

Możliwość dofinansowania

Szkolenie: Masaż Tkanek Głębokich

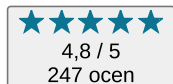
Numer usługi 2026/05/20/178006/3571999



CENTRUM SZKOLENIOWE

Rafał Uryzaj

CENTRUM ZDROWIA GARBARY 64 SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ



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

Kraków

Usługa szkoleniowa

stacjonarna

Zajęcia grupowe

48:00 h

23.10.2026 do 22.11.2026

Informacje podstawowe

- Kategoria
Zdrowie i medycyna / Medycyna
- Grupa docelowa usługi

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.
- Minimalna liczba uczestników
10
- Maksymalna liczba uczestników
24
- Data zakończenia rekrutacji
22-10-2026
- 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 prowadzi do nabycia przez uczestników umiejętności świadomej, celowej i nieschematycznej pracy z ciałem w oparciu o techniki masażu tkanek głębokich. Uczestnicy uczą się oceny postawy, planowania terapii oraz doboru technik eliminujących przyczyny dolegliwości bólowych. Szkolenie rozwija kompetencje w zakresie anatomii palpacyjnej i funkcjonalnej oraz umożliwia zdobycie praktycznych umiejętności potrzebnych do skutecznej pracy z pacjentami.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Efekty uczenia się, kryteria weryfikacji i metody walidacji.	Metoda walidacji
WIEDZA Uczestnik charakteryzuje zasady MTG. Identyfikuje struktury anatomiczne. Analizuje zależności biomechaniczne.	Uczestnik omawia założenia MTG. Uczestnik lokalizuje struktury anatomiczne. Uczestnik wyjaśnia wpływ dysfunkcji na organizm.	Test teoretyczny Test teoretyczny Test teoretyczny
UMIEJĘTNOŚCI Uczestnik przeprowadza ocenę funkcjonalną. Wykonuje techniki MTG. Planuje terapię.	Uczestnik ocenia postawę i ruch pacjenta. Uczestnik stosuje techniki zgodnie z zasadami MTG. Uczestnik opracowuje plan terapeutyczny.	Obserwacja w warunkach symulowanych Obserwacja w warunkach symulowanych Obserwacja w warunkach symulowanych
KOMPETENCJE SPOŁECZNE Uczestnik komunikuje się z pacjentem. Przestrzega zasad etyki. Współpracuje z innymi specjalistami.	Uczestnik wyjaśnia przebieg terapii. Uczestnik dba o bezpieczeństwo pacjenta. Uczestnik uwzględni podejście interdyscyplinarne.	Obserwacja w warunkach symulowanych Obserwacja w warunkach symulowanych Obserwacja w warunkach symulowanych

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

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 23-25 października 2026

- **Piątek:** 9:00 – 17:00
- **Sobota:** 9:00 – 17:00
- **Niedziela:** 8:00 – 16:00

termin części drugiej 20-22 listopada 2026

- **Piątek:** 9:00 – 17:00
- **Sobota:** 9:00 – 17:00
- **Niedziela:** 8:00 – 16:00

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 ścięgniasty
 - Mięsień czworoboczny grzbietu
 - Dźwigacz łopatk
 - Mostkowo-obojczykowo-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:
 - Więzadło krzyżowo-guzowe
 - Mięśnie kulszowo-goleniowe
 - Trójgłowy łydki
 - Ścięgno Achillesa
 - Guz piętowy

- o Rozciągnięcie podeszwowe
- o Czworogłowy uda
- o Więzadło pachwinowe
- o Rzepka i system powięziowy kolana
- o Piszczelowy przedni i powięź grzbietowa stopy
- o Pasma biodrowo-piszczelowe i naprężacz powięzi szerokiej
- o Mobilizacja stawu biodrowego
- o Pośladkowy średni
- o Obszar okołokrętarzowy
- o Mięśnie strzałkowe
- o Mięśnie przywodziciele uda
- o Głębokie zginacze stawu skokowego
- o Diagnostyka rejonu łopatki, ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna
- o Praca na strukturach anatomicznych
- o Mięsień równoległoboczny
- o Najszerszy grzbietu
- o Zębaty przedni
- o Mięśnie obłe
- o Mięsień nad- i podgrzebieniowy
- o Naramienny
- o Trójgłowy i dwugłowy ramienia
- o Mięśnie zginacze i prostowniki stawu nadgarstkowego
- o Mięśnie dłoni

WALIDACJA

Walidacja umiejętności prowadzona przez walidatora usługi. Walidator nie ingeruje w proces kształcenia.

Do przeprowadzenia walidacji wykorzystane zostaną metody: obserwacja w warunkach symulowanych (w trakcie trwania kursu) oraz "test teoretyczny" dla części teoretycznej przeprowadzony po zakończeniu części edukacyjnej kursu.

Wyniki walidacji podawane są po usłudze.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 39

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 39 Wprowadzenie do metody MTG, jej filozofii i zastosowania. Ocena wizualna oraz screeningowe badanie ciała pacjenta.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	23-10-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 39 -	Przerwa	-	23-10-2026	11:00	11:15	00:15
3 z 39 Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu w pozycji leżącej.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	23-10-2026	11:15	13:00	01:45
4 z 39 -	Przerwa	-	23-10-2026	13:00	13:45	00:45
5 z 39 Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu z włączeniem funkcji zginania grzbietu, elongacji, skrętu tułowia i wyprost	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	23-10-2026	13:45	15:45	02:00
6 z 39 Omówienie oraz opracowanie mięśni podpotylicznych, czepca ścięgnistego i mięśnia czołowego.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	23-10-2026	15:45	17:00	01:15
7 z 39 Omówienie oraz opracowanie struktur głowy w tym mięśni żwacza, skroniowego badanie funkcjonalne odcinka szyjnego, terapia mięśnia mostkowo-obojęzyczkowo-sutkowego	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	24-10-2026	09:00	11:00	02:00
8 z 39 -	Przerwa	-	24-10-2026	11:00	11:15	00:15
9 z 39 Omówienie i wykonania badania jamy brzusznej, omówienie i opracowanie rejonu powłok brzusznych w tym mięśni prostego brzucha, skośnych zewnętrznych brzucha.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	24-10-2026	11:15	13:00	01:45
10 z 39 -	Przerwa	-	24-10-2026	13:00	13:45	00:45
11 z 39 Ocena wizualna klatki piersiowej, omówienie typów, opracowanie globalnej terapii klatki piersiowej, mięśni piersiowych większych, mniejszych, podobojczykowych.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	24-10-2026	13:45	15:45	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 39 Omówienie i opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatki, prostowników głowy i szyi w pozycji siedzącej.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	24-10-2026	15:45	17:00	01:15
13 z 39 Opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatki, prostowników głowy i szyi w pozycji leżącej.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	25-10-2026	08:00	09:45	01:45
14 z 39 Omówienie i opracowanie mięśni pochyłych przednich i przepony.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	25-10-2026	09:45	10:00	00:15
15 z 39 -	Przerwa	-	25-10-2026	10:00	10:30	00:30
16 z 39 Omówienie i opracowanie mięśnia lędźwiowego i biodrowego	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	25-10-2026	10:30	12:45	02:15
17 z 39 -	Przerwa	-	25-10-2026	12:45	13:15	00:30
18 z 39 Omówienie i opracowanie mięśnia czworobocznego lędźwi w pozycji leżącej.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	25-10-2026	13:15	14:30	01:15
19 z 39 Omówienie i opracowanie mięśnia pośladkowego wielkiego i gruszkowatego	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	25-10-2026	14:30	15:40	01:10
20 z 39 Omówienie i opracowanie tkanek w rejonie kości krzyżowej i ogonowej. ~podsumowanie i zakończenie 1 modułu.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	25-10-2026	15:40	16:00	00:20
21 z 39 Wprowadzenie do zagadnień związanych z kończyną dolną, ocena wizualna kończyny dolnej. Omówienie i opracowanie struktur mięśni kulszowo-goleniowych.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	20-11-2026	09:00	11:00	02:00
22 z 39 -	Przerwa	-	20-11-2026	11:00	11:15	00:15
23 z 39 Omówienie i opracowanie mięśni trójgłowego łydki oraz rejonu rozciągna podeszwowego i stopy.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	20-11-2026	11:15	13:00	01:45
24 z 39 -	Przerwa	-	20-11-2026	13:00	13:45	00:45
25 z 39 Opracowanie rejonu rozciągna podeszwowego i stopy.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	20-11-2026	13:45	15:45	02:00
26 z 39 Omówienie i opracowanie rejonu stawu kolanowego, rzepki, mięśnia czworogłowego uda	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	20-11-2026	15:45	17:00	01:15
27 z 39 Omówienie i opracowanie rejonu pasma biodrowo-piszczelowego oraz naprężacza powięzi szerokiej i mięśnia pośladkowego średniego.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	21-11-2026	09:00	11:00	02:00
28 z 39 -	Przerwa	-	21-11-2026	11:00	11:15	00:15
29 z 39 Omówienie i opracowanie mięśni strzałkowych, obszaru przedniej strony podudzia z mięśniami piszczelowym przednim i prostownikami stawu skokowego.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	21-11-2026	11:15	13:00	01:45
30 z 39 -	Przerwa	-	21-11-2026	13:00	13:45	00:45
31 z 39 Omówienie i opracowanie mięśni przywodzicieli uda, ścięgna zginaczy uda, więzadła pachwinowego.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	21-11-2026	13:45	15:45	02:00
32 z 39 Omówienie i opracowanie przyśrodkowej strony podudzia. Ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna rejonu łopatki	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	21-11-2026	15:45	17:00	01:15
33 z 39 Omówienie i opracowanie mięśni równoległobocznych, najszerszego grzbietu, czworobocznego części wstępującej.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	22-11-2026	08:00	10:00	02:00
34 z 39 -	Przerwa	-	22-11-2026	10:00	10:15	00:15
35 z 39 Omówienie i opracowanie mięśni rotatorów zewnętrznych i wewnętrznych stawu ramiennego, mięśnia zębatego przedniego, nadgrzebieniowego, naramiennego.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	22-11-2026	10:15	12:00	01:45
36 z 39 -	Przerwa	-	22-11-2026	12:00	12:45	00:45
37 z 39 Omówienie i opracowanie mięśni trójgłowego ramienia, dwugłowego ramienia i zginaczy stawu łokciowego	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	22-11-2026	12:45	14:30	01:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
38 z 39 Omówienie i opracowanie mięśni zginaczy dłoniowych i grzbietowych nadgarstka oraz mięśni dłoni. Podsumowanie i zakończenie kursu. Wręczenie dyplomów.	Zajęcia	Marcin Jeruzalski	22-11-2026	14:30	15:40	01:10
39 z 39 -	Walidacja	-	22-11-2026	15:40	16:00	00:20

Podsumowanie

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

Marcin Jeruzalski

Marcin Jeruzalski – fizjoterapeuta i osteopata, absolwent Państwowej Medycznej Wyższej Szkoły Zawodowej w Opolu oraz Akademii Osteopatii we Wrocławiu. Prowadzi prywatną praktykę w Opolu, posiada doświadczenie kliniczne zdobyte w placówkach medycznych oraz w pracy ze sportowcami (m.in. współpraca z klubem Futsal Odra Opole). Były wykładowca zajęć klinicznych z fizjoterapii i dietetyki klinicznej. Uczestnik licznych specjalistycznych szkoleń z zakresu terapii manualnej, osteopatii i masażu. Pasjonat zawodu, stawiający na indywidualne i holistyczne podejście do pacjenta, chętnie dzielący się wiedzą i doświadczeniem. 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

Uczestnik otrzymuje:

- książkę Anatomia Masażu Tkanek Głębokich autorstwa Rafała Uryzaja,
- obszerny 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)
- opiekę po szkoleniu (zamknięte forum dyskusyjne dla absolwentów naszego kursu gdzie dzielimy się wiedzą, doświadczeniami, zadajemy pytania i dyskutujemy w tematach praktyki gabinetowej).
- darmowe powtórki kursu MTG,
- dołączasz do Absolwentów najczęściej wybieranego kursu masażu tkanek głębokich w Polsce.

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.
- Po potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.
- Weryfikacja obecności - papierowa lista obecności - podpis uczestnika.

Adres

al. Jana Pawła II 32
31-571 Kraków
woj. małopolskie

Kontakt

MARTA MICHALAK

E-mail
szkolenia@szkoleniauryzaj.pl
Telefon
(+48) 663 041 233