

DILIGENT

Diligent Szymon
Mrózek

★★★★★ 4,9 / 5

66 ocen

Masaż relaksacyjny oraz masaż gorącymi kamieniami - szkolenie z terapii manualnych + prowadzenie gabinetu terapii manualnych

Numer usługi 2026/05/28/175328/3594597

📍 Bielsko-Biała

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 24.07.2026 do 25.07.2026

4 600,00 PLN brutto

4 600,00 PLN netto

287,50 PLN brutto/h

287,50 PLN netto/h

226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Uroda

Grupa docelowa usługi

Szkolenie przeznaczone jest dla osób fizycznych. Początkujących, jak i aktywnie działających, kosmetologów, kosmetyczek, fizjoterapeutów, masażyстів, pracowników SPA oraz wszystkich zainteresowanych tematyką masażu. Poziom podstawowy, nie wymagane są dokumenty potwierdzające kompetencje. Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu MP i/lub dla Uczestników Projektu NSE.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

23-07-2026

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

Przygotowanie uczestników do profesjonalnego wykonywania masażu gorącymi kamieniami z elementami aromaterapii, z zachowaniem zasad bezpieczeństwa, ergonomii pracy, oraz holistycznego podejścia do klienta w duchu terapii manualnej i świadomego dotyku.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Moduł 1. Uczestnik ma świadomość podstaw i koncepcji masażu relaksacyjnego z użyciem kamieni i aromaterapii. – dokonuje wyboru certyfikowanych, naturalnych olejków eterycznych</p>	<p>Poprawne przedstawienie celów i działania techniki.</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>Moduł 2. Uczestnik prawidłowo wykonuje masaż pleców i kończyn dolnych. – planuje przestrzeń pracy tak, by była wygodna i bezpieczna</p>	<p>Uczestnik wykonuje masaż z zachowaniem kolejności ruchów, rytmu i prawidłowej siły nacisku.</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>Moduł 3. Uczestnik rozpoznaje przeciwwskazania i odpowiednio przygotować sesję masażu. – prezentuje postawy szacunku i odpowiedzialności wobec ciała klienta</p>	<p>Uczestnik poprawnie wskazuje przeciwwskazań i środków ostrożności.</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
<p>Moduł 4. Uczestnik pracuje ergonomicznie i bezpiecznie z narzędziami.</p>	<p>Prawidłowe ustawienie stanowiska pracy i demonstracja ruchów.</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>
<p>Moduł 5. Uczestnik dobiera odpowiednie kamienie i olejki do stanu klienta.</p>	<p>Uzasadnia wybór kamieni i olejków w kontekście wskazań.</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Moduł 6. Uczestnik stosuje techniki relaksacyjne z wyczuciem i szacunkiem do klienta. – wykazuje umiejętność dostosowania techniki do potrzeb osoby masowanej z uważnością i szacunkiem – bez forsowania ciała i emocji.</p> <p>wskazuje cechy efektywnego gabinetu terapii manualnych</p>	<p>Uczestnik zachowuje płynność ruchów, dobiera intensywność i komunikuje z klientem.</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Fundacja My Personality Skills
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills

Program

Moduł 1: TEORIA Wprowadzenie do masażu relaksacyjnego z kamieniami i aromaterapią

Opis:

Omówienie istoty masażu relaksacyjnego jako formy terapii manualnej. Przedstawienie podstawowych założeń masażu gorącymi kamieniami i roli aromaterapii. Ujęcie masażu jako techniki i filozofii – praca z dotykiem, intencją, uważnością.

Moduł 2: Właściwości masażu relaksacyjnego oraz kamieni i olejków eterycznych

Opis:

Wykonanie masażu relaksacyjnego.

Charakterystyka kamieni używanych w masażu (bazalt, marmur) – ich działanie fizjoterapeutyczne, retencja ciepła. Wprowadzenie do aromaterapii – wpływ zapachów na układ nerwowy, emocje, proces relaksacji.

Moduł 3: PRAKTYKA Przeciwwskazania, przygotowanie klienta i terapeuty

Opis:

Omówienie przeciwwskazań ogólnych i miejscowych. Przygotowanie gabinetu i sprzętu. Procedury wywiadu, budowanie poczucia bezpieczeństwa i zaufania. Prawidłowe podgrzewanie i chłodzenie kamieni.

Moduł 4: PRAKTYKA Ergonomia pracy terapeuty i bezpieczeństwo

Opis:

Techniki pracy bez przeciążania ciała masażyisty. Praca w rytmie oddechu, kontrola postawy, organizacja ruchu i przestrzeni pracy. Zapewnienie bezpieczeństwa termicznego klientowi.

Moduł 5:– PRAKTYKA masaż pleców, nóg i obręczy barkowej

Opis:

Techniki masażu z wykorzystaniem kamieni na tylnej stronie ciała: plecy, nogi, barki. Rytm, nacisk, kierunek ruchu, synchronizacja z oddechem. Praktyczne zastosowanie ciepła i dotyku.

Moduł 6: PRAKTYKA – masaż relaksacyjny

Opis:

Balansowanie energii, uspokojenie układu nerwowego. Integracja sesji. Wyciszenie i zakończenie masażu.

Moduł 7: Podsumowanie sesji – etyka pracy, relacja terapeutyczna

Opis:

Omówienie znaczenia komunikacji, intencji i uważności. Kodeks etyczny terapeuty. Wskazania i zalecenia po masażu. Refleksja nad pracą i samopoczuciem klienta.

Budowanie relacji opartych na zaufaniu i poszanowaniu, świadomość wpływu psychofizycznego na środowisko pracy i klientów.

Prowadzenie efektywnego gabinetu terapii manualnych

Informacje dodatkowe:

- przerwy stanowią integralną część kursu a ich czas jest dostosowany do potrzeb uczestników
- po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej uczestnik otrzymuje certyfikat w ciągu 3 dni roboczych od pozytywnego wyniku walidacji
- każdy uczestnik otrzymuje bogaty skrypt szkoleniowy w formie książkowej
- każdy uczestnik pracuje przy w pełni wyposażonym stanowisku ze stołem do masażu i wysokiej klasy kosmetykami
- uczestnicy mają do dyspozycji modelki lub pracują na sobie wzajemnie
- jedna godzina zajęć równa jest godzinie zegarowej
- przed zapisem na szkolenie prosimy o kontakt z organizatorem, aby zweryfikować dostępność terminu
- aby wypełnić zgłoszenie prosimy o kontakt mailowy: instytutskalska@gmail.com

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 14

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 14 Moduł 1: TEORIA Wprowadzenie do masażu relaksacyjnego z kamieniami i aromaterapią	Zajęcia	Monika Skalska	24-07-2026	08:00	09:00	01:00
2 z 14 Moduł 2: Właściwości masażu relaksacyjnego oraz kamieni i aromaterapii	Zajęcia	Monika Skalska	24-07-2026	09:00	10:00	01:00
3 z 14 -	Przerwa	-	24-07-2026	10:00	10:15	00:15
4 z 14 Moduł 3: PRAKTYKA Przeciwwskazania, przygotowanie klienta i terapeuty	Zajęcia	Monika Skalska	24-07-2026	10:15	12:15	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 14 Moduł 4: PRAKTYKA Ergonomia pracy terapeuty podczas sesji masażu i bezpieczeństwo	Zajęcia	Monika Skalska	24-07-2026	12:15	13:00	00:45
6 z 14 -	Przerwa	-	24-07-2026	13:00	13:45	00:45
7 z 14 Moduł 5: PRAKTYKA – techniki masażu pleców, nóg i ramion	Zajęcia	Monika Skalska	24-07-2026	13:45	15:00	01:15
8 z 14 Moduł 6: PRAKTYKA – masaż	Zajęcia	Monika Skalska	24-07-2026	15:00	16:00	01:00
9 z 14 Moduł 6 - cd - praktyka masażu relaksacyjnego i intencja w dotyku	Zajęcia	Monika Skalska	25-07-2026	08:00	10:00	02:00
10 z 14 -	Przerwa	-	25-07-2026	10:00	10:15	00:15
11 z 14 Moduł 6 - cd- PRAKTYKA Świadomość ciała klienta i subtelna praca z układem nerwowym	Zajęcia	Monika Skalska	25-07-2026	10:15	12:30	02:15
12 z 14 -	Przerwa	-	25-07-2026	12:30	13:15	00:45
13 z 14 Moduł 7: Podsumowanie sesji – etyka pracy, relacja terapeutyczna - ŁĄCZENIE OBU TECHNIK	Zajęcia	Monika Skalska	25-07-2026	13:15	15:00	01:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 14 -	Walidacja	-	25-07-2026	15:00	16:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 600,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	287,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	287,50 PLN
W tym koszt walidacji brutto	150,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	150,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	125,00 PLN

Liczba godzin usługi

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Monika Skalska

Monika Skalska to doświadczony i pełen pasji trener z imponującym, 20-letnim stażem w dziedzinie terapii manualnych. Specjalizuje się w autorskich metodach masażu twarzy i ciała w tym głównie KOBIDO MS i FaceLifting MS oraz neuromasaż. Jej podejście bazuje na bezinwazyjnych, naturalnych technikach, które przynoszą spektakularne efekty w poprawie kondycji skóry, relaksacji mięśni, stymulacji układu limfatycznego i krwionośnego, a także redukcji stresu i oznak zmęczenia. Monika Skalska jest nie tylko praktykiem, ale również wybitnym pedagogiem, który z ogromnym zaangażowaniem dzieli się swoją wiedzą i umiejętnościami. Ukończyła szkolenie z zakresu zielonych kompetencji, które pozwoliło poszerzyć wiedzę na temat zrównoważonego rozwoju, ochrony środowiska oraz ekologicznych praktyk w życiu codziennym i pracy zawodowej. Jej filozofia pracy to nieustanne doskonalenie i poszukiwanie nowych rozwiązań. Regularnie uczestniczy w kursach i szkoleniach, w ciągu ostatnich 5 lat podnosiła swoje kompetencje i kwalifikacje.

Monika Skalska to uznany specjalista w dziedzinie terapii manualnych, z szerokim zakresem kompetencji obejmujących m.in.:

- Japońskie techniki masażu Kobido MS
- Facelifting MS Manual Therapy (terapia autorska)
- Neuromasaż z elementami refleksologii (terapia autorska)
- Masaż transbukalny
- Drenaż limfatyczny
- Mezoterapia mikroigłowa
- Masaż bańkami
- Techniki relaksacyjne na ciało
- Refleksologia twarzy, głowy, dłoni i stóp
- Pinezkowanie twarzy
- Masaż gorącymi kamieniami

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Informacje dodatkowe:

- przerwy stanowią integralną część kursu a ich czas jest dostosowany do potrzeb uczestników
- po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej uczestnik otrzymuje certyfikat w ciągu 3 dni roboczych od zakończenia szkolenia
- jedna godzina zajęć równa jest godzinie zegarowej
- przed zapisem na szkolenie prosimy o kontakt z organizatorem, aby zweryfikować dostępność terminu
- aby wypełnić zgłoszenie prosimy o kontakt mailowy: instytutskalska@gmail.com

Rozporządzenie Ministra Finansów z dn. 20.12.2013 r. paragraf 3 ust 1 pkt.14. Zwalnia się od podatku usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego, finansowane w co najmniej 70 % ze środków publicznych oraz świadczenie usług i dostawę towarów ściśle z tymi usługami związane.

Warunki uczestnictwa

Dla uczestników projektu MP i/lub NSE warunkiem uczestnictwa jest zapisanie się również na usługę egzaminacyjną

Adres

pl. św. Mikołaja 5/3
43-300 Bielsko-Biała
woj. śląskie

winda

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Monika Skalska

E-mail instytutskalska@gmail.com

Telefon (+48) 602 626 662