgien i więzadeł w budowie aparatu ruchu	Test teoretyczny
Wyjaśnia procesy zachodzące w tkankach podczas i po zabiegu masażu głębokich tkanek	Charakteryzuje etapy regeneracji tkanek po masażu terapeutycznym	Test teoretyczny
	Identyfikuje możliwe reakcje organizmu na intensywny masaż	Test teoretyczny
Klasyfikuje rodzaje technik masażu i wskazuje ich zastosowanie w praktyce terapeutycznej	Rozróżnia masaż klasyczny, orientalny i sportowy oraz ich cele	Test teoretyczny
	Opisuje różnice między masażem powierzchniowym a głębokim	Test teoretyczny
Charakteryzuje właściwości olejów i środków pomocniczych stosowanych w masażu	Wskazuje najczęściej stosowane oleje i ich zastosowanie dermatologiczne	Test teoretyczny
	Wymienia kryteria wyboru preparatów do określonych typów skóry	Test teoretyczny
Organizuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami ergonomii, bezpieczeństwa oraz wytycznymi higieny. Przeprowadza wywiad z pacjentem oraz uzyskuje świadomą zgodę na wykonanie zabiegu masażu.	Przygotowuje gabinet poprzez zapewnienie odpowiedniej temperatury, oświetlenia i wentylacji	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Organizuje stanowisko z czystym wyposażeniem, zmieniając pościel i dezynfekując powierzchnie pracy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Zbiera informacje o przeciwwskazaniach, dolegliwościach oraz oczekiwaniach pacjenta	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wyjaśnia pacjentowi zakres zabiegu, możliwe efekty i zalecenia pozabiegowe	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje techniki masażu, dostosowując intensywność, tempo i metodę do potrzeb pacjenta.	Dobiera odpowiednią technikę i intensywność na podstawie rodzaju tkanki i stanu pacjenta	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dostosowuje siłę ucisku oraz rytm masażu, obserwując reakcje i słuchając informacji zwrotnej pacjenta	Obserwacja w warunkach symulowanych
Ocenia napięcie mięśniowe oraz stwierdza ograniczenia ruchomości przed i po zabiegu masażu. Stosuje zasady etyki zawodowej, empatii i dyskrecji podczas kontaktu z pacjentem w gabinecie.	Przeprowadza palpację mięśni w celu określenia lokalnych napięć i punktów spustowych (trigger points)	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje testy ruchomości i obserwuje zmiany zakresu ruchu po wykonanym masażu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Okazuje empatię wobec dolegliwości pacjenta i respektuje jego prywatność podczas zabiegu Zachowuje profesjonalny dystans oraz tajemnicę pacjenta w kwestiach zdrowotnych	Obserwacja w warunkach symulowanych Obserwacja w warunkach symulowanych
Zapewnia komfort i bezpieczeństwo pacjenta poprzez jasną komunikację podczas całego zabiegu. Prezentuje wysoką kulturę osobistą i dba o profesjonalny wygląd oraz jakość świadczonych usług.	Pyta pacjenta o odczucia i natychmiast reaguje na sygnały dyskomfortu lub bólu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wyjaśnia poszczególne kroki zabiegu i szanuje granice komfortu fizycznego pacjenta Utrzymuje czystość osobistą, nosi czyste i estetyczne ubranie podczas pracy	Obserwacja w warunkach symulowanych Obserwacja w warunkach symulowanych
	Realizuje zabiegi z uwagą na szczegóły i doskonałość, unikając niedopatrzeń	Obserwacja w warunkach symulowanych
Planowo zarządza czasem pracy, realizując zabiegi w standardowym czasie z pełną jakością obsługi.	Respektuje ustalony czas sesji i wyznacza okresy na konsultację oraz odpoczynek pacjenta	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Realizuje zaplanowany zakres masażu bez pośpiechu, zachowując wysoką jakość wykonania	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://standardgccs.com/qualifications/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://icvc.eu/kwalifikacje-miedzynarodowe/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	ICVC
Nazwa Podmiotu certyfikującego	GCCS

Program

Uczestnik rozwija wiedzę z zakresu anatomii i fizjologii układu ruchu oraz uczy się praktycznego stosowania technik masażu. Program obejmuje również diagnozowanie napięć mięśniowych, prowadzenie wywiadu z pacjentem oraz dobór odpowiednich metod pracy manualnej. Uczestnik zdobywa umiejętność oceny efektów zabiegu i dostosowywania intensywności pracy do stanu pacjenta. Szkolenie przygotowuje do pracy w warunkach gabinetowych zgodnie z zasadami bezpieczeństwa, higieny, ergonomii oraz etyki zawodowej.

Szkolenie realizowane będzie głównie w formie warsztatowej. Uczestnicy będą pracować w parach przy stanowisku pracy, z dostępem do niezbędnych narzędzi i materiałów potrzebnych do wykonania zabiegów. Każda uczestniczka będzie miała możliwość zarówno wykonywania masażu, jak i odczuwania jego efektów na sobie. Taka forma pracy pozwala na lepsze zrozumienie technik zabiegowych, rozwijanie umiejętności praktycznych oraz świadome odczuwanie intensywności i komfortu wykonywanego masażu.

Sala szkoleniowa jest wyposażona w łóżka zabiegowe, lampy, preparaty do dezynfekcji, preparaty do przeprowadzenia zabiegu tj. olejki do masażu.

Usługa będzie realizowana w godzinach zegarowych. Przerwy wliczają się w czas szkolenia.

Dzień 1

Moduł 1. Wprowadzenie do masażu terapeutycznego (1h)

- organizacja szkolenia
- zasady pracy i BHP
- omówienie przebiegu kursu

Moduł 2. Anatomia aparatu ruchu (1h)

- główne grupy mięśniowe
- funkcje mięśni, ścięgien i więzadeł
- podstawy anatomii palpacyjnej

Moduł 3. Fizjologia i reakcje organizmu 1h)

- reakcje tkanek na masaż głęboki
- procesy regeneracji
- wskazania i przeciwwskazania

Moduł 4. Organizacja stanowiska pracy (0,5h)

- ergonomia pracy terapeuty

- przygotowanie gabinetu
- higiena i dezynfekcja

Moduł 5. Techniki masażu klasycznego i wprowadzenie do głębokiego (1h)

- techniki podstawowe
- praca na tkankach powierzchniowych
- wprowadzenie do pracy głębokiej
- kontrola nacisku i tempa

Moduł 6. Praktyka – ćwiczenia w parach (2,5h)

- podstawowe chwyt
- korekta techniki

Dzień 2

Moduł 7. Wywiad z pacjentem i komunikacja (1h)

- zbieranie wywiadu
- przeciwwskazania
- świadoma zgoda pacjenta
- komunikacja w trakcie zabiegu

Moduł 8. Masaż tkanek głębokich – techniki zaawansowane (2h)

- praca na tkankach głębokich
- uwalnianie napięć mięśniowych
- praca na punktach spustowych
- dostosowanie intensywności

Moduł 9. Diagnostyka palpacyjna (1h)

- ocena napięcia mięśni
- lokalizacja punktów spustowych
- testy ruchomości

Moduł 10. Pełna sesja masażu terapeutycznego (2h)

- wykonanie pełnego zabiegu
- obserwacja reakcji pacjenta
- korekta pracy

Moduł 11. Walidacja (test teoretyczny + obserwacja w warunkach symulowanych) (1h)

Walidacja efektów uczenia się odbywa się na zakończenie szkolenia i obejmuje:

- test wiedzy teoretycznej
- obserwacja w warunkach symulowanych

Walidacja prowadzona jest przez podmiot zewnętrzny - co zapewnia obiektywność i bezstronność oceny. Proces walidacji realizowany jest w formie testu teoretycznego oraz obserwacji uczestnika w warunkach symulowanych. Wyniki walidacji ogłaszane są bezpośrednio po zakończeniu szkolenia. Wyniki walidacji ogłaszane są bezpośrednio po zakończeniu szkolenia.

Po ukończeniu szkolenia oraz pozytywnym przejściu procesu walidacji uczestnik otrzymuje kwalifikację zawodową: **Specjalista Masażu (GCCS-HEA-002)**, potwierdzającą zdobycie wiedzy teoretycznej oraz umiejętności praktycznych w zakresie wykonywania profesjonalnych technik masażu.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 15 Moduł 1. Wprowadzenie do masażu terapeutycznego	Zajęcia	Karina Kowalczyk	30-05-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 15 Moduł 2. Anatomia aparatu ruchu (Zajęcia	Karina Kowalczyk	30-05-2026	10:00	11:00	01:00
3 z 15 Moduł 3. Fizjologia i reakcje organizmu	Zajęcia	Karina Kowalczyk	30-05-2026	11:00	12:00	01:00
4 z 15 -	Przerwa	-	30-05-2026	12:00	12:30	00:30
5 z 15 Moduł 4. Organizacja stanowiska pracy	Zajęcia	Karina Kowalczyk	30-05-2026	12:30	13:00	00:30
6 z 15 Moduł 5. Techniki masażu klasycznego i wprowadzenie do głębokiego	Zajęcia	Karina Kowalczyk	30-05-2026	13:00	14:00	01:00
7 z 15 -	Przerwa	-	30-05-2026	14:00	14:30	00:30
8 z 15 Moduł 6. Praktyka – ćwiczenia w parach	Zajęcia	Karina Kowalczyk	30-05-2026	14:30	17:00	02:30
9 z 15 Moduł 7. Wywiad z pacjentem i komunikacja	Zajęcia	Karina Kowalczyk	31-05-2026	09:00	10:00	01:00
10 z 15 Moduł 8. Masaż tkanek głębokich – techniki zaawansowane	Zajęcia	Karina Kowalczyk	31-05-2026	10:00	12:00	02:00
11 z 15 -	Przerwa	-	31-05-2026	12:00	12:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 15 Moduł 9. Diagnostyka palpacyjna	Zajęcia	Karina Kowalczyk	31-05-2026	12:30	13:30	01:00
13 z 15 Moduł 10. Pełna sesja masażu terapeutycznego	Zajęcia	Karina Kowalczyk	31-05-2026	13:30	15:30	02:00
14 z 15 -	Przerwa	-	31-05-2026	15:30	16:00	00:30
15 z 15 -	Walidacja	-	31-05-2026	16:00	17:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

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	5 412,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	338,25 PLN

Koszt osobogodziny netto	275,00 PLN
W tym koszt walidacji brutto	984,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	800,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	492,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	400,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Karina Kowalczyk

Stanowisko: Kosmetolog, trener Doświadczenie zawodowe:

- Trener / Szkoleniowiec, KRX Polska (2024 – obecnie)
- Menadżer / Kosmetolog, WW Grupa (2023 – 2024)
- Beauty Consultant, Notino (2022 – 2023)
- Trener Marki / Kosmetolog, BIO-KOSMETYKA Babor (2022)
- Dermokonsultantka, La Roche-Posay, CeraVe, Vichy (2020 – 2022) Ukończone szkolenia:
- 2025r. - ukończone szkolenie z "Zielone kompetencje w Bazie Usług Rozwojowych"
- 2025r. – Szkolenie Japoński Masaż Kobido
- 2025r. – Kurs Trenerski Japoński Masaż Kobido

Prowadzący posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR. Prowadząca szkolenie jest kosmologiem i trenerem z doświadczeniem w pracy gabinetowej oraz szkoleniowej w obszarze masażu i terapii manualnej. Specjalizuje się w technikach masażu terapeutycznego, w tym masażu tkanek głębokich, anatomii palpacyjnej oraz pracy z napięciami mięśniowymi. Łączy wiedzę teoretyczną z praktyką, kładąc nacisk na bezpieczeństwo, ergonomię pracy i skuteczne techniki manualne. Posiada doświadczenie w prowadzeniu szkoleń, warsztatów i konsultacji dla specjalistów branży beauty i wellness, wspierając ich rozwój zawodowy oraz doskonalenie umiejętności praktycznych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Po ukończeniu szkolenia każdy Uczestnik otrzyma komplet profesjonalnych materiałów dydaktycznych w formie skryptu szkoleniowego w formacie A4. Skrypt ten stanowi starannie opracowane kompendium wiedzy, obejmujące wszystkie zagadnienia omawiane podczas zajęć teoretycznych i praktycznych.

Informacje dodatkowe

- Warunkiem uzyskania zaświadczenia o ukończeniu usługi rozwojowej jest uczestnictwo w minimum 80% zajęć.
- Karta niniejszej usługi rozwojowej została opracowana zgodnie z aktualnym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych.

Informacja o zwolnieniu z VAT:

Usługa zwolniona z VAT na podstawie: §3, ust. 1, pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r.

Informacja o zgodzie na monitoring:

Przystępując do usługi, uczestnik wyraża zgodę na rejestrowanie oraz nagrywanie swojego wizerunku na potrzeby monitoringu, kontroli jakości usługi oraz dokumentowania efektów uczenia się.

Adres

ul. Francuska 186
40-507 Katowice
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Magdalena Klemens

E-mail magdalena@akademia-ep.pl

Telefon (+48) 739 506 731