



LA ROSE Agnieszka  
SZAFARCZYK

★★★★★ 4,6 / 5

18 ocen

## Yoga masaż- szkolenie z technik łączenia akupresury, refleksologii oraz pasywnego rozciągania w ramach masażu holistycznego

Numer usługi 2026/07/21/13188/3701260

📍 Katowice

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 08:00 h

📅 31.08.2026 do 31.08.2026

4 500,00 PLN brutto

4 500,00 PLN netto

562,50 PLN brutto/h

562,50 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

usługa przeznaczona jest dla :

- -kosmetologów i pracowników branży wellness i SPA,
- -osób pracujących z ciałem, chcących rozszerzyć ofertę o masaże relaksacyjne w myśl idei holistycznych,
- -osób planujących rozpoczęcie działalności w branży beauty, SPA i wellness.

warunkiem uczestnictwa w projekcie jest:

- ukończony 18 rok życia,
- brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania masażu,
- zdolność do wykonywania pracy manualnej.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

3

Data zakończenia rekrutacji

28-08-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje uczestnika do samodzielnego doboru techniki , a także wykonywania masażu poszczególnych ciała, w oparciu o akupresurę, refleksologię oraz pasywną yogę. Uczestnik szkolenia pozyska umiejętności skutkujące redukcją napięć, zwiększeniem mobilności oraz poprawą krążenia osób korzystających z masażu.

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

| Efekty uczenia się                                                                                    | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                 | Metoda walidacji                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| uczestnik szkolenia nabędzie wiedzę teoretyczną na temat zasad oraz bezpieczeństwa wykonywania masażu | 1. uczestnik odpowie na pytania dotyczące zasad wykonywania masażu w zależności od wybranej partii ciała, a także dotyczące zasad bezpieczeństwa wykonywanego masażu | Test teoretyczny                     |
| uczestnik szkolenia pozna techniki masażu poszczególnych partii ciała                                 | 2. uczestnik szkolenia wykona poprawnie masaż wskazanej części ciała                                                                                                 | Obserwacja w warunkach rzeczywistych |
| uczestnik szkolenia nauczy się dobierać masaż właściwy dla danego klienta                             | 3. uczestnik szkolenia samodzielnie wybierze odpowiednią partię ciała oraz rodzaj masażu w odpowiedzi na zgłaszaną potrzebę klienta                                  | 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

1. Część teoretyczna:

- Oddziaływanie masażu na organizm- historia i pochodzenie masażu jogicznego

- Wskazania i przeciwwskazania
- Podstawy ergonomii pracy masażysty
- Zasady BHP oraz przygotowanie stanowiska pracy
- omówienie technik masażu w poszczególnych partiach ciała- anatomia i fizjologia, oraz koncepcja linii energetycznychw ciele i zasad ich stymulacji
- omówienie zasad przeprowadzania wywiadu z klientem przed wykonaniem masażu, w tym identyfikacja stanów chorobowych wykluczających masa

## 2.Część praktyczna :

- nauka masażu
- nauka masażu skalpu
- nauka masażu klatki piersiowej
- nauka masażu dłoni i stóp
- nauka masażu ujędrniającego

## 3.Podsumowanie szkolenia

-test wiedzy

-obserwacja w warunkach rzeczywistych

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 8

| Przedmiot / temat                     | Typ aktywności | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------|----------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>1 z 8</b> teoria masażu            | Zajęcia        | Magdalena Dyrda | 31-08-2026            | 10:00               | 11:30               | 01:30         |
| <b>2 z 8</b> podstawy masażu praktyka | Zajęcia        | Magdalena Dyrda | 31-08-2026            | 11:30               | 13:00               | 01:30         |
| <b>3 z 8</b> masaż skalpu i twarzy    | Zajęcia        | Magdalena Dyrda | 31-08-2026            | 13:00               | 14:00               | 01:00         |
| <b>4 z 8</b> -                        | Przerwa        | -               | 31-08-2026            | 14:00               | 15:00               | 01:00         |
| <b>5 z 8</b> masaż klatki piersiowej  | Zajęcia        | Magdalena Dyrda | 31-08-2026            | 15:00               | 15:30               | 00:30         |
| <b>6 z 8</b> masaż dłoni i stóp       | Zajęcia        | Magdalena Dyrda | 31-08-2026            | 15:30               | 16:00               | 00:30         |
| <b>7 z 8</b> masaż ujędrniający       | Zajęcia        | Magdalena Dyrda | 31-08-2026            | 16:00               | 17:00               | 01:00         |
| <b>8 z 8</b> -                        | Walidacja      | -               | 31-08-2026            | 17:00               | 18:00               | 01:00         |

## Podsumowanie

| Rodzaj godzin                        | Liczba godzin |
|--------------------------------------|---------------|
| Suma godzin zegarowych usługi        | 08:00         |
| w tym suma godzin zajęć              | 06:00         |
| w tym suma godzin walidacji          | 01:00         |
| w tym suma przerw                    | 01:00         |
| Suma godzin dydaktycznych bez przerw | 09:15         |

## Cennik

### Cennik

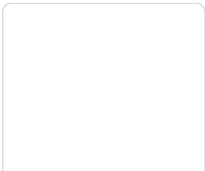
| Rodzaj ceny                                                                     | Cena         |
|---------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto                                       | 4 500,00 PLN |
| Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT |              |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto                                        | 4 500,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                                                       | 562,50 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                                                        | 562,50 PLN   |

### Liczba godzin usługi

| Rodzaj godzin                   | Liczba godzin |
|---------------------------------|---------------|
| Liczba godzin zegarowych usługi | 08:00         |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Magdalena Dyrda



Absolwentka Śląskiego Uniwersytetu Medycznego na Wydziale Farmaceutycznym. Posiada tytuły kosmetologa, fizjoterapeuty oraz pedagoga, co pozwala łączyć te dziedziny. Od 2009 roku działa w branży Beauty, a jej doświadczenie obejmuje tysiące godzin pracy na sali szkoleniowej, prowadzeniu szkoleń teoretycznych i praktycznych, a także wystąpień na konferencjach i sympozjach - stacjonarnie oraz on-line. Przez lata współpracowała z kontrahentami krajowymi oraz z rynków zagranicznych, takich jak Węgry, Niemcy, USA, Australia i Słowacja. Międzynarodowe doświadczenia zawodowe ocenia jako dające ogromne możliwości, a kunszt zawodowy wzbogacające w innowacyjność. Doświadczony praktyk zawodu, specjalista w branży kosmetycznej z praktyką w gabinetach kosmetycznych, medycyny estetycznej oraz szpitalach. Wykładowca, promotor prac licencyjnych. Kreator i twórca programów nauczania na uczelniach wyższych. Expert Cosmetolog we współpracy z dystrybutorami kosmetyków profesjonalnych. Szkoleniowiec, Trener, Prelegent - prowadząc szkolenia produktowe i sprzedażowe, organizując warsztaty oraz konferencje. Twórca systemów szkoleniowych, strategii marketingowych. Konsultant merytoryczny. Praktyk Kosmetolog.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W trosce o środowisko naturalne, prezentacje szkoleniowe przekazywane są uczestnikom w formie multimedialnej (elektronicznej). Takie rozwiązanie wspiera ideę zrównoważonego rozwoju, ograniczając zużycie papieru oraz generowanie odpadów.

### Warunki uczestnictwa

Warunki uczestnictwa

**Aby ukończyć szkolenie, uczestnicy muszą spełnić następujące warunki:** Obecność na wszystkich zajęciach odbywających się zgodnie z programem szkolenia, aktywne uczestnictwo w zajęciach, pozytywna ocena umiejętności teoretycznych oraz praktycznych, która będzie oparta na jakości przygotowania i wykonania zabiegu kosmetycznego, a także osiągniętym efekcie końcowym zabiegu.

### Informacje dodatkowe

Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych, gdzie 1 godzina szkoleniowa wynosi 60 minut.

Cena szkolenia nie obejmuje kosztów noclegu, transportu oraz pełnego wyżywienia uczestników.

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora ani Partnera Operatora w danym projekcie PSF, Regionalnym Programie lub FERS, ani przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Certyfikat zawiera odniesienie do efektów uczenia się określonych w karcie usługi oraz potwierdza ich osiągnięcie na podstawie przeprowadzonej walidacji.

## Adres

ul. Andrzeja 25/1  
40-061 Katowice  
woj. śląskie

Szkolenie realizowane jest w profesjonalnym gabinecie odnowy biologicznej, przystosowanym do świadczenia usług masażu i zabiegów kosmetycznych.

Gabinet wyposażony jest w stanowiska do masażu, środki higieniczne, preparaty do masażu oraz niezbędne akcesoria umożliwiające realizację zajęć praktycznych.

Każdy uczestnik ma zapewnione stanowisko pracy, co umożliwia wykonywanie zabiegów w warunkach zbliżonych do rzeczywistych. Pomieszczenie spełnia wymagania sanitarne i BHP.

### **Udogodnienia w miejscu realizacji usługi**

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

## **Kontakt**



**AGNIESZKA SZAFARCZYK**

**E-mail** [biuro@andrzeja25.pl](mailto:biuro@andrzeja25.pl)

**Telefon** (+48) 608 598 305