



STMT SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

Brak ocen dla tego dostawcy

Masaż Kobido Up i Face Taping - szkolenie z liftingu twarzy i naturalnych technik anti-aging

Numer usługi 2026/07/10/135860/3682821

- Kraków
- Usługa szkoleniowa
- stacjonarna
- Zajęcia grupowe
- 16:00 h
- 05.09.2026 do 06.09.2026

2 800,00 PLN brutto
2 800,00 PLN netto
175,00 PLN brutto/h
175,00 PLN netto/h
583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Identyfikatory projektów	Nowy start w Małopolsce z EURESEM, Małopolski Pociąg do kariery
Grupa docelowa usługi	Szkolenie Kobido Up® skierowane jest do osób planujących rozpocząć karierę w branży beauty i wellness, poszukujących praktycznych kwalifikacji oraz umiejętności potrzebnych na rynku pracy. Adresowane jest także do osób młodych, stojących przed wyborem ścieżki zawodowej, a także pasjonatów naturalnych metod dbania o urodę i zdrowie, którzy chcą poszerzyć wiedzę w zakresie manualnych technik pracy z twarzą. Kurs dedykowany jest również specjalistom z doświadczeniem - kosmetologom, masażystom, refleksologom i terapeutom manualnym - pragnącym odświeżyć lub zaktualizować swoje kwalifikacje oraz rozszerzyć ofertę o nowoczesne techniki manualne wspierające modelowanie twarzy, poprawę napięcia tkanek i głęboką relaksację.
Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	28-08-2026
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

Głównym celem usługi jest przygotowanie uczestnika do samodzielnego, bezpiecznego i profesjonalnego wykonywania masażu Kobido Up® z elementami facetapingu, akupresury, drenażu, technik liftingujących, modelujących i relaksacyjnych. Uczestnik zdobędzie wiedzę teoretyczną oraz praktyczne umiejętności pracy z twarzą, szyją, dekoltem i głową, które pozwolą mu rozszerzyć ofertę usług w branży beauty i wellness.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik rozpoznaje i charakteryzuje podstawowe struktury anatomiczne twarzy, szyi i obręczy barkowej istotne w manualnej pracy z twarzą.	Uczestnik nazywa, lokalizuje i opisuje główne mięśnie twarzy, szyi i obręczy barkowej oraz wyjaśnia ich znaczenie dla ekspresji mimicznej, napięcia mięśniowego i przebiegu procedury manualnej.	Wywiad swobodny
Uczestnik analizuje wskazania i przeciwwskazania do wykonania procedury Kobido Up® oraz kwalifikuje klienta do zabiegu.	Uczestnik analizuje przykładowe przypadki klientów, identyfikuje wskazania i przeciwwskazania oraz uzasadnia decyzję o wykonaniu procedury, jej odroczeniu lub konieczności konsultacji ze specjalistą.	Wywiad swobodny
Uczestnik przygotowuje klienta i stanowisko do procedury Kobido Up® zgodnie z zasadami higieny, ergonomii, bezpieczeństwa i komfortu klienta.	Uczestnik organizuje stanowisko pracy, przygotowuje modela do zabiegu, wykonuje demakijaż, informuje o przebiegu procedury, zapewnia komfortowe ułożenie na leżance oraz stosuje wstępne techniki wyciszające.	Wywiad swobodny
Uczestnik wykonuje wybrane techniki manualne procedury Kobido Up®, obejmujące uelastycznianie tkanek, drenaż limfatyczny, techniki stymulujące, modelujące oraz elementy akupresury.	Uczestnik prezentuje wybrane sekwencje procedury Kobido Up® na modelu, zachowując właściwą pozycję dłoni, kierunek ruchu, tempo, nacisk, ergonomię pracy oraz adekwatnie reaguje na potrzeby modela.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik stosuje zasady ergonomii, higieny i bezpieczeństwa podczas wykonywania procedury Kobido Up®.	Uczestnik przyjmuje prawidłową pozycję roboczą, zachowuje ergonomię ruchu, utrzymuje higienę rąk i stanowiska oraz wykonuje techniki w sposób bezpieczny i komfortowy dla siebie oraz klienta.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik planuje pracę gabinetową zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju, higieny i racjonalnego wykorzystania zasobów.	Uczestnik wskazuje rozwiązania możliwe do wdrożenia w gabinecie, w tym racjonalne dozowanie produktów, odpowiedzialne gospodarowanie materiałami jednorazowymi, segregację odpadów, higieniczne używanie akcesoriów wielorazowych oraz ograniczanie marnowania zasobów.	Deбата swobodna

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

Usługa jest realizowana w godzinach zegarowych. Jedna godzina oznacza 60 minut.

Czas trwania usługi: 16 godzin. Harmonogram może ulec nieznacznym przesunięciom ze względu na tempo wykonywanych procedur oraz poziom umiejętności uczestników. Przerwy są ujęte w harmonogramie i wliczają się w czas usługi.

Usługa skierowana jest do osób planujących rozpocząć karierę w branży beauty i wellness, osób młodych stojących przed wyborem ścieżki zawodowej, osób zainteresowanych manualnymi metodami pracy z twarzą oraz specjalistów z doświadczeniem: kosmetologów, masażyistów, refleksologów i terapeutów manualnych. Kurs pozwala zdobyć lub odświeżyć praktyczne umiejętności pracy z twarzą oraz rozszerzyć ofertę gabinetu o nowoczesne techniki manualne wspierające modelowanie, poprawę napięcia tkanek i głęboką relaksację.

Usługa składa się z części teoretycznej i praktycznej. Część teoretyczna realizowana jest w formie wykładu, a część praktyczna opiera się na ćwiczeniach w parach. Uczestnik potwierdza obecność podpisem na liście obecności. Na zakończenie szkolenia przeprowadzana jest walidacja efektów uczenia się, która wlicza się w czas usługi szkoleniowej.

DZIEŃ 1

Część teoretyczna

Wprowadzenie do masażu Kobido Up®, zakres zastosowania metody, komunikacja z klientem, realia rynkowe, przeciwwskazania oraz ogólne zalecenia do poszczególnych etapów procedury.

1. Wprowadzenie do masażu Kobido Up®

- historia i filozofia metody,
- różnice pomiędzy Kobido a Kobido Up®,
- masaż jako manualna metoda pracy z twarzą wspierająca modelowanie, poprawę napięcia tkanek i relaksację.

2. Zakres oddziaływania masażu

- omówienie pracy ze skórą, mięśniami, układem nerwowym i limfatycznym,
- działanie relaksacyjne i wspierające przy napięciach związanych z bruksizmem.

3. Wskazania i przeciwwskazania do wykonania zabiegu.

4. Anatomia w kontekście masażu twarzy

- mięśnie głowy, twarzy i szyi,
- związek napięć mięśniowo-powięziowych ze zmarszczkami mimicznymi i ułożeniem tkanek.

5. Omówienie etapów procedury pod kątem bezpieczeństwa i prawidłowego wykonania zabiegu.

6. Praca z klientem

- profesjonalna komunikacja przed, w trakcie i po zabiegu,
- budowanie relacji opartej na zaufaniu i indywidualnym podejściu,
- omówienie rynku usług beauty i zapotrzebowania na manualne techniki pracy z twarzą,
- zalecenia dotyczące pielęgnacji domowej po zabiegu.

Część praktyczna

1. Przygotowanie do zabiegu

- przygotowanie stanowiska zgodnie z zasadami higieny i ergonomii,
- techniki demakijażu dostosowane do typu skóry i potrzeb klienta,
- rola dotyku już na etapie oczyszczania,
- wstępne rozluźnienie tkanek i aktywacja mikrokrążenia.

2. Uelastycznienie tkanek całej głowy i dekoltu

- praca nad elastycznością tkanek skóry głowy, karku, szyi i dekoltu,
- rozluźnienie napięć mięśniowo-powięziowych,
- przygotowanie tkanek do kolejnych etapów procedury Kobido Up®.

3. Drenaż limfatyczny

- wspomaganie odpływu limfy z twarzy, szyi i dekoltu,
- wspieranie lekkości i świeżości tkanek,
- przygotowanie tkanek do technik modelujących, stymulujących i rozluźniających.

4. Procedura liftingująca

- praca nad napięciem, sprężystością i ułożeniem tkanek,
- modelowanie owalu twarzy, policzków, linii żuchwy i podbródka,
- pobudzenie tkanek poprzez techniki stymulujące, modelujące i ujędrniające.

5. Procedura modelująca

- praca z konturem twarzy, owalem i linią żuchwy,
- modelowanie policzków, podbródka i okolicy jarzmowej,
- wspieranie harmonijnego ułożenia tkanek i wizualnej symetrii twarzy.

6. Relaksacja: ramiona, kark, szyja, dekolt, głowa

- redukcja napięć psychosomatycznych,
- techniki rozluźniające obręcz barkową i odcinek szyjny,
- łączenie pracy manualnej z oddechem klienta,
- sekwencja ruchów wyciszających i przygotowujących do dalszej pracy,
- budowanie harmonii pomiędzy ciałem, emocjami i oddechem.

DZIEŃ 2

Część teoretyczna

1. Powtórzenie materiału z dnia poprzedniego.

2. Praktyczne omówienie pełnej procedury zabiegowej.

Część praktyczna

1. Akupresury głowy

- podstawy energetyczne i filozofia pracy z punktami akupresurowymi,
- lokalizacja kluczowych punktów na twarzy i głowie,
- połączenie tradycji Wschodu z nowoczesnymi technikami Kobido Up®,

- omówienie zastosowania akupresury w pracy z napięciem, odprężeniem i regulacją organizmu,
- wykorzystanie akupresury jako elementu wspierającego relaksację i pracę manualną z twarzą.

2. Masaż chłodnymi kulami solnymi

- omówienie zastosowania kul solnych w procedurze zabiegowej,
- rola temperatury w pracy manualnej,
- techniki masażu chłodnymi kulami wspierające mikrokążenie i odczucie świeżości skóry,
- integracja tej fazy z wcześniejszymi etapami zabiegu,
- zasady higieny i przechowywania kul solnych.

3. Wprowadzenie do metody Face Tapingu

- rodzaje i właściwości taśm kinezyologicznych stosowanych na twarzy,
- aplikacje w zależności od celu: modelowanie, drenaż, rozluźnienie,
- zasady bezpieczeństwa i przeciwwskazania,
- łączenie Face Tapingu z Kobido Up® jako elementu wspierającego utrzymanie rezultatów pracy manualnej,
- edukacja klienta w zakresie bezpiecznego stosowania taśm zgodnie z zaleceniami specjalisty.

4. Wykonanie pełnej procedury zabiegowej

Uczestnicy wykonują pełną procedurę Kobido Up® z elementami Face Tapingu. Praca odbywa się w parach, co pozwala doświadczyć zabiegu w roli terapeuty i klienta. Instruktor nadzoruje poprawność technik, siłę nacisku i rytm ruchów, koryguje błędy oraz wspiera rozwój precyzji manualnej. Uczestnicy doskonalą ergonomię pracy, płynność dotyku i umiejętność reagowania na potrzeby klienta.

5. Walidacja efektów uczenia się - wliczona w czas usługi

- ocena w czasie rzeczywistym, wybranych sekwencji procedury, podczas wykonywania pełnej procedury zabiegowej przez uczestnika.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 25

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 25 Wprowadzenie do masażu Kobido Up®	Zajęcia	Kamil Polecki	05-09-2026	09:30	09:40	00:10
2 z 25 Zakres oddziaływania masażu	Zajęcia	Kamil Polecki	05-09-2026	09:40	09:55	00:15
3 z 25 Wskazania i przeciwwskazania do wykonywania zabiegu	Zajęcia	Kamil Polecki	05-09-2026	09:55	10:10	00:15
4 z 25 Anatomia w kontekście masażu twarzy	Zajęcia	Kamil Polecki	05-09-2026	10:10	10:20	00:10

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 25 Omówienie etapów procedury pod kątem bezpieczeństwa i prawidłowego wykonania zabiegu	Zajęcia	Kamil Polecki	05-09-2026	10:20	10:30	00:10
6 z 25 Praca z klientem	Zajęcia	Kamil Polecki	05-09-2026	10:30	10:45	00:15
7 z 25 -	Przerwa	-	05-09-2026	10:45	11:00	00:15
8 z 25 Przygotowanie do zabiegu	Zajęcia	Kamil Polecki	05-09-2026	11:00	11:15	00:15
9 z 25 Uelastycznienie tkanek całej głowy i dekoltu	Zajęcia	Kamil Polecki	05-09-2026	11:15	12:15	01:00
10 z 25 Drenaż limfatyczny	Zajęcia	Kamil Polecki	05-09-2026	12:15	13:15	01:00
11 z 25 -	Przerwa	-	05-09-2026	13:15	13:45	00:30
12 z 25 Procedura liftingująca	Zajęcia	Kamil Polecki	05-09-2026	13:45	15:00	01:15
13 z 25 Procedura modelująca	Zajęcia	Kamil Polecki	05-09-2026	15:00	16:00	01:00
14 z 25 -	Przerwa	-	05-09-2026	16:00	16:15	00:15
15 z 25 Relaksacja: ramiona, kark, szyja, dekol, głowa	Zajęcia	Kamil Polecki	05-09-2026	16:15	17:30	01:15
16 z 25 Powtórzenie materiału z dnia poprzedniego.	Zajęcia	Kamil Polecki	06-09-2026	09:30	10:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 25 Praktyczne omówienie pełnej procedury zabiegowej.	Zajęcia	Kamil Polecki	06-09-2026	10:00	10:30	00:30
18 z 25 Rozszerzona procedura akupresury głowy	Zajęcia	Kamil Polecki	06-09-2026	10:30	12:15	01:45
19 z 25 -	Przerwa	-	06-09-2026	12:15	12:30	00:15
20 z 25 Masaż chłodnymi kulami solnymi	Zajęcia	Kamil Polecki	06-09-2026	12:30	13:00	00:30
21 z 25 Wprowadzenie do metody tapingu estetycznego twarzy	Zajęcia	Kamil Polecki	06-09-2026	13:00	13:45	00:45
22 z 25 -	Przerwa	-	06-09-2026	13:45	14:15	00:30
23 z 25 Wykonanie pełnej procedury zabiegowej	Zajęcia	Kamil Polecki	06-09-2026	14:15	15:45	01:30
24 z 25 -	Przerwa	-	06-09-2026	15:45	16:00	00:15
25 z 25 -	Walidacja	-	06-09-2026	16:00	17:30	01:30

Podsumowanie

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

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 800,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	175,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	175,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Kamil Polecki

Osoba prowadząca usługę Kamil Polecki, magister fizjoterapii - dyplom uzyskał w Wyższej Szkole Medycznej w Białymstoku. Swoją ścieżkę zawodową rozwija od 2019 roku, bazując na doświadczeniu w zakresie terapii manualnych, dzięki którym skutecznie wspiera zdrowie i komfort swoich klientów.

Jego obecna praktyka zabiegowa i szkoleniowa koncentruje się przede wszystkim na zaawansowanej pracy z obszarem twarzoczaszki. Specjalizuje się w terapii manualnej twarzy, terapii stawu skroniowo-żuchwowego oraz pracy z osobami zmagającymi się z migrenami. Do każdego przypadku podchodzi holistycznie - dokłada wszelkich starań, aby jego terapie nie tylko rozwiązywały problemy zdrowotne i bólowe, ale również w pełni odpowiadały na oczekiwania estetyczne klientów. Stale podnosi swoje kwalifikacje, aby świadczyć usługi na najwyższym poziomie.

Jego wykształcenie podyplomowe i ukończone kursy obejmują m.in.:

Z zakresu terapii i estetyki twarzy:

- Diagnostyka i terapia stawu skroniowo-żuchwowego
- Masaż mioplastyczny twarzy
- Terapia manualna zatok
- Masaż tkanek głębokich w kontekście Beauty
- Masaż Kobido UP
- Masaż transbukalny

Z zakresu terapii manualnej i pracy z ciałem:

- Masaż I i II stopnia
- Masaż tkanek głębokich
- Terapia manualna wdowiego garbu
- Hairnova
- Terapia manualna blizn
- Neuromasaż
- Access Bars

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik szkolenia otrzymuje wsparcie po szkoleniu (na grupach whatsapp) gdzie prowadzący zawsze chętnie udzielają porad i konsultacji

Adres

ul. Księcia Józefa 54 a
30-206 Kraków
woj. małopolskie

Kontakt



DOMINIKA DĄBROWSKA

E-mail dofinansowania@pankobido.pl

Telefon (+48) 666 859 306