



## Kurs masażu twarzy GUA SHA

Numer usługi 2026/05/12/16074/3554175

1 476,00 PLN brutto

1 200,00 PLN netto

246,00 PLN brutto/h

200,00 PLN netto/h

226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

ACK Anna Czarna-  
Kotowska

★★★★☆ 4,3 / 5

76 ocen

📍 Olsztyn

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👤 Zajęcia indywidualne

🕒 06:00 h

📅 20.07.2026 do 20.07.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Styl życia / Uroda
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Każdy kto chce nabyć umiejętność wykonywania masażu kamieniem Gua Sha. Szkolenie skierowane dla wszystkich uczestników bez względu na wykształcenie. Nauka tego zabiegu świetnie uzupełni ofertę gabinetu kosmetycznego, masażu czy spa. Aby wziąć udział w kursie trzeba być pełnoletnim. Niepełnoletni - wymagana zgoda opiekuna.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	1
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	17-07-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

## Cel

### Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje kursanta do samodzielnego wykonania masażu kamieniem Gua Sha na kliencie. Uczestnik potrafi odpowiednio przygotować skórę i poruszać kamieniem według ustalonej sekwencji ruchów. Potrafi wykonać masaż przygotowujący i właściwy oraz wykończeniowy.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Znajomość zasad BHP i procedur higieniczno-sanitarnych w gabinecie kosmetycznym	Zna procedury hig-sanitarne oraz zna ich kolejność, znajomość procedur związanych z bhp	Test teoretyczny
Znajomość podstawowych mięśni twarzy Przygotowuje skórę do masażu	Potrafi nazwać i scharakteryzować mięśnie twarzy	Test teoretyczny
Umiejętność przygotowania skóry twarzy do zabiegu	Potrafi wg kolejności przygotować skórę do masażu właściwego	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Umiejętność masażu kamieniem gua sha wg kolejności	Potrafi samodzielnie wg kolejności masować kamieniem wybrane części mięśni twarzy	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Umiejętność wyciszenia i relaksacji klienta	Potrafi wykonać masaż relaksujący zakończywszy	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?

TAK

## Program

### I. Część teoretyczna

- **Wprowadzenie:** Historia i tradycja chińskiej techniki Gua Sha.
- **Fizjologia:** Wpływ masażu na skórę, tkanki miękkie, układ krwionośny i limfatyczny.
- **Narzędzia:** Rodzaje płytek (jadeit, kwarc), kształty i ich zastosowanie.
- **BHP i Przygotowanie:** Wskazania i przeciwwskazania (np. stany zapalne, trądzik), higiena narzędzi, dobór olejków.

## II. Część Praktyczna

- **Przygotowanie skóry:** Demakijaż, aplikacja olejków.
- **Techniki podstawowe:** Ustawienie kamienia pod odpowiednim kątem, techniki rozluźniania węzłów chłonnych.
- **Sekwencja zabiegowa:** Drenaż limfatyczny, ruchy liftingujące i modelujące owal twarzy.
- **Automasaż:** Nauczanie samodzielnego wykonywania masażu oraz na kliencie.
- **Praca z napięciem:** Relaksacja obręczy barkowej i dekoltu.

## III. Efekty Szkolenia

- Umiejętność samodzielnego wykonania pełnego masażu Gua Sha.
- Zrozumienie działania przeciwzmarszczkowego i redukującego obrzęki.

Certyfikat ukończenia szkolenia wraz z zaświadczeniem wg wzoru MEN

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 6

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 6</b> Poznanie procedur bhp i procedur hig. sanitarnych	Zajęcia	Magdalena Mazur	20-07-2026	09:00	10:00	01:00
<b>2 z 6</b> Nauka mięśni twarzy i trzymania kamienia + rodz. kamienia	Zajęcia	Magdalena Mazur	20-07-2026	10:00	11:00	01:00
<b>3 z 6</b> Nauka odpowiedniego nacisku kamienia na poszczególne części twarzy wg kolejności	Zajęcia	Magdalena Mazur	20-07-2026	11:00	13:00	02:00
<b>4 z 6</b> -	Przerwa	-	20-07-2026	13:00	14:00	01:00
<b>5 z 6</b> Nauka relaksacji mięśni twarzy obręczy barkowej i dekoltu	Zajęcia	Magdalena Mazur	20-07-2026	14:00	14:45	00:45
<b>6 z 6</b> -	Walidacja	-	20-07-2026	14:45	15:00	00:15

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	06:00
w tym suma godzin zajęć	04:45
w tym suma godzin walidacji	00:15
w tym suma przerw	01:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	06:30

## Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania w wysokości co najmniej 70% przysługuje Tobie zwolnienie z podatku VAT

### Cennik

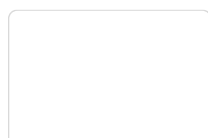
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 476,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	246,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	200,00 PLN

### Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	06:00

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

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/ka 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

10-686 Olsztyn

woj. warmińsko-mazurskie

ul. Biskupa Tomasza Wilczyńskiego 23

10-686 Olsztyn

woj. warmińsko-mazurskie

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

# Kontakt



**Reanata Bachaj**

**E-mail** [kontakt@ackszkolenia.pl](mailto:kontakt@ackszkolenia.pl)

**Telefon** (+48) 533 800 820