



AKADEMIA
MASAŻU "KARUNA"
- JANUSZ
JANECZEK

★★★★★ 4,6 / 5

115 ocen

KURS MASAŻY AJURWEDYJSKICH OBEJMUJĄCY MASAŻE: ABHYANGA, UDVARTANA, RATNAABHYANGA, SHIROABHYANGA, SHIRODHARA, UPANHASVEDA

Numer usługi 2026/05/27/20878/3590419

- Ryteł
- Usługa szkoleniowa
- stacjonarna
- Zajęcia grupowe
- 32:00 h
- 01.09.2026 do 04.09.2026

3 300,00 PLN brutto
2 682,93 PLN netto
103,13 PLN brutto/h
83,84 PLN netto/h
226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Uroda

Grupa docelowa usługi

OSOBY DOROSŁE BEZ DOŚWIADCZENIA W MASAŻU, KTÓRE CHCĄ SIĘ PRZEBRANŻOWIĆ, PRZEDSIĘBIORCY- WŁAŚCICIELE SALONÓW KOSMETYCZNYCH I SALONÓW MASAŻU, PRACOWNICY W/W WYMIENIONYCH PRAGNĄCY POSZERZYĆ KOMPETENCJE NA TEMAT MASAŻY OBJĘTYCH PROGRAMEM NAUCZANIA

USŁUGA ROZWOJOWA ADRESOWANA RÓWNIEŻ DLA UCZESTNIKÓWPROJEKTU ZACHODNIOPOMORSKIE BONY SZKOLENIOWE.

„Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój”

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

15

Data zakończenia rekrutacji

31-08-2026

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 EDUKACYJNYM SZKOLENIA JEST PRZYGOTOWANIE KURSANTÓW DO SAMODZIELNEGO WYKONANIA MASAŻY AJURWEDYJSKICH: ABHYANGA, UDVARTANA, RATNAABHYANGA, SHIROABHYANGA, SHIRODHARA, UPANHASVEDA

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta do wykonania zabiegu masażu Abhyanga zgodnie z zasadami BHP i higieny.	<ul style="list-style-type: none">• przeprowadza dezynfekcję stanowiska pracy oraz akcesoriów zgodnie z obowiązującymi procedurami,	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none">• dobiera niezbędne środki poślizgowe (oleje do masażu) stosownie do potrzeb klienta,	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none">• przeprowadza wywiad z klientem w celu wykluczenia przeciwwskazań do masażu,	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none">• pozycjonuje klienta na stole do masażu z wykorzystaniem odpowiednich poduszek lub wałków, zapewniając komfort i bezpieczeństwo.	Test teoretyczny
Wykonuje sekwencję technik masażu ABHYANGA z uwzględnieniem zasad ergonomii własnej pracy.	<ul style="list-style-type: none">• dobiera odpowiednie techniki masażu w zależności od masowanej partii ciała,	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
		Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none">• utrzymuje właściwe tempo i rytm masażu w trakcie wykonywania całej sekwencji,	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
		Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none">• dostosowuje siłę nacisku do reakcji organizmu i potrzeb klienta,	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
		Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none">• prezentuje prawidłową postawę ciała podczas masażu, wykorzystując ciężar własnego ciała w celu odciążenia kręgosłupa i stawów,	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
		Test teoretyczny
<ul style="list-style-type: none">• zachowuje płynność przejść między poszczególnymi technikami bez przerywania kontaktu z ciałem klienta.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych	
	Test teoretyczny	

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Komunikuje się z klientem w sposób budujący zaufanie i poczucie bezpieczeństwa przed, w trakcie i po zabiegu.	<ul style="list-style-type: none"> • przedstawia cel i planowany przebieg masażu w sposób przystępny dla klienta, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • odczytuje sygnały niewerbalne klienta świadczące o dyskomforcie lub potrzebie zmiany siły nacisku, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • dostosowuje ton głosu oraz sposób komunikacji do indywidualnych potrzeb i nastroju klienta, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • uzyskuje od klienta informację zwrotną na temat odczuć po zakończonym zabiegu, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • formułuje profesjonalne zalecenia pozabiegowe dotyczące pielęgnacji i stylu życia. • przeprowadza dezynfekcję stanowiska pracy oraz akcesoriów zgodnie z obowiązującymi procedurami, 	Test teoretyczny
Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta do wykonania zabiegu masażu Upanhasveda zgodnie z zasadami BHP i higieny.	<ul style="list-style-type: none"> • dobiera niezbędne środki poślizgowe (oleje do masażu) stosownie do potrzeb klienta, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • przeprowadza wywiad z klientem w celu wykluczenia przeciwwskazań do masażu, • pozycjonuje klienta na stole do masażu z wykorzystaniem odpowiednich poduszek lub wałków, zapewniając komfort i bezpieczeństwo. 	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje sekwencję technik masażu Upanhasveda z uwzględnieniem zasad ergonomii własnej pracy.	<ul style="list-style-type: none"> • dobiera odpowiednie techniki masażu w zależności od masowanej partii ciała, • utrzymuje właściwe tempo i rytm masażu w trakcie wykonywania całej sekwencji, 	Test teoretyczny
		Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Test teoretyczny	
	Obserwacja w warunkach rzeczywistych	
	<ul style="list-style-type: none"> • dostosowuje siłę nacisku do reakcji organizmu i potrzeb klienta, 	Test teoretyczny
		Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	<ul style="list-style-type: none"> • prezentuje prawidłową postawę ciała podczas masażu, wykorzystując ciężar własnego ciała w celu odciążenia kręgosłupa i stawów, 	Test teoretyczny
		Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	<ul style="list-style-type: none"> • zachowuje płynność przejść między poszczególnymi technikami bez przerywania kontaktu z ciałem klienta. • przedstawia cel i planowany przebieg masażu w sposób przystępny dla klienta, 	Test teoretyczny
		Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Test teoretyczny		
<ul style="list-style-type: none"> • odczytuje sygnały niewerbalne klienta świadczące o dyskomforcie lub potrzebie zmiany siły nacisku, 	Test teoretyczny	
Komunikuje się z klientem w sposób budujący zaufanie i poczucie bezpieczeństwa przed, w trakcie i po zabiegu.	<ul style="list-style-type: none"> • dostosowuje ton głosu oraz sposób komunikacji do indywidualnych potrzeb i nastroju klienta, • uzyskuje od klienta informację zwrotną na temat odczuć po zakończonym zabiegu, 	Test teoretyczny
		Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • formułuje profesjonalne zalecenia pozabiegowe dotyczące pielęgnacji i stylu życia. 	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta do wykonania zabiegu masażu Shiroabhyanga zgodnie z zasadami BHP i higieny.	<ul style="list-style-type: none"> • przeprowadza dezynfekcję stanowiska pracy oraz akcesoriów zgodnie z obowiązującymi procedurami, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • dobiera niezbędne środki poślizgowe (oleje do masażu) stosownie do potrzeb klienta, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • przeprowadza wywiad z klientem w celu wykluczenia przeciwwskazań do masażu, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • pozycjonuje klienta na stole do masażu z wykorzystaniem odpowiednich poduszek lub wałków, zapewniając komfort i bezpieczeństwo. 	Test teoretyczny
Wykonuje sekwencję technik masażu Shiroabhyanga z uwzględnieniem zasad ergonomii własnej pracy.	<ul style="list-style-type: none"> • dobiera odpowiednie techniki masażu w zależności od masowanej partii ciała, 	Test teoretyczny Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	<ul style="list-style-type: none"> • utrzymuje właściwe tempo i rytm masażu w trakcie wykonywania całej sekwencji, 	Test teoretyczny Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	<ul style="list-style-type: none"> • dostosowuje siłę nacisku do reakcji organizmu i potrzeb klienta, 	Test teoretyczny Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	<ul style="list-style-type: none"> • prezentuje prawidłową postawę ciała podczas masażu, wykorzystując ciężar własnego ciała w celu odciążenia kręgosłupa i stawów, 	Test teoretyczny Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	<ul style="list-style-type: none"> • zachowuje płynność przejść między poszczególnymi technikami bez przerywania kontaktu z ciałem klienta. 	Test teoretyczny Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Komunikuje się z klientem w sposób budujący zaufanie i poczucie bezpieczeństwa przed, w trakcie i po zabiegu.	<ul style="list-style-type: none"> • przedstawia cel i planowany przebieg masażu w sposób przystępny dla klienta, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • odczytuje sygnały niewerbalne klienta świadczące o dyskomforcie lub potrzebie zmiany siły nacisku, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • dostosowuje ton głosu oraz sposób komunikacji do indywidualnych potrzeb i nastroju klienta, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • uzyskuje od klienta informację zwrotną na temat odczuć po zakończonym zabiegu, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • formułuje profesjonalne zalecenia pozabiegowe dotyczące pielęgnacji i stylu życia. • przeprowadza dezynfekcję stanowiska pracy oraz akcesoriów zgodnie z obowiązującymi procedurami, 	Test teoretyczny
Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta do wykonania zabiegu masażu Shirodhara zgodnie z zasadami BHP i higieny.	<ul style="list-style-type: none"> • dobiera niezbędne środki poślizgowe (oleje do masażu) stosownie do potrzeb klienta, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • przeprowadza wywiad z klientem w celu wykluczenia przeciwwskazań do masażu, • pozycjonuje klienta na stole do masażu z wykorzystaniem odpowiednich poduszek lub wałków, zapewniając komfort i bezpieczeństwo. 	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje sekwencję technik masażu Shirodhara z uwzględnieniem zasad ergonomii własnej pracy.	<ul style="list-style-type: none"> • dobiera odpowiednie techniki masażu w zależności od masowanej partii ciała, • utrzymuje właściwe tempo i rytm masażu w trakcie wykonywania całej sekwencji, 	Test teoretyczny
		Obserwacja w warunkach rzeczywistych
	Test teoretyczny	
	Obserwacja w warunkach rzeczywistych	
	<ul style="list-style-type: none"> • dostosowuje siłę nacisku do reakcji organizmu i potrzeb klienta, 	Test teoretyczny
	Obserwacja w warunkach rzeczywistych	
	<ul style="list-style-type: none"> • prezentuje prawidłową postawę ciała podczas masażu, wykorzystując ciężar własnego ciała w celu odciążenia kręgosłupa i stawów, 	Test teoretyczny
	Obserwacja w warunkach rzeczywistych	
	<ul style="list-style-type: none"> • zachowuje płynność przejść między poszczególnymi technikami bez przerywania kontaktu z ciałem klienta. 	Test teoretyczny
	Obserwacja w warunkach rzeczywistych	
Komunikuje się z klientem w sposób budujący zaufanie i poczucie bezpieczeństwa przed, w trakcie i po zabiegu.	<ul style="list-style-type: none"> • przedstawia cel i planowany przebieg masażu w sposób przystępny dla klienta, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • odczytuje sygnały niewerbalne klienta świadczące o dyskomforcie lub potrzebie zmiany siły nacisku, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • dostosowuje ton głosu oraz sposób komunikacji do indywidualnych potrzeb i nastroju klienta, • uzyskuje od klienta informację zwrotną na temat odczuć po zakończonym zabiegu, 	Test teoretyczny
		Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • formułuje profesjonalne zalecenia pozabiegowe dotyczące pielęgnacji i stylu życia. 	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji	
<p>Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta do wykonania zabiegu masażu Ratnaabhyanga zgodnie z zasadami BHP i higieny.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • przeprowadza dezynfekcję stanowiska pracy oraz akcesoriów zgodnie z obowiązującymi procedurami, 	<p>Test teoretyczny</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> • dobiera niezbędne środki poślizgowe (oleje do masażu) stosownie do potrzeb klienta, 	<p>Test teoretyczny</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> • przeprowadza wywiad z klientem w celu wykluczenia przeciwwskazań do masażu, 	<p>Test teoretyczny</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> • pozycjonuje klienta na stole do masażu z wykorzystaniem odpowiednich poduszek lub wałków, zapewniając komfort i bezpieczeństwo. 	<p>Test teoretyczny</p>	
<p>Wykonuje sekwencję technik masażu Ratnaabhyanga z uwzględnieniem zasad ergonomii własnej pracy.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • dobiera odpowiednie techniki masażu w zależności od masowanej partii ciała, 	<p>Test teoretyczny</p> <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> • utrzymuje właściwe tempo i rytm masażu w trakcie wykonywania całej sekwencji, 	<p>Test teoretyczny</p> <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> • dostosowuje siłę nacisku do reakcji organizmu i potrzeb klienta, 	<p>Test teoretyczny</p> <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> • prezentuje prawidłową postawę ciała podczas masażu, wykorzystując ciężar własnego ciała w celu odciążenia kręgosłupa i stawów, 	<p>Test teoretyczny</p> <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> • zachowuje płynność przejść między poszczególnymi technikami bez przerywania kontaktu z ciałem klienta. 	<p>Test teoretyczny</p> <p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>	

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Komunikuje się z klientem w sposób budujący zaufanie i poczucie bezpieczeństwa przed, w trakcie i po zabiegu.	<ul style="list-style-type: none"> • przedstawia cel i planowany przebieg masażu w sposób przystępny dla klienta, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • odczytuje sygnały niewerbalne klienta świadczące o dyskomforcie lub potrzebie zmiany siły nacisku, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • dostosowuje ton głosu oraz sposób komunikacji do indywidualnych potrzeb i nastroju klienta, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • uzyskuje od klienta informację zwrotną na temat odczuć po zakończonym zabiegu, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • formułuje profesjonalne zalecenia pozabiegowe dotyczące pielęgnacji i stylu życia. • przeprowadza dezynfekcję stanowiska pracy oraz akcesoriów zgodnie z obowiązującymi procedurami, 	Test teoretyczny
Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta do wykonania zabiegu masażu Udvertana zgodnie z zasadami BHP i higieny.	<ul style="list-style-type: none"> • dobiera niezbędne środki poślizgowe (oleje do masażu) stosownie do potrzeb klienta, 	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none"> • przeprowadza wywiad z klientem w celu wykluczenia przeciwwskazań do masażu, • pozycjonuje klienta na stole do masażu z wykorzystaniem odpowiednich poduszek lub wałków, zapewniając komfort i bezpieczeństwo. 	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji	
Wykonuje sekwencję technik masażu Udvertana z uwzględnieniem zasad ergonomii własnej pracy.	<ul style="list-style-type: none"> • dobiera odpowiednie techniki masażu w zależności od masowanej partii ciała, • utrzymuje właściwe tempo i rytm masażu w trakcie wykonywania całej sekwencji, 	Test teoretyczny	
		Obserwacja w warunkach rzeczywistych	
	Test teoretyczny		
	Obserwacja w warunkach rzeczywistych		
	<ul style="list-style-type: none"> • dostosowuje siłę nacisku do reakcji organizmu i potrzeb klienta, 	Test teoretyczny	
		Obserwacja w warunkach rzeczywistych	
	<ul style="list-style-type: none"> • prezentuje prawidłową postawę ciała podczas masażu, wykorzystując ciężar własnego ciała w celu odciążenia kręgosłupa i stawów, 	Test teoretyczny	
		Obserwacja w warunkach rzeczywistych	
	<ul style="list-style-type: none"> • zachowuje płynność przejść między poszczególnymi technikami bez przerywania kontaktu z ciałem klienta. 	Test teoretyczny	
		Obserwacja w warunkach rzeczywistych	
	Komunikuje się z klientem w sposób budujący zaufanie i poczucie bezpieczeństwa przed, w trakcie i po zabiegu.	<ul style="list-style-type: none"> • przedstawia cel i planowany przebieg masażu w sposób przystępny dla klienta, 	Test teoretyczny
		<ul style="list-style-type: none"> • odczytuje sygnały niewerbalne klienta świadczące o dyskomforcie lub potrzebie zmiany siły nacisku, 	Test teoretyczny
<ul style="list-style-type: none"> • dostosowuje ton głosu oraz sposób komunikacji do indywidualnych potrzeb i nastroju klienta, • uzyskuje od klienta informację zwrotną na temat odczuć po zakończonym zabiegu, 		Test teoretyczny	
		Test teoretyczny	
<ul style="list-style-type: none"> • formułuje profesjonalne zalecenia pozabiegowe dotyczące pielęgnacji i stylu życia. 		Test teoretyczny	

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

MODUŁ I – MASAŻ ABHYANGA (Masaż ajurwedyjski całego ciała ciepłym olejem)

Cel modułu:

Nauka technik masażu Abhyanga w oparciu o zasady Ajurwedy – harmonizowanie dosh Vata, Pitta i Kapha

Zakres tematyczny:

- Wprowadzenie do Ajurwedy: koncepcja dosz i pięciu elementów.
- Wskazania i przeciwwskazania.
- Znaczenie oleju w Ajurwedzie Przygotowanie stanowiska i klienta.
- Zajęcia praktyczne - techniki masażu: długie głaskania, ruchy spiralne, rotacje stawów.

MODUŁ II – MASAŻ UDVARTANA (Masaż ajurwedyjski proszkami ziołowymi)

Cel modułu:

Opanowanie techniki masażu oczyszczającego i redukującego tkankę tłuszczową z wykorzystaniem ziołowych proszków.

Zakres tematyczny:

- Znaczenie Udvartany w oczyszczaniu ciała (Panchakarma).
- Skład mieszanki ziołowej.
- Technika masażu z doborem odpowiedniego oleju.
- Efekty: poprawa krążenia limfy, złuszczenie skóry, stymulacja metabolizmu.

MODUŁ III – RATNAABHYANGA (Masaż ajurwedyjski kamieniami półszlachetnymi)

Cel modułu:

Poznanie zasad pracy z energią minerałów i umiejętność wykonywania masażu łączącego ciepło kamieni i właściwości olejów ajurwedyjskich.

Zakres tematyczny:

- Działanie kamieni (ametyst, kwarc różowy, jadeit itp.)
- Wybór kamieni do dosz
- Techniki masażu kamieniami.
- Wpływ masażu na układ nerwowy i emocje.

MODUŁ IV – SHIROABHYANGA (Masaż ajurwedyjski głowy, karku i barków)

Cel modułu:

Nauka masażu ajurwedyjskiego głowy, stosowanego w redukcji stresu, napięć i bezsenności.

Zakres tematyczny:

- Budowa głowy wg Ajurwedy.
- Oleje do Shiroabhyangi.
- Techniki: głaskanie, uciski, rotacje, praca na punktach marma.
- Efekty terapeutyczne – redukcja stresu, poprawa koncentracji.

MODUŁ V – SHIRODHARA (Masaż ajurwedyjski z polewaniem głowy strumieniem ciepłego oleju)

Cel modułu:

Zdobycie wiedzy i umiejętności w zakresie przygotowania i wykonania rytuału Shirodhara – zabiegu głęboko uspokajającego.

Zakres tematyczny:

- Znaczenie Shirodhary w Ajurwedzie – działanie na układ nerwowy.
- Przygotowanie sprzętu: Shirodhara, system podgrzewania oleju.
- Technika przelewania oleju – temperatura, kierunek, czas trwania.
- Integracja z masażem głowy i karku.

MODUŁ VI – UPANHASVEDA (Masaż ajurwedyjski pleców)

Cel modułu:

Nauka ajurwedyjskiego masażu okolicy kręgosłupa, wykonywanego na siedząco, z zastosowaniem olei naturalnych.

Zakres tematyczny:

- Zastosowanie Upanhasvedy w terapii bólu i napięć mięśniowych.
- Technika masażu i aplikacji ciepła.
- Efekty terapeutyczne – rozluźnienie, poprawa krążenia, regeneracja.

MODUŁ VII- WALIDACJA

- SZKOLENIE PROWADZI DO NABYCIA KOMPETENCJI:

MASAŻE: ABHYANGA, UDVARTANA, RATNAABHYANGA, SHIROABHYANGA, SHIRODHARA, UPANHASVEDA

Metoda weryfikacji osiągnięcia efektów kształcenia, tj. realizacji celu edukacyjnego:

- test teoretyczny
- obserwację wykonania technik masażu w warunkach rzeczywistych

Czas trwania szkolenia: 32 godziny zegarowe.

Szkolenie składa się z 4,5 godziny zegarowych teoretycznych oraz 27,5 godziny zegarowych praktycznych

Podczas szkolenia, przewidziana jest jedna, zaplanowana przerwa 60 minutowa każdego dnia (ze względu na specyfikę szkolenia – po jedzeniu wymagana jest przerwa dłuższa niż 30 minutowa przed położeniem się na masaż), oraz kilka mniejszych przerw dostosowanych do tempa pracy grupy, oraz potrzeb uczestników i trenera.

Przerwy w usłudze są wliczone w czas usługi rozwojowej.

Uczestnik szkolenia ma możliwość merytorycznego kontaktu z trenerem również podczas przerw (w przypadku, gdyby uczestnik nie chciał skorzystać z danej przerwy).

Szkolenie odbywa się wg harmonogramu, z uwagi na różne tempo pracy kursantów, możliwe są nieznaczne przesunięcia.

WARUNKI TECHNICZNE:

SALA JEST WYPOSAŻONA W NAJNOWSZY SPRZĘT I POMOCE DYDAKTYCZNE POTRZEBNE DO WYKONYWANIA SZKOLEŃ W W/W ZAKRESIE – SĄ TO PROFESJONALNE STOŁY DO MASAŻU, STOJAKI DO MASAŻU SHIRODHARA, ZESTAWY KAMIENI PÓLSZLACHETNYCH Z PODGRZEWACZAMI, ZESTAWY DO MASAŻU BAMBUSAMI, SPRZĘT DO MASAŻU STOPAMI, PODGRZEWACZE DO OLEJKÓW.

SAMODZIELNE STANOWISKA PRACY

WARUNKI ORGANIZACYJNE I OPIS CZĘŚCI PRAKTYCZNEJ:

Szkolenie realizowane jest w formie zajęć grupowych o charakterze warsztatowym.

Podział na grupy: kursanci pracują w parach, wykonując ćwiczenia praktyczne związane z technikami masażu z wykorzystaniem kosmetyków, olejków i innych preparatów stosowanych w masażu.

Sposób realizacji warsztatu:

Zajęcia prowadzone są w formie demonstracji oraz ćwiczeń praktycznych realizowanych w grupie. Uczestnicy wykonują ćwiczenia zgodnie z instrukcjami trenera, w wyznaczonym czasie, w ramach pracy w parach i pod stałym nadzorem prowadzącego

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 30 MODUŁ I-MASAŻ ABHYANGA Charakterystyka masażu Abhyanga – omówienie wskazań i przeciwwskazań do masażu -część 1	Zajęcia	ANDRZEJ JANECEK	01-09-2026	09:00	09:30	00:30
2 z 30 MODUŁ I- Wykonywanie technik masażu Abhyanga – część 1 (plecy, nogi)	Zajęcia	ANDRZEJ JANECEK	01-09-2026	09:30	11:00	01:30
3 z 30 MODUŁ I - Wykonywanie technik masażu Abhyanga – część 1 (nogi, brzuch, ramiona)	Zajęcia	ANDRZEJ JANECEK	01-09-2026	11:00	12:30	01:30
4 z 30 -	Przerwa	-	01-09-2026	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 30 MODUŁ I - Charakterystyka masażu Abhyanga – omówienie wskazań i przeciwwskazań do masażu –część 2	Zajęcia	ANDRZEJ JANECEK	01-09-2026	13:30	14:00	00:30
6 z 30 MODUŁ I - Wykonywanie technik masażu Abhyanga – część 2 (plecy, nogi)	Zajęcia	ANDRZEJ JANECEK	01-09-2026	14:00	15:30	01:30
7 z 30 MODUŁ I - Wykonywanie technik masażu Abhyanga – część 2 (nogi, brzuch, ramiona)	Zajęcia	ANDRZEJ JANECEK	01-09-2026	15:30	17:00	01:30
8 z 30 MODUŁY IV-VI – UPANHASVEDA, SHIROABHYANGA, SHIRODHARA Charakterystyka masażu Upanhasveda, Shiroabhyanga, Shirodhara –omówienie wskazań i przeciwwskazań do masażu –część 1	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	02-09-2026	09:00	09:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>9 z 30</p> <p>MODUŁY IV-VI-UPANHASVEDA, SHIROABHYANGA, SHIRODHARA</p> <p>Wykonywanie technik masażu Upanhasveda –część 1</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	02-09-2026	09:30	10:30	01:00
<p>10 z 30</p> <p>MODUŁY IV-VI-UPANHASVEDA, SHIROABHYANGA, SHIRODHARA</p> <p>Wykonywanie technik masażu Shiroabhyanga –część 1</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	02-09-2026	10:30	11:30	01:00
<p>11 z 30</p> <p>MODUŁY IV-VI-UPANHASVEDA, SHIROABHYANGA, SHIRODHARA</p> <p>Wykonywanie technik masażu Shirodhara – część 1</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	02-09-2026	11:30	12:30	01:00
<p>12 z 30</p> <p>-</p>	Przerwa	-	02-09-2026	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>13 z 30</p> <p>MODUŁY IV-VI-UPANHASVEDA, SHIROABHYANGA, SHIRODHARA</p> <p>Charakterystyka masażu Upanhasveda, Shiroabhyanga, Shirodhara –omówienie wskazań i przeciwwskazań do masażu –część 2</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	02-09-2026	13:30	14:00	00:30
<p>14 z 30</p> <p>MODUŁY IV-VI-UPANHASVEDA, SHIROABHYANGA, SHIRODHARA</p> <p>Wykonywanie technik masażu Upanhasveda –część 2</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	02-09-2026	14:00	15:00	01:00
<p>15 z 30</p> <p>MODUŁY IV-VI-UPANHASVEDA, SHIROABHYANGA, SHIRODHARA</p> <p>Wykonywanie technik masażu Shiroabhyanga –część 2</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	02-09-2026	15:00	16:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>16 z 30</p> <p>MODUŁY IV- VI- UPANHASVED A, SHIROABHYANGA, SHIRODHARA Wykonywanie technik masażu Shirodhara – część 2</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	02-09-2026	16:00	17:00	01:00
<p>17 z 30</p> <p>MODUŁ III- MASAŻ RATNAABHYANGA Charakterystyka masażu Ratnaabhyanga – omówienie wskazań i przeciwwskazań do masażu -część 1</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	03-09-2026	09:00	09:30	00:30
<p>18 z 30</p> <p>MODUŁ III- MASAŻ RATNAABHYANGA Wykonywanie technik masażu Ratnaabhyanga – część 1 (plecy, nogi)</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	03-09-2026	09:30	11:00	01:30
<p>19 z 30</p> <p>MODUŁ III- MASAŻ RATNAABHYANGA Wykonywanie technik masażu Ratnaabhyanga – część 1 (nogi, brzuch, ramiona, twarz)</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	03-09-2026	11:00	12:30	01:30
<p>20 z 30</p> <p>-</p>	Przerwa	-	03-09-2026	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>21 z 30</p> <p>MODUŁ III- MASAŻ RATNAABHYA NGA Charakterystyka masażu Ratnaabhyanga – omówienie wskazań i przeciwwskazań do masażu – część 2</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	03-09-2026	13:30	14:00	00:30
<p>22 z 30</p> <p>MODUŁ III- MASAŻ RATNAABHYA NGA Wykonywanie technik masażu Ratnaabhyanga – część 2 (plecy, nogi)</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	03-09-2026	14:00	15:30	01:30
<p>23 z 30</p> <p>MODUŁ III- MASAŻ RATNAABHYA NGA Wykonywanie technik masażu Ratnaabhyanga – część 2 (nogi, brzuch, ramiona, twarz)</p>	Zajęcia	ZUZANNA MACIEJEWSKA	03-09-2026	15:30	17:00	01:30
<p>24 z 30</p> <p>MODUŁ II- MASAŻ UDWARTANA Charakterystyka masażu Udwartana – omówienie wskazań i przeciwwskazań do masażu -część 1</p>	Zajęcia	ANDRZEJ JANECZEK	04-09-2026	09:00	09:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
25 z 30 MODUŁ II- MASAŻ UDWARTANA Wykonywanie technik masażu Udwartana – część 1 (plecy, nogi)	Zajęcia	ANDRZEJ JANEKZEK	04-09-2026	09:30	11:00	01:30
26 z 30 MODUŁ II- MASAŻ UDWARTANA Wykonywanie technik masażu Udwartana – część 1 (nogi, brzuch, ramiona)	Zajęcia	ANDRZEJ JANEKZEK	04-09-2026	11:00	12:30	01:30
27 z 30 -	Przerwa	-	04-09-2026	12:30	13:30	01:00
28 z 30 MODUŁ II- MASAŻ UDWARTANA Wykonywanie technik masażu Udwartana – część 2 (plecy, nogi)	Zajęcia	ANDRZEJ JANEKZEK	04-09-2026	13:30	15:30	02:00
29 z 30 MODUŁ II- MASAŻ UDWARTANA Wykonywanie technik masażu Udwartana – część 2 (nogi, brzuch, ramiona)	Zajęcia	ANDRZEJ JANEKZEK	04-09-2026	15:30	16:00	00:30
30 z 30 -	Walidacja	-	04-09-2026	16:00	17:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	32:00
w tym suma godzin zajęć	27:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	04:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	37:15

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania w wysokości co najmniej 70%, możesz mieć możliwość skorzystania ze zwolnienia z podatku VAT, pod warunkiem spełnienia pozostałych wymogów, o których mowa w § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 300,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 682,93 PLN
Koszt osobogodziny brutto	103,13 PLN
Koszt osobogodziny netto	83,84 PLN

Liczba godzin usługi

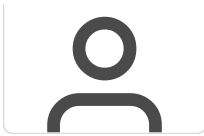
Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	32:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2



ZUZANNA MACIEJEWSKA

WYKSZTAŁCENIE WYŻSZE, UKOŃCZONE STUDIA NA KIERUNKU FIZJOTERAPIA, TECHNIK MASAŻYSTA, UKOŃCZONE STUDIA NA KIERUNKU KOSMETOLOGIA, UKOŃCZONE LICZNE KURSY Z RÓŻNYCH TECHNIK MASAŻU, OD 2016 ROKU- INSTRUKTOR MASAŻU W AKADEMII MASAŻU KARUNA; OSOBA PROWADZĄCA USŁUGĘ; OSOBA ZASTĘPUJĄCA -ANDRZEJ JANECZEK

POSIADA DOŚWIADCZENIE ZAWODOWE ZDOBYTE NIE WCZEŚNIEJ NIŻ 5 LAT PRZED DATĄ PUBLIKACJI USŁUGI W BUR.



2 z 2

ANDRZEJ JANECZEK

WYKSZTAŁCENIE WYŻSZE, UKOŃCZONE STUDIA PODYPLOMOWE O SPECJALNOŚCI MASAŻ I FIZYKOTERAPIA, UKOŃCZONE LICZNE KURSY Z RÓŻNYCH TECHNIK MASAŻU, OD 2008 ROKU CYKLICZNE PROWADZENIE SZKOLEŃ W AKADEMII MASAŻU KARUNA, OSOBA PROWADZĄCA USŁUGĘ; OSOBA ZASTĘPUJĄCA- ZUZANNA MACIEJEWSKA

POSIADA DOŚWIADCZENIE ZAWODOWE ZDOBYTE NIE WCZEŚNIEJ NIŻ 5 LAT PRZED DATĄ PUBLIKACJI USŁUGI W BUR.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

UCZESTNICY PRZED ROZPOCZĘCIEM SZKOLENIA OTRZYMUJĄ SKRYPTY

Warunki uczestnictwa

WARUNKIEM UCZESTNICTWA JEST:

- ZŁOŻENIE OŚWIADCZENIA O STANIE ZDROWIA - BRAK PRZECIWWSKAZAŃ DO UCZESTNICTWA W KURSIE (W RAZIE WĄTPLIWOŚCI – PRZEDSTAWIENIE ZAŚWIADCZENIA OD LEKARZA),

- PEŁNOLETNIOŚĆ,

-WYKSZTAŁCENIE PONADPODSTAWOWE,

-PODPISANIE UMOWY POMIĘDZY USŁUGODAWCĄ A UCZESTNIKIEM SZKOLENIA, JEŻELI NIE ZOSTAŁA PODPISAN UMOWATRÓJSTRONNA Z OPERATOREM I KURSANTEM.

Informacje dodatkowe

ZAWARTO UMOWĘ W WUP W SZCZECINIE NA SWIADCZENIE USŁUG ROZWOJOWYCH Z WYKORZYSTANIEM ELEKTRONICZNYCHBONÓW SZKOLENIOWYCH W RAMACH PROJEKTU ZACHODNIOPOMORSKIE BONY SZKOLENIOWE.

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój.

WARUNKIEM NABYCIA KOMPETENCJI JEST 100% FREKWENCJA NA KAŻDYM MODULE

Walidacja efektów uczenia się obejmuje test teoretyczny oraz obserwację w warunkach rzeczywistych i prowadzona jest zgodnie z metodami wskazanymi w efektach uczenia się oraz kryteriach weryfikacji

Obserwacja w warunkach rzeczywistych jest prowadzona przez walidatora w trakcie realizacji zajęć.

Po zakończonym kursie uczestnik otrzymuje Zaświadczenie wydane przez Akademię Masażu Karuna .

PODSTAWA ZWOLNIENIA Z VAT:

Podstawa prawna zwolnienia z VAT: Rozporządzenie Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. paragraf 3 ust 1 pkt. 14. Zwalnia się od podatku usługi kształcenia zawodowego lub przekształcenia zawodowego, finansowane w co najmniej 70 % ze środków publicznych oraz świadczenie usług i

Adres

ul. Raciążska 6
89-642 Rytel
woj. pomorskie

Miejsce szkolenia pod wskazanym adresem, na domofonie należy wybrać "Janeczek" lub "Karuna".

Kontakt



Janusz Janeczek

E-mail akademiakaruna.janusz@gmail.com

Telefon (+48) 609 798 852