



CENTRUM
SZKOLENIOWE
ANATOMIC Karolina
Legucka

★★★★★ 4,6 / 5

14 ocen

Kurs masażu Lomi Lomi Nui

Numer usługi 2026/05/22/188427/3579815

- 📍 Gdańsk
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 40:00 h
- 📅 03.08.2026 do 07.08.2026

3 480,00 PLN brutto

3 480,00 PLN netto

87,00 PLN brutto/h

87,00 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

1. Profesjonaliści z branży zdrowia i wellness:

- masażyści, fizjoterapeuci, terapeuci holistyczni, refleksolodzy, aromaterapeuci,
- trenerzy jogi, pilatesu, pracy z ciałem i oddechem,
- osoby prowadzące gabinety masażu lub studia wellness, które chcą poszerzyć ofertę o masaż Lomi Lomi Nui.

2. Osoby zainteresowane rozwojem osobistym i duchowym:

- osoby pragnące pogłębić świadomość ciała i pracy z energią,
- ludzie poszukujący technik relaksacyjnych, redukujących stres i wspierających harmonizację emocjonalną,
- osoby zainteresowane kulturą i filozofią Hawajów.

3. Osoby planujące zmianę ścieżki zawodowej lub rozwój kariery:

- osoby chcące zdobyć nowe kwalifikacje i rozpocząć działalność w obszarze masażu i terapii holistycznych,
- osoby pragnące rozwijać kompetencje w pracy z klientem w duchu holistycznym i terapeutycznym.

4. Klienci indywidualni – pasjonaci masażu:

- osoby chcące nauczyć się masażu Lomi Lomi Nui do pracy w gronie rodziny i bliskich,
- osoby zainteresowane masażem jako formą relaksu

Minimalna liczba uczestników

6

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

02-08-2026

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

Celem kursu jest przygotowanie uczestników do samodzielnego wykonywania masażu Lomi Lomi Nui w sposób świadomy, bezpieczny i zgodny z tradycją poprzez:

Zdobycie wiedzy teoretycznej

Nabycie umiejętności praktycznych

Rozwój kompetencji osobistych i terapeutycznych

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje historię, filozofię i tradycję masażu Lomi Lomi Nui	Uczestnik identyfikuje kluczowe elementy historii i filozofii oraz charakteryzuje zasady masażu Lomi Lomi Nui	Test teoretyczny
Uczestnik rozumie rolę masażu w harmonizacji ciała, emocji i energii	Uczestnik charakteryzuje efekty masażu w kontekście fizycznym, emocjonalnym i energetycznym	Test teoretyczny
Uczestnik przygotowuje stanowisko pracy, dobiera techniki i oleje	Kursant przestrzega zasad BHP podczas przygotowania stanowiska do masażu, identyfikuje potrzeby osoby masowanej i dostosowuje techniki oraz dobiera oleje	Test teoretyczny
Uczestnik wykonuje pełną sekwencję masażu Lomi Lomi Nui zgodnie z tradycją i zasadami bezpieczeństwa	Kursant poprawnie wykonuje właściwą sekwencję ruchów, zachowując rytm i płynność	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik wykorzystuje kompetencje społeczne podczas wykonywania masażu Lomi Lomi Nui	Uczestnik prawidłowo komunikuje się z klientem, uwzględniając etykę, komfort i bezpieczeństwo klienta	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

Kurs masażu Lomi Lomi Nui to szkolenie dla profesjonalistów z branży zdrowia i wellness, a także dla osób zainteresowanych rozwojem osobistym i duchowym oraz dla wszystkich pasjonatów masażu.

Szkolenie jest realizowane w formie stacjonarnej w siedzibie Centrum Szkoleniowego Anatomic w Gdańsku przy ulicy Kielnieńskiej 167.

Kurs trwa 50 godzin dydaktycznych. Godziny podane w karcie szkolenia są godzinami dydaktycznymi. 1 godzina dydaktyczna to 45 minut.

Zajęcia szkoleniowe przeprowadzane są w formie teoretyczno-praktycznej. Liczba godzin teoretycznych szkolenia - 10. Liczba godzin praktycznych szkolenia - 40.

Zajęcia teoretyczne realizowane są w formie wykładu i prezentacji technik oraz sesji pytań i odpowiedzi.

Podczas ćwiczeń praktycznych uczestnicy pracują w parach i wykonują techniki naprzemiennie na sobie. Na 1 parę przypada 1 stanowisko, składające się ze stołu do masażu lub krzesła do masażu.

Przerwy przewidziane w harmonogramie szkolenia nie wliczają się w czas trwania szkolenia. Ze względu na dynamikę prowadzonego szkolenia, uwzględniając indywidualne podejście do każdego uczestnika rzeczywisty harmonogram zajęć może odbiegać od harmonogramu z karty szkolenia.

Walidacja przeprowadzana jest w trakcie szkolenia i jest realizowane w formie testu teoretycznego oraz obserwacji w warunkach symulowanych. Walidacja przeprowadzana jest przez osobę niezależną i niezaangażowaną w proces szkoleniowy.

Program kursu masażu Lomi Lomi Nui

1. Wprowadzenie i historia masażu Lomi Lomi Nui

- Pochodzenie masażu i jego znaczenie w kulturze hawajskiej
- Tradycja przekazywania wiedzy o Lomi Lomi Nui
- Różnice między masażem Lomi Lomi a innymi technikami relaksacyjnymi

2. Zasady Huny – hawajskiej filozofii życia

- Podstawowe założenia Huny: energia, harmonia, równowaga
- Zastosowanie filozofii Huny w pracy z ciałem i w relacjach międzyludzkich
- Ćwiczenia praktyczne wprowadzające w świadomość energetyczną

3. Hawajskie medytacje i rytuały

- Techniki oddechowe i medytacyjne stosowane w Lomi Lomi Nui
- Proste rytuały wprowadzające w stan relaksu i uważności przed masażem
- Ćwiczenia integracyjne dla uczestników

4. Metodyka wykonywania zabiegu

- Omówienie kolejności ruchów i płynności masażu
- Praca całym ciałem: dłonie, przedramiona, łokcie
- Zasady rytmu, tempa i przepływu energii podczas masażu
- Ergonomia i bezpieczeństwo pracy masażysty

5. Pokaz masażu Lomi Lomi Nui

- Demonstracja pełnej procedury przez instruktora
- Wyjaśnienie technik i sekwencji ruchów
- Omówienie sposobu komunikacji z osobą masowaną

6. Wpływ zabiegu na organizm człowieka, omówienie efektów zabiegu

- Fizjologiczne efekty masażu (relaksacja mięśni, poprawa krążenia, redukcja napięć)
- Oddziaływanie na psychikę i emocje
- Aspekty energetyczne i duchowe masażu Lomi Lomi Nui

7. Trening masażu Lomi Lomi Nui – praktyka w parach

- Ćwiczenia w parach nad poszczególnymi częściami ciała
- Wykonywanie pełnego zabiegu z naciskiem na rytm i płynność ruchów
- Indywidualna korekta techniki przez instruktora
- Powtórka pełnej sesji i doskonalenie warsztatu

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Historia masażu Lomi Lomi Nui, kultura hawajska, podstawy huny, energia, harmonia i różnice pomiędzy Lomi Lomi Nui a innymi technikami masażu	Zajęcia	KAROLINA LEGUCKA	03-08-2026	10:00	13:30	03:30
2 z 16 -	Przerwa	-	03-08-2026	13:30	14:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 16 Przygotowanie do pracy z ciałem, nauka podstawowych technik mobilizacji i rotacji, ćwiczenia praktyczne oraz ergonomia pracy masażyści	Zajęcia	KAROLINA LEGUCKA	03-08-2026	14:30	18:00	03:30
4 z 16 Techniki oddechowe, rytuały relaksacyjne, przygotowanie do masażu oraz demonstracja masażu tylnej strony ciała	Zajęcia	KAROLINA LEGUCKA	04-08-2026	10:00	13:30	03:30
5 z 16 -	Przerwa	-	04-08-2026	13:30	14:30	01:00
6 z 16 Nauka technik pracy na tylnej stronie ciała, rytm i płynność ruchów, ergonomia pracy oraz ćwiczenia praktyczne w parach	Zajęcia	KAROLINA LEGUCKA	04-08-2026	14:30	18:00	03:30
7 z 16 Demonstracja masażu przedniej strony ciała, omówienie technik i sekwencji ruchów oraz ćwiczenia praktyczne	Zajęcia	KAROLINA LEGUCKA	05-08-2026	10:00	13:30	03:30
8 z 16 -	Przerwa	-	05-08-2026	13:30	14:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 16 Komunikacja z klientem, bezpieczeństwo podczas zabiegu, fizjologiczne efekty masażu oraz utrwalanie poznanych technik	Zajęcia	KAROLINA LEGUCKA	05-08-2026	14:30	18:00	03:30
10 z 16 Demonstracja pełnych sekwencji masażu oraz integracja technik pracy na przedniej i tylnej stronie ciała	Zajęcia	KAROLINA LEGUCKA	06-08-2026	10:00	13:30	03:30
11 z 16 -	Przerwa	-	06-08-2026	13:30	14:30	01:00
12 z 16 Wpływ masażu na organizm i emocje, aspekt energetyczny masażu oraz ćwiczenia integrujące pełne sekwencje pracy	Zajęcia	KAROLINA LEGUCKA	06-08-2026	14:30	18:00	03:30
13 z 16 Ćwiczenia praktyczne, doskonalenie technik pracy oraz wykonywanie pełnego zabiegu z naciskiem na rytm i płynność	Zajęcia	KAROLINA LEGUCKA	07-08-2026	10:00	13:30	03:30
14 z 16 -	Przerwa	-	07-08-2026	13:30	14:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 16 Indywidualna korekta technik, sesja pytań i odpowiedzi	Zajęcia	KAROLINA LEGUCKA	07-08-2026	14:30	16:30	02:00
16 z 16 -	Walidacja	-	07-08-2026	16:30	18:00	01:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	40:00
w tym suma godzin zajęć	33:30
w tym suma godzin walidacji	01:30
w tym suma przerw	05:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	46:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 480,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 480,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	87,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	87,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
---------------	---------------

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

KAROLINA LEGUCKA

Założycielka Gdyńskiej Szkoły masażu ANATOMIC. Uwielbia dzielić się swoją wiedzą i doświadczeniem związanymi z „życiowym” zastosowaniem filozofii hawajskiej, totalnej biologii i terapii naturalnych. Pasjonuje ją świadoma praca z ciałem, duszą i umysłem. Swoje umiejętności rozwijała na wielu warsztatach prowadzonych przez Susan Pa'iniu Floyd, jest certyfikowanym nauczycielem ALOHA INTERNATIONAL. Zajęcia grupowe prowadzi od ponad 10 lat. Tworzy kursy i warsztaty rozwojowe. W swojej pracy łączy różne, sprawdzone na własnej skórze metody i terapie naturalne takie jak: masaż, praca z ciałem, techniki hawajskie, techniki oddechowe, relaksacja, wizualizacja, medytacja, totalna biologia, radykalne wybaczenie.

Swoją wiedzę zdobywała na wielu warsztatach w Polsce i na Hawajach. Jej nauczycielką masażu Lomi Lomi Nui, Kahi Loa i Huny jest Susan Pa'iniu Floyd.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Co otrzymuje uczestnik kursu Lomi Lomi Nui

- Certyfikat ukończenia kursu w języku polskim i języku angielskim**
 - potwierdzający nabycie wiedzy i umiejętności w zakresie masażu Lomi Lomi Nui
- Zaświadczenie ukończenia kursu MEN III/1**
 - dokument przydatny w pracy zawodowej w gabinetach masażu, studiach wellness lub w pracy indywidualnej
- Materiały szkoleniowe**
 - autorski skrypt z opisem technik, filozofii Huny, rytuałów i medytacji
 - schematy sekwencji masażu i wskazówki praktyczne
- Dostęp do wiedzy praktycznej i demonstracji**
 - pokaz pełnego masażu przez instruktora
 - możliwość treningu w parach pod okiem prowadzącego
 - korekta techniki i feedback indywidualny
- Wsparcie w rozwoju kompetencji miękkich i terapeutycznych**
 - nauka uważności, obecności i komunikacji z klientem
 - wskazówki, jak tworzyć komfortową i relaksującą atmosferę podczas zabiegu

Warunki uczestnictwa

Warunki uczestnictwa w szkoleniu

- Wiek uczestnika**
 - ukończone 18 lat
- Stan zdrowia**

- brak przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zajęciach praktycznych (np. poważnych chorób układu ruchu, skóry, infekcji, ograniczeń uniemożliwiających pracę fizyczną)

3. Przygotowanie merytoryczne

- kurs przeznaczony jest dla osób początkujących i nie wymaga wcześniejszego doświadczenia w masażu

4. Strój i higiena osobista

- wygodny strój do ćwiczeń praktycznych (np. koszulka, legginsy/spodnie dresowe)
- obuwiu zmienne lub skarpety antypoślizgowe
- zachowanie higieny osobistej (krótkie paznokcie, związane włosy, brak biżuterii podczas zajęć)

5. Materiały własne (opcjonalnie)

- ręcznik kąpielowy lub pareo do ćwiczeń
- zeszyt i długopis do notatek

6. Formalności organizacyjne

- wcześniejsze zgłoszenie udziału poprzez formularz rejestracyjny lub kontakt mailowy/telefoniczny
- wniesienie opłaty za kurs (zaliczka/rezerwacja miejsca + dopłata do pełnej kwoty) w określonym terminie

Informacje dodatkowe

1. Godziny podane w karcie szkolenia są godzinami dydaktycznymi (1 godzina dydaktyczna to 45 minut).
2. Kurs prowadzony jest w języku polskim.
3. Materiały, które uczestnik otrzymuje w trakcie szkolenia są w języku polskim.
4. Ze względu na dynamikę prowadzonego szkolenia rzeczywisty harmonogram zajęć może odbiegać od harmonogramu z karty szkolenia
5. Usługa szkoleniowa świadczona przez CS ANATOMIC jest zwolniona z podatku VAT na podstawie art. 43 ust 1 ustawy o VAT pkt. 26

Adres

ul. Kielnieńska 167
80-299 Gdańsk
woj. pomorskie

Wszystkie nasze zajęcia prowadzone są w naszej stałej siedzibie – Gdańsk Osowa, ul. Kielnieńska 167.

Jak do nas dojechać?

Dojazd do nas od strony Gdańska jest autobusem linii 171 z Gdańska Oliwy.

Z Gdyni można do nas dojechać autobusem tej samej linii (171), jedzie on z Gdyni Dąbrowy.

W obydwu tych przypadkach zawsze należy wysiąść na przystanku IŁAWSKA.

Przed naszym centrum znajdują się nasze prywatne miejsca parkingowe. Jeśli wszystkie będą zajęte, to nie obawiaj się, zawsze znajdziesz miejsce np. na ulicy Gnieźnieńskiej, Iławskiej lub Chełmińskiej. Wszystkie wymienione ulice są wolne od opłat parkingowych.

Kontakt



Karolina Legucka

E-mail biuro@anatomic.szkola.pl

Telefon (+48) 609 838 388