



Szkolenie: Masaż Tkanek Głębokich

Numer usługi 2026/05/08/178006/3547904

2 600,00 PLN brutto
2 600,00 PLN netto
54,17 PLN brutto/h
54,17 PLN netto/h
162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

CENTRUM
ZDROWIA GARBARY
64 SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIA

★★★★★ 4,8 / 5

219 ocen

📍 Wrocław
🏠 Usługa szkoleniowa
📄 stacjonarna
👥 Zajęcia grupowe
🕒 48:00 h
📅 22.05.2026 do 14.06.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest dla:

- fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy,
- studentów powyższych kierunków,

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

3

Data zakończenia rekrutacji

21-05-2026

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 pracy z ciałem w sposób celowy, świadomy i nieschematyczny. Uczestnicy kursu Masaż Tkanek Głębokich uczą się oceny postawy, planowania terapii oraz doboru technik pozwalających eliminować przyczyny dolegliwości bólowych. Szkolenie obejmuje wiedzę z zakresu anatomii palpacyjnej i funkcjonalnej oraz liczne ćwiczenia

praktyczne prowadzone pod okiem instruktora. Dzięki temu uczestnicy zdobywają kompetencje niezbędne do skutecznej pracy z pacjentami i otrzymują certyfikat potwi

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>WIEDZA Zna zasady i filozofię Masażu Tkanek Głębokich. Rozumie anatomie funkcjonalną i palpacyjną układu mięśniowo-powięziowo-więzadłowego. Potrafi analizować zależności między strukturami ciała i ich wpływ na dolegliwości pacjenta. Zna strategie pracy terapeutycznej oraz planowania sesji terapeutycznych.</p>	<p>Lokalizuje struktury anatomiczne kluczowe dla wykonania technik Masażu Tkanek Głębokich. Omawia zasady bezpiecznej i ergonomicznej pracy terapeuty, uwzględniając higienę i komfort pacjenta. Charakteryzuje wskazania oraz przeciwwskazania do stosowania masażu tkanek głębokich, uwzględniając możliwe reakcje organizmu. Analizuje biomechaniczne zależności między strukturami ciała a dolegliwościami pacjenta.</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>UMIEJĘTNOŚCI Wykonuje ocenę wizualną i funkcjonalną ciała pacjenta (bodyreading). Stosuje techniki masażu tkanek głębokich zgodnie z zasadami ergonomii pracy terapeuty. Dobiera odpowiednie narzędzia i strategie terapii w zależności od diagnozy pacjenta. Samodzielnie planuje i przeprowadza sesje terapeutyczne oraz monitoruje postępy pacjenta.</p>	<p>Wykonuje techniki Masażu Tkanek Głębokich zgodnie z zasadami biomechaniki oraz warstwowości tkanek. Dobiera odpowiednie techniki w zależności od diagnozy funkcjonalnej pacjenta. Oceni postawę oraz wzorce ruchowe pacjenta, identyfikując obszary napięć i restrykcji. Przeprowadza ocenę wizualną i palpacyjną struktur mięśniowo-powięziowych, uwzględniając ich funkcjonalność. Dostosowuje siłę nacisku oraz sposób pracy do indywidualnych potrzeb pacjenta. Planuje strategię terapeutyczną, uwzględniając długoterminowe efekty terapii.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>KOMPETENCJE SPOŁECZNE Potrafi nawiązać profesjonalną relację terapeuta-pacjent opartą na empatii i komunikacji. Dostosowuje sposób pracy do indywidualnych potrzeb pacjenta. Pracuje zgodnie z zasadami etyki zawodowej i dba o komfort pacjenta. Potrafi współpracować z innymi specjalistami w zakresie terapii manualnej.</p>	<p>Komunikuje się w sposób empatyczny i profesjonalny, budując relację terapeuta-pacjent. Wyjaśnia pacjentowi cel i przebieg terapii, dostosowując język do jego poziomu wiedzy. Respektuje granice pacjenta, dbając o jego komfort i poczucie bezpieczeństwa. Pracuje zgodnie z zasadami etyki zawodowej, kierując się dobrem pacjenta. Współpracuje z innymi specjalistami (np. fizjoterapeutami, lekarzami), rozumiejąc interdyscyplinarne podejście do terapii.</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

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

Program

Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły.

Zajęcia praktyczne odbywają się głównie na stołach rehabilitacyjnych, na jeden stół przypadają 2 osoby. Jeśli będzie nieparzysta liczba osób to będzie jedna trójka przy stole. Kursanci wykonują techniki na sobie nawzajem. Każdy uczestnik ma możliwość przećwiczenia każdej z technik. Cały sprzęt wykorzystywany do realizacji szkolenia zapewniony jest przez instytucję. W trakcie trwania szkolenia jest ogólnodostępny dla kursantów.

Czas trwania: 48 godzin zegarowych (w zakres godzinowy kursu są wliczone przerwy)

Godziny kursu :

termin części pierwszej 22-24 maja 2026

- piątek - 10-18
- sobota - 10-18
- niedziela- 9-17

termin części drugiej 12-14 czerwca 2026

- piątek - 10-18
- sobota - 10-18
- niedziela- 9-17

Zakres tematyczny.

Teoria + Praktyka - każde zagadnienie, każda praktyka jest poprzedzana krótką teorią

Teoria - 8 godzin

Praktyka - 40 godzin

Część teoretyczna kursu masaż tkanek głębokich:

- Definicja masażu tkanek głębokich i przedstawienie filozofii koncepcji.
- Zasady masażu tkanek głębokich.
- Rodzaj chwytów stosowanych w MTG i kierunek ruchów.
- Narzędzia pracy w MTG.
- Ergonomia pracy terapeuty.
- Sposób myślenia zgodnie z koncepcją MTG i strategię pracy w MTG.
- Czytanie ciała i zasady strukturalnej pracy z ciałem.
- Plan pracy w serii spotkań terapeutycznych (Plan dla serii 10 i 6 spotkań).

Część praktyczna kursu masaż tkanek głębokich:

- Ocena wizualna ciała (bodyreading)
- Badanie całego ciała (screening ciała)
- Stawianie diagnozy
- Diagnostyka naczyniowa, neurologiczna, diagnostyka różnicowa jamy brzusznej, testy kliniczne i ortopedyczne
- Relacja struktur w taśmach mięśniowo-powięziowych i transmisja napięć w ich obrębie
- Palpacja struktur poddawanych terapii
- Struktury mięśniowo-powięziowe oraz aspekty terapeutyczne i diagnostyczne podejmowane podczas kursu

1 MODUŁ KURSU

- Terapia w obrębie taśm: tylnej, przedniej powierzchownej i głębokiej, bocznej, skośne
- Testy funkcjonalne, naczyniowe i neurologiczne w obrębie odcinka szyjnego
- Praca na strukturach anatomicznych:
- Prostownik grzbietu
- Prostowniki głowy i szyi
- Mięśnie podpotyliczne
- Czepiec ścięgnisty
- Mięsień czworoboczny grzbietu
- Dźwigacz łopatki
- Mostkowo-obojętkowo-sutkowym
- Żwacz, skroniowy, czołowy
- Ocena wizualna i funkcjonalna klatki piersiowej
- Mobilizacja mostka
- Mobilizacje żeber

- Mięsień piersiowy większy i mniejszy
- mięśnie międzyżebrowe
- Podobojczykowy
- Badanie i diagnostyka różnicowa jamy brzusznej
- Praca na strukturach anatomicznych:
- Mięsień prosty, skośne brzucha, mięsień piramidowy
- Mięśnie pochyłe
- Przepona oddechowej
- Mięsień biodrowy i lędźwiowy
- Czworoboczny lędźwi
- Gruszkowaty
- Pośladkowy wielki
- Tkanki w obszarze kości krzyżowej i ogonowej

2 MODUŁ KURSU

- Ocena wizualna ciała
- Praca w obrębie taśm: tylnej, przedniej, skośnej, bocznej, kończyn górnych
- Praca na strukturach anatomicznych:
- Wiązadło krzyżowo-guzowe
- Mięśnie kulszowo-goleniowe
- Trójgłowy łydki
- Ścięgno Achillesa
- Guz piętowy
- Rozciągnięto podeszwowe
- Czworogłowy uda
- Wiązadło pachwinowe
- Rzepka i system powięziowy kolana
- Piszczelowy przedni i powięź grzbietowa stopy
- Pasma biodrowo-piszczelowe i naprężacz powięzi szerokiej
- Mobilizacja stawu biodrowego
- Pośladkowy średni
- Obszar okołokrętarzowy
- Mięśnie strzałkowe
- Mięśnie przywodziciele uda
- Głębokie zginacze stawu skokowego
- Diagnostyka rejonu łopatki, ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna
- Praca na strukturach anatomicznych
- Mięsień równoległoboczny
- Najszerszy grzbietu
- Zębaty przedni
- Mięśnie obłe
- Mięsień nad- i podgrzebieniowy
- Naramienny
- Trójgłowy i dwugłowy ramienia
- Mięśnie zginacze i prostowniki stawu nadgarstkowego
- Mięśnie dłoni

Walidacja

Walidacja:

Walidacja efektów uczenia się odbywa się w dwóch etapach:

- **Ocena praktyczna** – przeprowadzana **w trakcie realizacji szkolenia** na podstawie obserwacji wykonywanych zadań i aktywności uczestników.
- **Test teoretyczny** – przeprowadzony **na koniec kursu**.

Walidacja ma na celu potwierdzenie osiągnięcia efektów uczenia się zgodnych z celami usługi.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 40

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 40 Wprowadzenie do metody MTG, jej filozofii i zastosowania . Ocena wizualna oraz screeningowe badanie ciała pacjenta.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	22-05-2026	10:00	12:00	02:00
2 z 40 -	Przerwa	-	22-05-2026	12:00	12:15	00:15
3 z 40 Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu w pozycji leżącej.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	22-05-2026	12:15	14:00	01:45
4 z 40 -	Przerwa	-	22-05-2026	14:00	14:45	00:45
5 z 40 Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu z włączeniem funkcji zginania grzbietu,elongacji,skrętu tułowia i wyprostu	Zajęcia	Rafał Uryzaj	22-05-2026	14:45	16:45	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>6 z 40</p> <p>Omówienie oraz opracowanie mięśni podpotylicznych, czepca ścięgnistego i mięśnia czołowego.</p>	Zajęcia	Rafał Uryzaj	22-05-2026	16:45	18:00	01:15
<p>7 z 40</p> <p>Omówienie oraz opracowanie struktur głowy w tym mięśni żwacza, skroniowego badanie funkcjonalne odcinka szyjnego, terapia mięśnia mostkowo-obojczykowo-sutkowego</p>	Zajęcia	Rafał Uryzaj	23-05-2026	10:00	12:00	02:00
<p>8 z 40 -</p>	Przerwa	-	23-05-2026	12:00	12:15	00:15
<p>9 z 40</p> <p>Omówienie i wykonania badania jamy brzusznej, omówienie i opracowanie rejonu powłok brzusznych w tym mięśni prostego brzucha, skośnych zewnętrznych brzucha i mięśni piramidowych .</p>	Zajęcia	Rafał Uryzaj	23-05-2026	12:15	14:00	01:45
<p>10 z 40 -</p>	Przerwa	-	23-05-2026	14:00	14:45	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 40 Ocena wizualna klatki piersiowej, omówienie typów, opracowanie globalnej terapii klatki piersiowej, mięśni piersiowych większych, mniejszych, podobojczykowych.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	23-05-2026	14:45	16:45	02:00
12 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatki, prostowników głowy i szyi w pozycji siedzącej.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	23-05-2026	16:45	18:00	01:15
13 z 40 Opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatki, prostowników głowy i szyi w pozycji leżącej.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	24-05-2026	09:00	09:45	00:45
14 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni pochyłych przednich i przepony.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	24-05-2026	09:45	11:00	01:15
15 z 40 -	Przerwa	-	24-05-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 40 Omówienie i opracowanie mięśnia lędźwiowego i biodrowego	Zajęcia	Rafał Uryzaj	24-05-2026	11:15	13:00	01:45
17 z 40 -	Przerwa	-	24-05-2026	13:00	13:45	00:45
18 z 40 Omówienie i opracowanie mięśnia czworobocznego lędźwi w pozycji leżącej.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	24-05-2026	13:45	15:00	01:15
19 z 40 Omówienie i opracowanie mięśnia pośladkowego o wielkiego i gruszkowatego	Zajęcia	Rafał Uryzaj	24-05-2026	15:00	16:00	01:00
20 z 40 Omówienie i opracowanie tkanek w rejonie kości krzyżowej i ogonowej. ~podsumowanie i zakończenie 1 modułu.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	24-05-2026	16:00	17:00	01:00
21 z 40 Wprowadzenie do zagadnień związanych z kończyną dolną, ocena wizualna kończyny dolnej. Omówienie i opracowanie struktur mięśni kulszowo-goleniowych.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	12-06-2026	10:00	12:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
22 z 40 -	Przerwa	-	12-06-2026	12:00	12:15	00:15
23 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni trójgłowego łydki oraz rejonu rozciągniętego podszewowego i stopy.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	12-06-2026	12:15	14:00	01:45
24 z 40 -	Przerwa	-	12-06-2026	14:00	14:45	00:45
25 z 40 Opracowanie rejonu rozciągniętego podszewowego i stopy.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	12-06-2026	14:45	16:45	02:00
26 z 40 Omówienie i opracowanie rejonu stawu kolanowego, rzepki, mięśnia czworogłowego uda	Zajęcia	Rafał Uryzaj	12-06-2026	16:45	18:00	01:15
27 z 40 Omówienie i opracowanie rejonu pasma biodrowo-piszczelowego oraz naprężacza powięzi szerokiej i mięśnia pośladkowego o średniego.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	13-06-2026	10:00	12:00	02:00
28 z 40 -	Przerwa	-	13-06-2026	12:00	12:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>29 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni strzałkowych, obszaru przedniej strony podudzia z mięśniami piszczelowym przednim i prostownikam i stawu skokowego.</p>	Zajęcia	Rafał Uryzaj	13-06-2026	12:15	14:00	01:45
<p>30 z 40 -</p>	Przerwa	-	13-06-2026	14:00	14:45	00:45
<p>31 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni przywodzicieli uda, ścięgien zginaczy uda, więzadła pachwinowego.</p>	Zajęcia	Rafał Uryzaj	13-06-2026	14:45	16:00	01:15
<p>32 z 40 Omówienie i opracowanie przyśrodkowej strony podudzia</p>	Zajęcia	Rafał Uryzaj	13-06-2026	16:00	16:45	00:45
<p>33 z 40 Ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna rejonu łopatki</p>	Zajęcia	Rafał Uryzaj	13-06-2026	16:45	18:00	01:15
<p>34 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni równoległobocznych, najszerszego grzbietu, czworobocznej części wstępującej.</p>	Zajęcia	Rafał Uryzaj	14-06-2026	09:00	11:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
35 z 40 -	Przerwa	-	14-06-2026	11:00	11:15	00:15
36 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni rotatorów zewnętrznych i wewnętrznych stawu ramiennego, mięśnia zębatego przedniego, nadgrzebieniowego, naramiennego.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	14-06-2026	11:15	13:00	01:45
37 z 40 -	Przerwa	-	14-06-2026	13:00	13:45	00:45
38 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni trójąłowego ramienia, dwugłowego ramienia i zginaczy stawu łokciowego	Zajęcia	Rafał Uryzaj	14-06-2026	13:45	15:30	01:45
39 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni zginaczy dłoniowych i grzbietowych nadgarstka oraz mięśni dłoni. Podsumowanie i zakończenie kursu. Wręczenie dyplomów.	Zajęcia	Rafał Uryzaj	14-06-2026	15:30	16:40	01:10
40 z 40 -	Walidacja	-	14-06-2026	16:40	17:00	00:20

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	48:00
w tym suma godzin zajęć	41:40
w tym suma godzin walidacji	00:20
w tym suma przerw	06:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	56:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 600,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	54,17 PLN
Koszt osobogodziny netto	54,17 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	48:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Rafał Uryzaj

Rafał Uryzaj D.O. – Fizjoterapeuta i Dyplomowany Osteopata. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu oraz Akademii Osteopatii w Poznaniu. Założyciel Centrum Szkoleniowego Rafała Uryzaja i Roczego Studium Terapii Tkanki Miękkich. Autor bestsellerowej książki „Anatomia

Masażu Tkanek Głębokich” oraz licznych badań naukowych i publikacji z zakresu fizjoterapii, terapii manualnej i pracy z ciałem.

Członek Krajowej Izby Fizjoterapii oraz Klubu „Ludzie Masażu”. Twórca i prowadzący kursy: Kręgosłup. Diagnostyka i Terapia, Terapia manualna w ujęciu klinicznym i funkcjonalnym, Masaż Tkanek Głębokich (MTG), MTG Integracja oraz Estetyczna fizjoterapia twarzy.

Ukończył liczne specjalistyczne szkolenia, m.in. z zakresu anatomii palpacyjnej, terapii punktów spustowych, FDM, haczykowania metodą Ekmana, technik energizacji mięśni, aktywnego i mięśniowo-powięziowego rozluźniania oraz terapii strukturalnej. Doświadczenie zdobyte nie wcześniej niż 5 lat wstecz.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje:

- prezent: książkę Anatomia Masażu Tkanek Głębokich autorstwa Rafała Uryzaja,
- obszerny 70-stronicowy skrypt szkoleniowy,
- materiały video -wszystkie filmy zostaną przesłane na Twojego pedriva w trakcie trwania szkolenia, żebyś mógł je sobie przypominać kiedy tylko chcesz! (udostępniane są po ówczesnym podpisaniu umowy o ich nierozpowszechnianiu)

Warunki uczestnictwa

Szkolenie skierowane jest dla:

- fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy,
- studentów powyższych kierunków,
- uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego,
- Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia, lub zaświadczenia jeśli kursant jest w trakcie nauki.

Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest w języku polskim.
- Przed zapisaniem się prosimy o wcześniejszy kontakt mailowy: szkolenia@szkoleniauryzaj.pl.

Adres

ul. Aleksandra Ostrowskiego 30b

53-238 Wrocław

woj. dolnośląskie

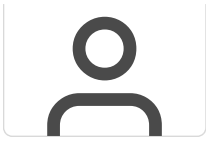
Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



MARTA MICHALAK



E-mail szkolenia@szkoleniauryzaj.pl

Telefon (+48) 663 041 233