



LESZEK
WIŚNIEWSKI SOMA
GROUP

★★★★★ 4,9 / 5
97 ocen

Kurs masażu tkanek głębokich

Numer usługi 2026/07/19/186860/3697378

📍 Kraków
🏠 Usługa szkoleniowa
📅 stacjonarna
👥 Zajęcia grupowe
🕒 30:00 h
📅 12.10.2026 do 15.10.2026

2 100,00 PLN brutto
2 100,00 PLN netto
70,00 PLN brutto/h
70,00 PLN netto/h
162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Osoby wykonujące zawody medyczne, masażyści, fizjoterapeuci, studenci fizjoterapii, naturoterapeuci, terapeuci manualni, terapeuci SPA, trenerzy sportowi. "Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski pociąg do Kariery – sezon 1 i/lub dla Uczestników Projektu Nowy Start w Małopolsce z EURESem"
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	8
Data zakończenia rekrutacji	11-10-2026
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

Usługa: Kurs masażu tkanek głębokich przygotowuje do samodzielnej pracy z układem mięśniowo-powięziowym poprzez zastosowanie określonych technik. Uczestnicy nabywają umiejętności oceny postawy ciała na potrzeby masażu oraz doskonalią kompetencje w zakresie anatomii palpacyjnej i funkcjonalnej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje wskazania i przeciwwskazania do masażu tkanek głębokich i omawia zasady wykonania masażu	Definiuje wskazania i przeciwwskazania do masażu tkanek głębokich i zasady przeprowadzenia zabiegu.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Przeprowadza diagnostykę wzrokową i palpacyjną na potrzeby masażu.	Charakteryzuje techniki diagnostyki wzrokowej i palpacyjnej na potrzeby masażu.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykonuje masaż wybranego rejonu ciała z zastosowaniem odpowiednich technik.	Omawia i przeprowadza masaż z zastosowaniem odpowiedniej techniki.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Kształtuje własny rozwój i umiejętności interpersonalne w pracy zawodowej.	Umie nawiązywać relacje interpersonalne.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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

Na kursie uczestnicy będą się uczyli masażu tkanek głębokich oraz doskonalili umiejętność palpacji. Zapoznają się ze wskazaniami i przeciwwskazaniami do masażu oraz z metodyką przeprowadzenia diagnostyki i doboru odpowiedniej techniki terapeutycznej. Zostanie omówione postępowanie w różnych jednostkach chorobowych i możliwości zastosowania masażu. Uczestnicy usługi będą pracować w parach przy jednym stole do masażu każda para. Czas trwania usługi to 30 godzin zegarowych realizowanych w czasie czterech dni kursu. W czas trwania kursu są wliczone przerwy. Część teoretyczna obejmuje 5 godzin a część praktyczna 25 godzin.

1. Podstawy teoretyczne masażu tkanek głębokich, narzędzia wykorzystywane w masażu, techniki, pozycje ułożeniowe, ergonomia pracy z pacjentem.
2. Możliwości pracy z układem mięśniowo-powięziowym - odpowiedni dobór technik.
3. Ogólna praca na grzbiecie i tylnej stronie kończyny dolnej, palpacja tkanek, ocena ruchomości powięzi. Zastosowanie masażu tkanek głębokich w ostrych, podostrych i przewlekłych bólach kręgosłupa.
4. Powieź piersiowo-lędźwiowa i jej znaczenie dla dolegliwości bólowych kręgosłupa, techniki masażu tkanek głębokich i rozluźniania mięśniowo-powięziowego.
5. Omówienie problemu rwy kulszowej, torbiel Bakera, ostroga piętowa, zapalenie rozciągnięta podeszwowego.
6. Pojęcie tensegracji i jej zastosowanie w terapii. Przepony funkcjonalne - czym są i jakie jest ich znaczenie dla zdrowia.
7. Praca na przedniej stronie kończyny dolnej - udo, podudzie i stopa. Omówienie problemu zespołu trzaskającego biodra, zapalenia kaletki krętarzowej, kolano skoczka.
8. Wywiad z pacjentem na potrzeby masażu, różnicowanie bólu pochodzenia zapalnego i mechanicznego.
9. Badanie manualne jamy brzusznej, ocena ruchomości przepony i możliwości jej terapii. Praca z powierzchownymi mięśniami brzucha.
10. Zastosowanie masażu tkanek głębokich w terapii blizn. Omówienie procesu gojenia, zasady pracy z tkanką bliznowatą.
11. Techniki pracy z klatką piersiową. Opracowanie górnego otworu klatki piersiowej. Omówienie wzorców zawieszenia emocji w ciele.
12. Techniki pracy z kończyną górną i stawem ramiennym. Omówienie problemu bolesnego barku, łokcia tenisisty i golfisty, zespołu cieśni nadgarstka.
13. Techniki pracy z odcinkiem szyjnym kręgosłupa i czepcem ścięgnistym. Diagnostyka bólów głowy i możliwości terapii.
14. Nasłuch terapeutyczny, czym jest i jak go zastosować w procesie diagnozy.
15. Techniki pracy z układem stomatognatycznym: mięsień skroniowy, żwacz, skrzydłowy przyśrodkowy i skrzydłowy boczny, mięśnie nad i podgnykowe.
16. Walidacja.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 24

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 24 Podstawy teoretyczne masażu tkanek głębokich, narzędzia wykorzystywane w masażu, techniki, pozycje ułożeniowe, ergonomia pracy z pacjentem.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	12-10-2026	08:30	09:30	01:00
2 z 24 Możliwości pracy z układem mięśniowo-powięziowym - odpowiedni dobór technik.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	12-10-2026	09:30	10:00	00:30
3 z 24 -	Przerwa	-	12-10-2026	10:00	10:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 24 Ogólna praca na grzbiecie i tylnej stronie kończyny dolnej, palpacja tkanek, ocena ruchomości powięzi. Zastosowanie masażu tkanek głębokich w ostrych, podostrych i przewlekłych bólach kręgosłupa.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	12-10-2026	10:30	14:00	03:30
5 z 24 -	Przerwa	-	12-10-2026	14:00	14:30	00:30
6 z 24 Powięź piersiowo-lędźwiowa i jej znaczenie dla dolegliwości bólowych kręgosłupa, techniki masażu tkanek głębokich i rozluźniania mięśniowo-powięziowego.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	12-10-2026	14:30	16:00	01:30
7 z 24 Omówienie problemu rwy kulszowej, torbieli Bakera, ostroga piętowa, zapalenie rozciągniętego podeszwowego o.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	13-10-2026	08:30	10:30	02:00
8 z 24 -	Przerwa	-	13-10-2026	10:30	11:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 24 Pojęcie tensegracji i jej zastosowanie w terapii. Przepony funkcjonalne- czym są i jakie jest ich znaczenie dla zdrowia.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	13-10-2026	11:00	13:00	02:00
10 z 24 Praca na przedniej stronie kończyny dolnej- udo, podudzie, stopa. Omówienie problemu zespołu trzaskającego biodra, zapalenie kaletki krętarzowej, kolano skoczka.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	13-10-2026	13:00	14:30	01:30
11 z 24 -	Przerwa	-	13-10-2026	14:30	15:00	00:30
12 z 24 Wywiad z pacjentem na potrzeby masażu, różnicowanie bólu pochodzenia zapalnego i mechanicznego.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	13-10-2026	15:00	16:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 24 Badanie manualne jamy brzusznej, ocena ruchomości przepony i możliwości jej terapii. Praca z powierzchniami mięśniami brzucha.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	14-10-2026	08:30	10:30	02:00
14 z 24 -	Przerwa	-	14-10-2026	10:30	11:00	00:30
15 z 24 Zastosowanie masażu tkanek głębokich w terapii blizn. Omówienie procesu gojenia, zasady pracy z tkanką bliznowatą.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	14-10-2026	11:00	13:00	02:00
16 z 24 -	Przerwa	-	14-10-2026	13:00	13:30	00:30
17 z 24 Techniki pracy z klatką piersiową. Opracowanie górnego otworu klatki piersiowej. Omówienie wzorców zawieszenia emocji w ciele.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	14-10-2026	13:30	14:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 24 Techniki pracy z kończyną górną i stawem ramiennym. Omówienie problemu bolesnego barku, łokcia tenisisty i golfisty, zespół cieśni nadgarstka.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	14-10-2026	14:30	16:00	01:30
19 z 24 Techniki pracy z odcinkiem szyjnym kręgosłupa i czepcem ścięgnistym. Diagnostyka bólów głowy i możliwości terapii.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	15-10-2026	08:30	11:00	02:30
20 z 24 -	Przerwa	-	15-10-2026	11:00	11:30	00:30
21 z 24 Nasłuch terapeutyczny, czym jest i jak go zastosować w procesie diagnozy.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	15-10-2026	11:30	13:30	02:00
22 z 24 -	Przerwa	-	15-10-2026	13:30	14:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
23 z 24 Techniki pracy z układem stomatognatycznym, mięsień skroniowy, żwacz, skrzydłowy przyśrodkowy i skrzydłowy boczny, mięśnie nad i podgnykowe.	Zajęcia	LESZEK WIŚNIEWSKI	15-10-2026	14:00	15:30	01:30
24 z 24 -	Walidacja	-	15-10-2026	15:30	16:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	30:00
w tym suma godzin zajęć	25:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	04:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	34:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 100,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	70,00 PLN

Koszt osobogodziny netto

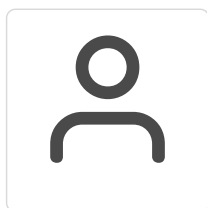
70,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	30:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

LESZEK WIŚNIEWSKI

Mgr fizjoterapii, dyplomowany osteopata. Prowadzi własny gabinet fizjoterapii i osteopatii od 2014 r, wcześniej pracował w szpitalu im J. Dietla w Krakowie. Wieloletni nauczyciel na kierunku technik masażysta w szkole policealnej Teb Edukacja w Krakowie. Prowadzi szkolenia z zakresu fizjoterapii i masażu.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Cena kursu zawiera materiały szkoleniowe w postaci skryptu.

Liczba godzin usługi podana jest w godzinach zegarowych, których łącznie jest 30.

Przerwy są wliczone w czas trwania kursu.

“Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski pociąg do Kariery – sezon 1 i/lub dla Uczestników Projektu Nowy Start w Małopolsce z EURESem”

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa w kursie jest pełnoletność oraz stan zdrowia umożliwiający uczestnictwo w szkoleniu.

Adres

ul. Żółtej Cizemki 5/1

31-560 Kraków

woj. małopolskie

Sala szkoleniowa znajduje się na parterze w lokalu usługowym.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



Renata Prejsnar-Wiśniewska

E-mail biuro@somagroup.pl

Telefon (+48) 506 430 668