



## Masaż gorącymi kamieniami wraz z Terapią bańką ogniową- Szkolenie

Numer usługi 2026/06/09/185827/3615820

6 150,00 PLN brutto  
5 000,00 PLN netto  
384,38 PLN brutto/h  
312,50 PLN netto/h  
183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

SENSORIAMED  
DOMINIKA  
OSTROWSKA

★★★★★ 5,0 / 5

31 ocen

- 📍 Tarnowskie Góry
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 16:00 h
- 📅 03.09.2026 do 11.09.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne

### Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do osób, które zawodowo pracują z ciałem klienta lub planują rozpocząć taką działalność i chcą poszerzyć swoje umiejętności o techniki masażu gorącymi kamieniami oraz terapii bańką ogniową. W szczególności adresatami szkolenia są:

- masażyści, fizjoterapeuci oraz pracownicy gabinetów SPA i wellness, posiadający podstawową wiedzę z zakresu anatomii i pracy z ciałem;
- naturopaci i terapeuci medycyny naturalnej, chcący rozszerzyć ofertę o techniki holistyczne;
- instruktorzy jogi i trenerzy personalni zainteresowani metodami relaksacyjnymi i regeneracyjnymi;
- osoby dorosłe rozwijające kwalifikacje zawodowe w obszarze zabiegów relaksacyjnych, niezależnie od dotychczasowego doświadczenia.

Od uczestników nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie w omawianych technikach. Warunkiem udziału jest pełnoletność oraz brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania zabiegów.

### Minimalna liczba uczestników

2

### Maksymalna liczba uczestników

6

### Data zakończenia rekrutacji

02-09-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnego i bezpiecznego wykonywania zabiegów masażu gorącymi kamieniami oraz terapii bańką ogniową, wspomagających relaksację, poprawę krążenia i redukcję napięcia mięśniowego. Po zakończeniu usługi uczestnik będzie przygotowany do samodzielnego planowania i przeprowadzania obu zabiegów oraz ich łączenia w spójną terapię, z uwzględnieniem wskazań, przeciwwskazań i zasad bezpieczeństwa, a także do omówienia korzyści i ograniczeń zabiegów w komunikacji z klientem.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje zasady bezpieczeństwa i higieny pracy oraz wskazania i przeciwwskazania do zabiegów.	Wymienia zasady bezpieczeństwa i higieny pracy obowiązujące podczas masażu gorącymi kamieniami oraz terapii bańką ogniową.	Test teoretyczny
	Rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do stosowania obu zabiegów.	Test teoretyczny
	Ocenia, na podstawie przedstawionego scenariusza klienta, sytuacje zdrowotne wymagające odstąpienia od zabiegu.	Test teoretyczny
	Omawia zasady przygotowania stanowiska pracy oraz dezynfekcji kamieni i baniek.	Test teoretyczny
Charakteryzuje właściwości kamieni oraz mechanizm działania technik ogniowych w terapii bańką.	Opisuje rodzaje kamieni stosowanych w masażu oraz ich zastosowanie.	Test teoretyczny
	Uzasadnia mechanizm działania baniek ogniowych na organizm.	Test teoretyczny
	Rozróżnia efekty terapeutyczne masażu gorącymi kamieniami i terapii bańką ogniową.	Test teoretyczny
Wykonuje pełną sekwencję masażu gorącymi kamieniami.	Prezentuje techniki masażu z zachowaniem płynności ruchów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Kontroluje temperaturę kamieni, zapewniając bezpieczeństwo i komfort klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Układa kamienie na ciele klienta zgodnie z zasadami anatomicznymi.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje zabieg terapii bańką ogniową.	Stawia bańki ogniowe na różnych partiach ciała zgodnie z zasadami bezpieczeństwa.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje masaż przesuwany bańką na plecach z prawidłową techniką i płynnością ruchów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Kontroluje czas pozostawienia baniek ogniowych na ciele.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Planuje i realizuje indywidualną terapię łączącą masaż gorącymi kamieniami i terapię bańką ogniową oraz omawia ją z klientem.	Opracowuje plan terapii dla przedstawionego studium przypadku.	Test teoretyczny
	Uzasadnia dobór technik w odniesieniu do potrzeb klienta oraz uwzględnia przeciwwskazania zdrowotne.	Test teoretyczny
	Wykonuje łączony zabieg (kamienie i bańki) dostosowany do scenariusza klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prezentuje i omawia korzyści oraz ograniczenia zaproponowanych zabiegów.	Obserwacja w warunkach symulowanych

## 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://www.sensoriamed.pl>

#### Informacje

**Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację**

Sensoriamed Dominika Ostrowska ul. Bukowa 9 42-610 Miasteczko Śląskie

**Nazwa Podmiotu certyfikującego**

Fundacja My Personality Skills ul. Batalionów Chłopskich 19 33-300 Nowy Sącz

# Program

Program łączy część teoretyczną z intensywną praktyką i umożliwia samodzielne wykonanie pełnych zabiegów. Zajęcia praktyczne realizowane są w parach oraz na modelach, w grupach do 6 osób, co zapewnia każdemu uczestnikowi aktywny udział i indywidualną korektę pod okiem trenera.

## Dzień 1 (8 godz.) - Masaż gorącymi kamieniami

- Wprowadzenie do szkolenia, zasady BHP i higiena pracy z klientem; wskazania i przeciwwskazania.
- Podstawy teoretyczne: historia i korzenie metody, rodzaje kamieni i ich właściwości, zasady podgrzewania i utrzymania temperatury.
- Techniki praktyczne: układanie kamieni na ciele, schematy pracy, prowadzenie kamieni (głaskania, rozcierania, uciski), techniki relaksacyjne.
- Warsztat praktyczny: pełna sekwencja masażu pleców i kończyn, praca z temperaturą i reakcją skóry, doskonalenie płynności ruchów.

## Dzień 2 (8 godz.) - Terapia bańką ogniową, terapia łączona i walidacja

- Podstawy teoretyczne terapii bańkami ogniowymi: historia w medycynie chińskiej, rodzaje baniek, techniki ogniowe, wskazania, przeciwwskazania i zasady bezpieczeństwa.
- Techniki praktyczne: trzymanie ognia i bezpieczne odsysanie powietrza, stawianie baniek na plecach, karku i kończynach, kontrola siły zassania i czasu zabiegu.
- Masaż przesuwany bańką dla poprawy krążenia oraz techniki rozluźniające mięśnie.
- Warsztat łączony: opracowanie i wykonanie indywidualnej terapii łączącej kamienie i bańki; przygotowanie do walidacji.
- Walidacja: obserwacja w warunkach symulowanych (część praktyczna) oraz test teoretyczny.

## Warunki organizacyjne i sposób organizacji walidacji

Szkolenie realizowane jest w formie stacjonarnej w grupie liczącej od 2 do 6 osób. Organizator zapewnia salę szkoleniową oraz urządzenia i materiały niezbędne do części praktycznej (piec, kamienie, bańki), a także modeli do ćwiczeń. Czas trwania usługi liczony jest w godzinach zegarowych, a przerwy wliczane są w czas trwania szkolenia. Walidacja przeprowadzana jest przez osobę inną niż prowadząca proces kształcenia, co zapewnia rozdzielność funkcji. Obejmuje ona dwie metody: obserwację w warunkach symulowanych (wykonanie łączonego zabiegu) oraz test teoretyczny. Pozytywny wynik obu części walidacji jest warunkiem uzyskania certyfikatu. Certyfikaty wystawiane przez podmiot certyfikujący przesyłane są absolwentom drogą elektroniczną w terminie do 5 dni roboczych od daty zakończenia szkolenia stacjonarnego.

- Teoria: 4 godz.
- Praktyka: 9godz. 50min.
- Walidacja:
- Przerwa:

W przypadku nie osiągnięcia minimalnej liczby uczestników szkolenia organizator może zmienić termin realizowanej usługi po wcześniejszym poinformowaniu zapisanych już kursantów oraz właściwych operatorów dofinansowania.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 18

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<span>1 z 18</span> Omówienie celów szkolenia, zasad BHP i higieny pracy	Zajęcia	Dominika Ostrowska	03-09-2026	09:00	09:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>2 z 18</b> Podstawy masażu gorącymi kamieniami - teoria: historia i korzenie metody, rodzaje kamieni i ich właściwości, zasady podgrzewania i utrzymania temperatury	Zajęcia	Dominika Ostrowska	03-09-2026	09:30	11:00	01:30
<b>3 z 18</b> -	Przerwa	-	03-09-2026	11:00	11:15	00:15
<b>4 z 18</b> Techniki masażu gorącymi kamieniami - praktyka: układanie kamieni na ciele, schematy pracy, prowadzenie kamieni (głaskania, rozcierania, uciski)	Zajęcia	Dominika Ostrowska	03-09-2026	11:15	13:15	02:00
<b>5 z 18</b> -	Przerwa	-	03-09-2026	13:15	14:00	00:45
<b>6 z 18</b> Warsztat praktyczny: pełna sekwencja masażu pleców i kończyn - wykonanie w parach, praca z temperaturą i reakcją skóry klienta	Zajęcia	Dominika Ostrowska	03-09-2026	14:00	16:00	02:00
<b>7 z 18</b> -	Przerwa	-	03-09-2026	16:00	16:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>8 z 18</b> Doskonalenie technik masażu - powtórzenie sekwencji, omówienie reakcji skóry, indywidualne korekty pod okiem trenera	Zajęcia	Dominika Ostrowska	03-09-2026	16:15	17:00	00:45
<b>9 z 18</b> Terapia bańkami ogniwymi - teoria: historia i tradycja w medycynie chińskiej, rodzaje baniek, techniki ogniowe, wskazania, przeciwwskazania, zasady bezpieczeństwa	Zajęcia	Dominika Ostrowska	04-09-2026	09:00	10:20	01:20
<b>10 z 18</b> Techniki stawiania baniek ogniowych - praktyka: trzymanie ognia, bezpieczne odsysanie powietrza, stawianie baniek na plecach, karku i kończynach, kontrola siły zassania i czasu zabiegu	Zajęcia	Dominika Ostrowska	04-09-2026	10:20	11:15	00:55
<b>11 z 18</b> -	Przerwa	-	04-09-2026	11:15	11:30	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>12 z 18</b></p> <p>Techniki stawiania baniek ogniowych - praktyka: trzymanie ognia, bezpieczne odsysanie powietrza, stawianie baniek na plecach, karku i kończynach, kontrola siły zassania i czasu zabiegu - kontynuacja</p>	Zajęcia	Dominika Ostrowska	04-09-2026	11:30	12:15	00:45
<p><b>13 z 18</b></p> <p>Techniki masażu bańką ogniową - praktyka: masaż przesuwany bańką dla poprawy krążenia, techniki rozluźniające mięśnie</p>	Zajęcia	Dominika Ostrowska	04-09-2026	12:15	13:30	01:15
<p><b>14 z 18</b> -</p>	Przerwa	-	04-09-2026	13:30	14:15	00:45
<p><b>15 z 18</b></p> <p>Warsztat: łączenie kamieni i baniek w pracy gabinetowej - opracowanie indywidualnej terapii i przygotowanie do walidacji</p>	Zajęcia	Dominika Ostrowska	04-09-2026	14:15	15:45	01:30
<p><b>16 z 18</b> -</p>	Przerwa	-	04-09-2026	15:45	16:00	00:15
<p><b>17 z 18</b> -</p>	Walidacja	-	04-09-2026	16:00	16:40	00:40

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 18 -	Walidacja	-	04-09-2026	16:40	17:00	00:20

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	12:30
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	02:30
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:00

## Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania z zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 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 w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 150,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	384,38 PLN
Koszt osobogodziny netto	312,50 PLN
W tym koszt walidacji brutto	61,50 PLN
W tym koszt walidacji netto	50,00 PLN

W tym koszt certyfikowania brutto 184,50 PLN

W tym koszt certyfikowania netto 150,00 PLN

## Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin Liczba godzin

Liczba godzin zegarowych usługi 16:00

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Dominika Ostrowska

Pani Dominika to doświadczona trenerka i edukatorka zdrowotna, która od ponad 8 lat z powodzeniem prowadzi szkolenia, a jej prawdziwą pasją są terapie naturalne, w szczególności akupunktura kosmetyczna, pinezkowanie twarzy i terapia Bowena. Swoją praktykę prowadzi w Tarnowskich Górach, gdzie z powodzeniem łączy medycynę naturalną z nowoczesnym podejściem do zdrowia i estetyki. Jej doświadczenia w dziedzinie akupunktury pozwalają na holistycznym podejściu do każdego klienta, zarówno w zakresie poprawy wyglądu skóry, redukcji zmarszczek, jak i poprawy ogólnego samopoczucia. Pani Dominika słynie z dbałości o wysoką jakość przekazywanej wiedzy. Prowadzone przez nią szkolenia kierowane są do osób które chcą zdobyć kwalifikacje z zakresu skutecznych, naturalnych metody pracy z twarzą i ciałem. Dzięki praktycznemu doświadczeniu oraz zaangażowaniu w rozwój uczestników, każde szkolenie prowadzone przez Panią Dominikę to połączenie wiedzy, pasji i realnych efektów. Dominika posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi w BUR.

Szkolenie Akupunktura Kosmetyczna (marzec 2025).

Szkolenie BODY PROCES (maj 2024).

Szkolenie Japoński Masaż Kobido (sierpień 2023).

Szkolenie ACCES BARS PRACTITIONER (czerwiec 2023).

Szkolenie Soul Body Fusion (sierpień 2023).

Terapia Bowena (maj 2025)

Terapia bańkami chińskimi (luty 2024)

Masaż gorącymi kamieniami (czerwiec 2024)

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

CO OTRZYMASZ W TRAKCIE SZKOLENIA?

- Skrypt szkoleniowy – opracowany w formie papierowego materiału dydaktycznego z możliwością własnych notatek oraz długopis
- materiały i akcesoria niezbędne do realizacji części praktycznej szkolenia

## Informacje dodatkowe

- Podstawa zwolnienia: "Zwolnienie z VAT na podstawie §3 ust.1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień 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 (Dz.U. z 2025 r., poz.823)
- Usługa realizowana w formie usługi stacjonarnej, zostanie w całości zrealizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.
- W przypadku potrzeby zapewnienia specjalnych udogodnień, przed zapisem na usługę prosimy o kontakt
- Program szkolenia stanowi własność intelektualną firmy szkoleniowej Sensoriamed.

## Adres

ul. Ratuszowa 12  
42-600 Tarnowskie Góry  
woj. śląskie

Profesjonalnie przygotowana sala szkoleniowa z wydzielonymi stanowiskami do ćwiczeń praktycznych, zapleczem kuchennym oraz węzłem sanitarnym.

## Kontakt



**Grzegorz Ostrowski**

**E-mail** [sensoriamed@gmail.com](mailto:sensoriamed@gmail.com)

**Telefon** (+48) 604 330 547