



IQ CONSULTING  
SPÓŁKA Z  
OGRA NICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

7 873 oceny

## Szkolenie: RS - 2D Refleksologia stóp - terapia neuro-od ruchowa

Numer usługi 2026/07/03/120895/3669048

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 05.10.2026 do 06.10.2026

3 990,00 PLN brutto

3 990,00 PLN netto

249,38 PLN brutto/h

249,38 PLN netto/h

166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty

### Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do osób zainteresowanych prowadzeniem lub prowadzących już gabinet masażu, posiadających rozwinięte zdolności manualne oraz predyspozycje do pracy z ciałem człowieka. Kurs przeznaczony jest dla osób ceniących bezpośredni kontakt z klientem i zainteresowanych rozwojem praktycznych umiejętności w zakresie terapii manualnych.

### Minimalna liczba uczestników

2

### Maksymalna liczba uczestników

30

### Data zakończenia rekrutacji

04-10-2026

### 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

Celem jest zdobycie wiedzy i praktyki z refleksologii stóp i terapii neuro-od ruchowej. Uczestnicy poznają zasady stymulacji stref wpływających na układ nerwowy, hormonalny i odpornościowy. Kurs uczy technik regulacji stresu i układu limbicznego, integrując metody naturalne z wiedzą medyczną oraz zielonymi kompetencjami w pracy gabinetowej.

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

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                                                                                                       | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                      | Metoda walidacji                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Lokalizuje i charakteryzuje mapy stref neuro-odruchowych na stopach oraz wyjaśnia mechanizm zjawiska łuku odruchowego                                                                                                                                    | Uczestnik poprawnie opisuje mechanizm łuku odruchowego, w którym manualna stymulacja generuje impuls nerwowy oraz bezbłędnie wskazuje na mapach lokalizację kluczowych mikrosystemów neuroodruchowych narządów witalnych. | Wywiad swobodny                     |
| Definiuje zasady funkcjonowania ekologicznego i zeroemisyjnego gabinetu terapeutycznego oraz uzasadnia wybór naturalnych produktów.                                                                                                                      | Uczestnik wymienia minimum 3 praktyki zrównoważonego zarządzania gabinetem (np. oszczędność wody, redukcja odpadów) oraz uzasadnia stosowanie organicznych olejków i biodegradowalnych opakowań zamiast plastiku.         | Wywiad swobodny                     |
| Wyjaśnia wpływ refleksologii na redukcję stresu i stanów lękowych poprzez regulację biochemiczną układu limbicznego.                                                                                                                                     | Uczestnik opisuje zjawiska stresu i lęku oraz merytorycznie wyjaśnia mechanizm obniżania poziomu kortyzolu i wspierania ośrodków podkorowych mózgu pod wpływem terapii.                                                   | Wywiad swobodny                     |
| Przeprowadza wywiad z klientem w celu identyfikacji wskazań i przeciwwskazań oraz poprawnie przygotowuje stanowisko pracy.                                                                                                                               | Uczestnik poprawnie formułuje pytania diagnostyczne do klienta, skutecznie identyfikuje przeciwwskazania do zabiegu oraz samodzielnie przygotowuje stanowisko zgodnie z wymogami sanitarnymi i proekologicznymi.          | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Stosuje zasady ergonomii i zarządzania własną energią w celu zapobiegania zmęczeniu podczas wykonywania zabiegów.                                                                                                                                        | Uczestnik demonstruje prawidłową postawę ciała przy pracy ze stopami oraz poprawnie wykonuje techniki oddechowe i mikro-ćwiczenia odciążające kręgosłup i dłonie.                                                         | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Precyzyjnie lokalizuje i manualnie stymuluje strefy neuro-odruchowe narządów witalnych, układu nerwowego, hormonalnego i trawiennego na stopach.                                                                                                         | Uczestnik podczas sesji praktycznej trafnie odnajduje złogi neuronalne pod skórą oraz poprawnie technicznie wykonuje manualną stymulację stref przypisanych do wybranego przez trenera układu.                            | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Aplikuje zaawansowane procedury terapeutyczne w obrębie „Linii kręgosłupa – Praxis vertebralis” oraz map neuroodruchowych w celu niwelowania bólów, poprawy biochemicznych parametrów pracy organów i systemów witalnych oraz uwalniania emocji i traum. | Uczestnik dobiera schemat i demonstruje techniki pracy na strefach nerwów rdzeniowych oraz map neuroodruchowych dostosowując je do wybranego schorzenia lub/i problemu emocjonalnego.                                     | Test teoretyczny                    |

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                         | Metoda walidacji             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Formułuje zalecenia pozabiegowe, pełniąc rolę edukatora promującego autoterapię i proekologiczne wybory życiowe klientów.                                         | Uczestnik poprawnie zamyka zabieg i udziela klientowi minimum 2 wskazówek łączących autoterapię z proekologicznym stylem życia (np. lokalna i zdrowa dieta, omijanie toksycznych kosmetyków, aktywność fizyczna, automasaż). | Debata swobodna              |
| Buduje oparte na empatii relacje z klientem, zachowując profesjonalny dystans emocjonalny podczas terapii manualnej.                                              | Uczestnik podczas symulowanej rozmowy wykazuje empatię i zrozumienie problemów pacjenta, zachowując jednocześnie wewnętrzną równowagę i granice, które zapobiegają jego własnemu obciążeniu emocjonalnemu.                   | Wywiad swobodny              |
| Kształtuje własną odporność psychiczną i zdolności adaptacyjne, wykorzystując techniki samoregulacji do ochrony przed przeciążeniem emocjonalnym i środowiskowym. | Uczestnik poprawnie identyfikuje główne stresory w swoim otoczeniu oraz opracowuje indywidualny schemat wykorzystania refleksologii do samoregulacji emocjonalnej i budowania rezyliencji.                                   | Analiza dowodów i deklaracji |

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie 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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

Dzień 1:

**10:00-11:30** Wprowadzenie do metody sorensensistemTM i rola stóp w utrzymaniu zdrowia i równowagi organizmu. (część teoretyczna)

- Czym jest dobrostan psychofizyczny i jak refleksologia stóp go wspiera.
- Integracja medycyny tybetańskiej i chińskiej z nowoczesną medycyną akademicką oraz ze zrównoważonym rozwojem.
- Praktyczne aspekty oddziaływania stref i punktów neuroodruchowych na biochemię organizmu, układ hormonalny, układ limbiczny, centralny i odbowodowy układ nerwowy i nerwy rdzeniowe.
- Wpływ nawyków życiowych i stylu życia na organizm i jego zdolności regeneracyjne.

**11:30-12:30** Zarządzanie energią w pracy refleksologa. (część praktyczna)

- Jak unikać zmęczenia rąk i kręgosłupa podczas zabiegów na stopach?
- Właściwa postawa ciała terapeuty przy pracy ze stopami.
- Mikro-ćwiczenia i techniki oddychania zwiększające wydajność organizmu w czasie zabiegu.

**12:30-13:30** Równowaga między empatią a profesjonalizmem w kontakcie z klientem. (część teoretyczna)

- Jak zachować zdrowy dystans emocjonalny wykonując zabiegi manualne.
- Techniki empatycznej rozmowy ukierunkowanej na zmianę niezdrowego stylu życia i stereotypów zachowań.

**13:30-14:30** Przerwa obiadowa

**14:30-15:30** Tworzenie przyjaznego środowiska pracy (Gabinet refleksologa). (część praktyczna)

- Rola muzyki, zapachów i oświetlenia podczas zabiegu.
- Jak indywidualne podejście do terapii wpływa na jej skuteczność.

**15:30-16:30** Praktyczne wykorzystanie anatomii i fizjologii w kontekście refleksologii stóp. (część praktyczna)

- Powiązania poszczególnych stref neuroodruchowych z organami i systemami vitalnymi.
- Praca manualna na strefach neuroodruchowych.

**16:30-17:30** Manualna lokalizacja stref neuro-odruchowych na stopach (Warsztat). (część praktyczna)

- Teoria mikrosystemów na stopach (układ ruchu, narządy wewnętrzne).
- Analiza, diagnoza i klasyfikacja złogów neuronalnych i zmian podskórnych.
- Praktyczne ćwiczenia manualnej stymulacji stref na stopach.

**17:30-18:00** Moduł dotyczący Ramowego Katalogu Kwalifikacji/Kompetencji Zielonych, Zasobooszczędnych i Zeroemisyjnych PSF. (część teoretyczna)

- Ekologiczne i zeroemisyjne aspekty refleksologii i masażu manualnych sorensensistemTM.
- Wybór ekologicznych i naturalnych produktów terapeutycznych.
- Zrównoważone praktyki w codziennej pracy terapeuty i ekologiczne prowadzenie gabinetu terapeutycznego.
- Wpływ zdrowia człowieka na środowisko – refleksologia i masaże manualne jako element ekologicznego stylu życia.
- Wspieranie naturalnych mechanizmów samoleczenia oraz edukacja pacjentów w zakresie ekologicznych wyborów.
- Nowoczesne ekologiczne materiały terapeutyczne oraz digitalizacja i technologia wspierająca zrównoważony rozwój.

**Dzień 2:**

**10:00-13:30** Techniki pracy manualnej w refleksologii stóp – terapia neuro-odruchowa. (część praktyczna)

- Nauka procedur terapeutycznych na mikrosystemie neuro-odruchowym organów vitalnych.
- Praca na strefach układu nerwowego, hormonalnego, odpornościowego i pozostałych układów vitalnych.

**13:30-14:30** Przerwa obiadowa

**14:30-17:00** Zaawansowana terapia neuro-odruchowa stóp – praktyka. (część praktyczna)

- Procedury terapeutyczne w dolegliwościach związanych ze schorzeniami kręgosłupa, stresem i migrenami.
- Zastosowanie zaawansowanych procedur refleksologicznych w schorzeniach związanych z układem odpornościowym, nerwowym i hormonalnym.
- Praca z emocjami i traumami z wykorzystaniem 'Linii kręgosłupa – Praxis vertebralis'.
- Procedura równoważenia punktów neuro-odruchowych stóp.
- Praktyczne zastosowanie metody refleksologii stóp w gabinecie – pełna sesja zabiegowa.
- Procedura zamknięcia zabiegu i zalecenia dla klienta (autoterapia).

**17:00-18:00** Walidacja szkolenia.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 12

| Przedmiot / temat                                                                                                 | Typ aktywności | Prowadzący         | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 12</div> Wprowadzenie do metody sorensensistemiTM i rola stóp w utrzymaniu zdrowia i równowagi organizmu | Zajęcia        | Anna Jurewicz Sawa | 05-10-2026            | 10:00               | 11:30               | 01:30         |
| <div>2 z 12</div> Zarządzanie energią w pracy refleksologa                                                        | Zajęcia        | Anna Jurewicz Sawa | 05-10-2026            | 11:30               | 12:30               | 01:00         |
| <div>3 z 12</div> Równowaga między empatią a profesjonalizmem w kontakcie z klientem.                             | Zajęcia        | Anna Jurewicz Sawa | 05-10-2026            | 12:30               | 13:30               | 01:00         |
| <div>4 z 12</div> -                                                                                               | Przerwa        | -                  | 05-10-2026            | 13:30               | 14:30               | 01:00         |
| <div>5 z 12</div> Tworzenie przyjaznego środowiska pracy (Gabinet refleksologa)                                   | Zajęcia        | Anna Jurewicz Sawa | 05-10-2026            | 14:30               | 15:30               | 01:00         |
| <div>6 z 12</div> Praktyczne wykorzystanie anatomii i fizjologii w kontekście refleksologii stóp                  | Zajęcia        | Anna Jurewicz Sawa | 05-10-2026            | 15:30               | 16:30               | 01:00         |

| Przedmiot / temat                                                                                                      | Typ aktywności | Prowadzący         | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 7 z 12<br>Manualna lokalizacja stref neuro-oddechowych na stopach (Warsztat)                                           | Zajęcia        | Anna Jurewicz Sawa | 05-10-2026            | 16:30               | 17:30               | 01:00         |
| 8 z 12<br>Moduł dotyczący Ramowego Katalogu Kwalifikacji/Kompetencji Zielonych, Zasobooszczędnych i Zeroemisyjnych PSF | Zajęcia        | Anna Jurewicz Sawa | 05-10-2026            | 17:30               | 18:00               | 00:30         |
| 9 z 12<br>Techniki pracy manualnej w refleksologii stóp – terapia neuro-oddechowa                                      | Zajęcia        | Anna Jurewicz Sawa | 06-10-2026            | 10:00               | 13:30               | 03:30         |
| 10 z 12 -                                                                                                              | Przerwa        | -                  | 06-10-2026            | 13:30               | 14:30               | 01:00         |
| 11 z 12<br>Praca z emocjami i traumami z wykorzystaniem m'Linii kręgosłupa – Praxis vertebralis'                       | Zajęcia        | Anna Jurewicz Sawa | 06-10-2026            | 14:30               | 17:00               | 02:30         |
| 12 z 12 -                                                                                                              | Walidacja      | -                  | 06-10-2026            | 17:00               | 18:00               | 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         |

|                                      |               |
|--------------------------------------|---------------|
| Rodzaj godzin                        | Liczba godzin |
| w tym suma przerw                    | 02:00         |
| Suma godzin dydaktycznych bez przerw | 18:30         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                                                                     | Cena         |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>                                | 3 990,00 PLN |
| Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT |              |
| <b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>                                 | 3 990,00 PLN |
| <b>Koszt osobogodziny brutto</b>                                                | 249,38 PLN   |
| <b>Koszt osobogodziny netto</b>                                                 | 249,38 PLN   |

### Liczba godzin usługi

| Rodzaj godzin                   | Liczba godzin |
|---------------------------------|---------------|
| Liczba godzin zegarowych usługi | 16:00         |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Anna Jurewicz Sawa

Anna JurewiczSawa - zajmuje się naturalnymi metodami wspierania organizmu od 2014 roku, a masażem w systemie sorensensistem TM od marca 2018 r. Poza licencją instruktorki z Instytutu Lone Sorensen z Barcelony na prowadzenie Kursów sorensensistem TM , ukończyła kursy uprawniające do wykonywania zabiegów Japońskiego liftingu twarzy moduł I i II sorensensistem TM , tybetańskiego masażu głowy i karku, Dwubiegunowej terapii uwalniania traum emocjonalnych, Kontroli wagi, Crystal liftingu oraz Masażu misami tybetańskimi. Jest dyplomowanym coachem, absolwentką podyplomowych studiów w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej w Warszawie.

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik kursu otrzymuje kolorowy skrypt zawierający szczegółowe fotografie, grafiki oraz opisy poszczególnych procedur masażu.

## Informacje dodatkowe

Cykl szkoleniowy kończy się uzyskaniem Dyplomu Kursu sorensensistemTM

## Adres

ul. Smocza 20/63  
01-034 Warszawa  
woj. mazowieckie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**BARTOSZ GRZYWA**

**E-mail** bartosz.grzywa@iq-consulting.pl

**Telefon** (+48) 723 552 443