



CIBA COSMETICS
AGNIESZKA CIBA-
POLAK

★★★★★ 4,6 / 5
7 ocen

LIFTINGUJĄCY MASAŻ JAPOŃSKI MASTER Zaawansowane techniki manualnego liftingu twarzy z terapią tkanek, masażem transbukalnym oraz technologią TACTUM RF (RF • EMS • Krioterapia)

Numer usługi 2026/07/21/192339/3701361

- 📍 Łódź
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 🏢 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 16:00 h
- 📅 24.10.2026 do 25.10.2026

5 500,00 PLN brutto
5 500,00 PLN netto
343,75 PLN brutto/h
343,75 PLN netto/h
583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do osób planujących rozpocząć karierę w branży beauty, wellness oraz kosmetologii estetycznej, osób poszukujących nowych kwalifikacji zawodowych, a także specjalistów chcących rozszerzyć zakres świadczonych usług o zaawansowane techniki manualnej terapii twarzy.

Szkolenie dedykowane jest w szczególności:

- kosmologom,
- kosmetyczkom,
- masażystom,
- fizjoterapeutom,
- terapeutom manualnym,
- refleksologom,
- technikom usług kosmetycznych,
- osobom prowadzącym gabinety kosmetyczne, SPA i Wellness,
- osobom planującym rozpoczęcie działalności w branży beauty,
- osobom zainteresowanym naturalnymi metodami liftingu i terapii przeciwstarzeniowej.

Program szkolenia został przygotowany zarówno dla osób rozpoczynających pracę z masażami twarzy, jak i dla specjalistów posiadających doświadczenie zawodowe, którzy chcą poszerzyć swoje kompetencje o zaawansowane techniki masażu Kobido, masażu transbukalnego oraz terapii wspomaganej technologią **TACTUM RF (radiofrekwencja, EMS i krioterapia)**.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników	2
Data zakończenia rekrutacji	15-10-2026
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 szkolenia jest przygotowanie uczestników do samodzielnego wykonywania zaawansowanych terapii liftingujących z wykorzystaniem masażu Kobido, masażu transbukalnego oraz technologii TACTUM RF (RF, EMS i krioterapia). Uczestnicy zdobędą wiedzę z zakresu anatomii, diagnostyki, kwalifikacji klienta oraz zasad bezpiecznego wykonywania zabiegów. Nabędą praktyczne umiejętności doboru technik manualnych i parametrów urządzenia, tworzenia indywidualnych protokołów zabiegowych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje budowę anatomiczną twarzy, szyi, dekoltu oraz obręczy barkowej w zakresie niezbędnym do wykonywania manualnych terapii liftingujących.	Omawia główne grupy mięśni, przebieg naczyń i układu limfatycznego oraz wskazuje ich znaczenie podczas wykonywania zabiegów.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Identyfikuje wskazania i przeciwwskazania oraz prawidłowo kwalifikuje klienta do zabiegu na podstawie wywiadu i oceny skóry.	Efekty uczenia się Kryteria weryfikacji osiągnięcia efektów uczenia się Uczestnik charakteryzuje budowę anatomiczną twarzy, szyi, dekoltu oraz obręczy barkowej w zakresie niezbędnym do wykonywania manualnych terapii liftingujących. Omawia główne grupy mięśni, przebieg naczyń i układu limfatycznego oraz wskazuje ich znaczenie podczas wykonywania zabiegów. Uczestnik rozróżnia wskazania i przeciwwskazania do wykonania manualnych terapii liftingujących oraz zabiegów z wykorzystaniem urządzenia TACTUM RF.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykonuje wywiad, analizuje stan skóry i napięcie tkanek oraz dobiera odpowiednią procedurę zabiegową.	Uczestnik przeprowadza konsultację oraz diagnostykę klienta przed zabiegiem.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie wykonuje pełną procedurę zabiegową z zachowaniem prawidłowej techniki, ergonomii i kolejności etapów.	Uczestnik zna terapię manualnego liftingu twarzy zgodnie z metodyką szkolenia	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik wykonuje techniki terapii tkanek głębokich, drenażu limfatycznego oraz masażu transbukalnego.	Zna odpowiednie techniki prawidłowo je dobiera do potrzeb klienta oraz wykonuje je zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i metodyką szkolenia.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik obsługuje urządzenie TACTUM RF wykorzystujące radiofrekwencję, EMS i krioterapię	Umie dobierać parametry zabiegowe, prawidłowo prowadzi głowicę oraz stosuje urządzenie zgodnie z procedurami i zasadami bezpieczeństwa.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik opracowuje indywidualny plan terapii łączący techniki manualne i aparaturowe.	Zna odpowiednią sekwencję zabiegową do potrzeb klienta oraz uzasadnia wybór zastosowanych metod.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik komunikuje się z klientem w sposób profesjonalny oraz udziela zaleceń pozabiegowych.	Potrafi przekazać zalecenia dotyczące pielęgnacji po zabiegu, odpowiada na pytania klienta oraz prowadzi komunikację zgodnie z zasadami etyki zawodowej.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik samodzielnie wykonuje kompleksową terapię liftingującą podczas walidacji końcowej.	Pozytywnie przechodzi ocenę praktyczną obejmującą konsultację, kwalifikację klienta, wykonanie zabiegu oraz omówienie zaleceń pozabiegowych.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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 I

MODUŁ I

Anatomia funkcjonalna twarzy, szyi i obręczy barkowej

- Anatomia mięśni mimicznych i mięśni żucia.
- Powiezi twarzy oraz ich wpływ na proces starzenia.
- Układ limfatyczny twarzy, szyi i dekoltu.
- Mięśnie karku oraz obręczy barkowej w terapii liftingującej.
- Procesy starzenia skóry i tkanek.
- Najczęstsze przyczyny utraty owalu twarzy.
- Zależność pomiędzy napięciem mięśniowym a wyglądem twarzy.

MODUŁ II

Diagnostyka klienta i kwalifikacja do terapii

- Wywiad kosmetyczny.
- Ocena jakości skóry.
- Analiza napięć mięśniowych.
- Ocena owalu twarzy.
- Ocena obrzęków i zastojów limfatycznego.
- Dobór indywidualnego planu terapii.
- Wskazania i przeciwwskazania.
- Dokumentacja zabiegowa.

MODUŁ III

Przygotowanie do zabiegu

- Ergonomia pracy terapeuty.
- Organizacja stanowiska.
- Higiena i bezpieczeństwo pracy.
- Dobór kosmetyków.
- Przygotowanie skóry do masażu.
- Komunikacja z klientem.

MODUŁ IV

Kobido – nauka technik podstawowych

Pokaz instruktora

Instruktor wykonuje pełny zabieg krok po kroku z dokładnym omówieniem każdej techniki.

Nauka praktyczna

Uczestnicy uczą się:

- prawidłowego ustawienia dłoni,
- kierunków prowadzenia ruchów,
- odpowiedniej siły nacisku,
- rytmu masażu,
- płynności wykonywania zabiegu.

Techniki obejmują:

- masaż dekoltu,
- masaż szyi,
- opracowanie karku,
- rozluźnianie obręczy barkowej,
- drenaż limfatyczny,
- techniki relaksacyjne,
- masaż tkanek głębokich,
- lifting manualny,
- elementy akupresury.

PRAKTYKA

Każdy uczestnik wykonuje cały poznany etap masażu pod nadzorem instruktora.

Instruktor na bieżąco:

- koryguje ułożenie dłoni,
- poprawia technikę,
- kontroluje siłę nacisku,
- uczy prawidłowej ergonomii pracy.

DZIEŃ II

MODUŁ V

Zaawansowane techniki liftingujące

Rozbudowane techniki modelowania:

- policzków,
- linii żuchwy,
- brody,
- owalu twarzy,
- okolicy oka,
- czoła,
- skroni.

Praca z:

- tkankami głębokimi,
- punktami napięciowymi,
- mięśniami żucia.

MODUŁ VI

Masaż transbukalny

- Anatomia okolicy ust.
- Wskazania.
- Przeciwwskazania.
- Bezpieczeństwo pracy.
- Techniki wewnątrzustne.
- Rozluźnianie mięśni żucia.
- Terapia bruxizmu.
- Poprawa owalu twarzy.
- Praca z mięśniem okrężnym ust.

MODUŁ VII

Terapia TACTUM RF

Omówienie technologii:

- Radiofrekwencja (RF)
- Elektrostymulacja mięśni (EMS)

- Krioterapia

Nauka:

- kwalifikacji klienta,
- doboru parametrów,
- prawidłowego prowadzenia głowic,
- bezpieczeństwa zabiegowego,
- wskazań i przeciwwskazań,
- tworzenia terapii łączonych.

MODUŁ VIII

Łączenie terapii manualnych z technologią

Tworzenie profesjonalnych protokołów zabiegowych:

- Kobido + RF,
- Kobido + EMS,
- Kobido + krioterapia,
- kompleksowe procedury liftingujące,
- zabiegi anti-aging,
- terapie dla skóry wiotkiej,
- terapie dla skóry obrzękowej,
- indywidualizacja zabiegów.

MODUŁ IX

Intensywna praktyka na modelkach

Najważniejsza część szkolenia. Każdy uczestnik wykonuje **samodzielnie pełny zabieg na modelce**, pracując pod indywidualnym nadzorem instruktora.

Zakres praktyki obejmuje:

- przeprowadzenie konsultacji,
- analizę skóry i napięć mięśniowych,
- kwalifikację do zabiegu,
- przygotowanie stanowiska pracy,
- przygotowanie modelki,
- wykonanie terapii karku i obręczy barkowej,
- wykonanie drenażu limfatycznego,
- przeprowadzenie pełnego masażu Kobido,
- zastosowanie zaawansowanych technik liftingujących,
- wykonanie masażu transbukalnego,
- zastosowanie technologii **TACTUM RF (RF, EMS i krioterapia)** zgodnie z potrzebami skóry,
- zakończenie zabiegu,
- zalecenia pozabiegowe,
- omówienie efektów terapii.

Instruktor przez cały czas:

- obserwuje pracę uczestnika,
- koryguje technikę,
- udziela indywidualnych wskazówek,
- pomaga doskonalić ergonomię i precyzję ruchów.

MODUŁ X

Walidacja umiejętności

- Samodzielne wykonanie kompletnej procedury zabiegowej.
- Ocena poprawności technik manualnych.
- Ocena pracy z urządzeniem TACTUM RF.
- Omówienie najczęściej popełnianych błędów.
- Indywidualne wskazówki do dalszego rozwoju.

- Wręczenie certyfikatów ukończenia szkolenia.

Uczestnik po ukończeniu szkolenia:

- samodzielnie wykonuje pełny masaż Kobido na poziomie zaawansowanym,
- przeprowadza kompleksową diagnostykę klienta i dobiera odpowiedni plan terapii,
- stosuje zaawansowane techniki liftingujące i masaż transbukalny,
- pracuje z napięciami mięśniowymi twarzy, szyi, karku i obręczy barkowej,
- wykonuje drenaż limfatyczny oraz techniki tkanek głębokich,
- bezpiecznie obsługuje urządzenie **TACTUM RF**, wykorzystując radiofrekwencję, EMS i krioterapię,
- tworzy indywidualne protokoły terapii łączonych oraz prowadzi klienta zgodnie z najwyższymi standardami pracy gabinetowej.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 13

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Anatomia funkcjonalna twarzy, szyi, dekoltu oraz obręczy barkowej. Wskazania i przeciwwskazania do zabiegów. Zasady BHP, ergonomia pracy oraz przygotowanie stanowiska.	Zajęcia	mgr Aleksandra Owczarczyk	24-10-2026	10:00	12:00	02:00
2 z 13 Omówienie pełnej procedury zabiegowej. Demonstracja technik manualnych.	Zajęcia	mgr Aleksandra Owczarczyk	24-10-2026	12:00	13:00	01:00
3 z 13 -	Przerwa	-	24-10-2026	13:00	13:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 13 Ćwiczenia praktyczne Nauka podstawowych technik masażu liftingującego. Terapia szyi, dekoltu i obręczy barkowej.	Zajęcia	mgr Aleksandra Owczarczyk	24-10-2026	13:30	15:30	02:00
5 z 13 -	Przerwa	-	24-10-2026	15:30	16:00	00:30
6 z 13 Ćwiczenia praktyczne: Techniki relaksacyjne. Terapia tkanek głębokich. Doskonalenie ergonomii pracy i płynności ruchów.	Zajęcia	mgr Aleksandra Owczarczyk	24-10-2026	16:00	18:00	02:00
7 z 13 Zaawansowane techniki liftingujące Modelowanie owalu twarzy. Techniki liftingujące policzki, linię żuchwy i okolice oczu. Zaawansowana terapia tkanek.	Zajęcia	mgr Aleksandra Owczarczyk	25-10-2026	09:00	10:30	01:30
8 z 13 Zasady wykonywania masażu transbukalnego. Omówienie technologii RF, EMS i krioterapii.	Zajęcia	mgr Aleksandra Owczarczyk	25-10-2026	10:30	11:30	01:00
9 z 13 -	Przerwa	-	25-10-2026	11:30	12:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 13 INTENSYWNA PRAKTYKA NA MODELKACH	Zajęcia	mgr Aleksandra Owczarczyk	25-10-2026	12:00	14:30	02:30
11 z 13 -	Przerwa	-	25-10-2026	14:30	15:00	00:30
12 z 13 Praktyka na modelkach – doskonalenie techniki Doskonalenie pełnej procedury zabiegowej. O mówienie najczęściej spotykanych problemów w pracy gabinetowej.	Zajęcia	mgr Aleksandra Owczarczyk	25-10-2026	15:00	16:30	01:30
13 z 13 -	Walidacja	-	25-10-2026	16:30	17:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 500,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 500,00 PLN
--	--------------

Koszt osobogodziny brutto	343,75 PLN
---------------------------	------------

Koszt osobogodziny netto	343,75 PLN
--------------------------	------------

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
---------------	---------------

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

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

mgr Aleksandra Owczarczyk

Biolog, Kosmetolog, Szkoleniowiec, Wykładowca Ekspertka z ponad 10-letnim doświadczeniem, właścicielka leśnego spa „Dotyk Piękna”. Łączy wykształcenie biologiczne z zaawansowaną praktyką w kosmetologii aparaturowej i naturopatii.

Specjalizuje się w terapiach łączonych, integrując nowoczesne technologie z holistycznym podejściem do zdrowia.

Kluczowe kompetencje szkoleniowe:

Technologie: TaheEsthetic & ND Microneedling – zaawansowane frakcjonowanie mikroigłowe z elektroporacją oraz multisystemowa stymulacja skóry (RF, EMS, krioterapia). Techniki manualne: Autorska metoda Kobido Lift oraz masaże ajurwedyjskie i biomasaż. Terapie łączone: Synergia składników aktywnych z fizykalnymi czynnikami stymulującymi dla maksymalnej regeneracji skóry. Jako szkoleniowiec stawia na praktykę („hands-on”) i precyzję ruchów. Dzięki wiedzy biologicznej uczy świadomego programowania urządzeń w oparciu o fizjologię skóry. Jej kursy pozwalają profesjonalistom wdrażać innowacyjne protokoły zabiegowe, podnosząc ich konkurencyjność na rynku medycyny estetycznej i wellness.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- Każdy uczestnik otrzymuje kompletny skrypt merytoryczny opracowany na potrzeby szkolenia, zawierający kluczowe informacje o metodach i procedurach zabiegowych.
- Materiały są przeznaczone wyłącznie do użytku własnego i stanowią własność intelektualną organizatora; kopiowanie, udostępnianie lub rozpowszechnianie jest zabronione.
- Uczestnik otrzymuje narzędzia, preparaty i urządzenia niezbędne do zajęć praktycznych oraz modelki zapewnione przez organizatora.
- Szkolenie trwa 16 godzin edukacyjnych w tym przerwy.
- Zajęcia prowadzone są zgodnie z obowiązującymi zasadami bezpieczeństwa i reżimu sanitarnego.

- Po ukończeniu szkolenia uczestnik otrzymuje imienny certyfikat w języku polskim potwierdzający zdobyte kompetencje do wykonywania zabiegów objętych programem.

Warunki uczestnictwa

Szkolenie przeznaczone jest dla kosmetologów, kosmetyczek, techników usług kosmetycznych, masażyistów, fizjoterapeutów, terapeutów manualnych, refleksologów oraz osób planujących rozszerzenie kompetencji zawodowych w zakresie nowoczesnych technik manualnego liftingu twarzy i terapii wspomaganych technologią. Uczestnik powinien posiadać podstawową wiedzę z zakresu anatomii twarzy, zasad higieny i bezpieczeństwa pracy.

Obowiązki uczestnika:

- uczestnictwo w co najmniej **80% zajęć teoretycznych i praktycznych** przewidzianych w harmonogramie szkolenia;
- aktywny udział w ćwiczeniach praktycznych, pokazach oraz samodzielnej pracy na modelkach;
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa, higieny pracy, aseptyki oraz zaleceń prowadzącego szkolenie;
- prawidłowe i bezpieczne korzystanie z udostępnionych preparatów, materiałów szkoleniowych oraz urządzenia **TACTUM RF** zgodnie z instrukcją prowadzącego.

Informacje dodatkowe

Cena usługi podana w Karcie Usługi jest ceną netto oraz jednocześnie ceną brutto w przypadku spełnienia warunków zwolnienia z podatku VAT.

Usługa szkoleniowa korzysta **ze zwolnienia z VAT** na podstawie § 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 (Dz.U. z 2020 r. poz. 1983, z późn. zm.), **jeżeli jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych**.

W przypadku, gdy poziom finansowania usługi ze środków publicznych jest **niższy niż 70%, do ceny usługi zostanie doliczony podatek VAT według obowiązującej stawki 23%**. Ostateczna cena usługi zależy od poziomu dofinansowania przyznanego uczestnikowi przez Operatora.

W cenie szkolenia nie wlicza się kosztów dojazdu, noclegu i wyżywienia.

Adres

al. marsz. Józefa Piłsudskiego 52
90-330 Łódź
woj. łódzkie

Lokal, w którym realizowane jest szkolenie z zakresu medycyny estetycznej i kosmologii laserowej, znajduje się na parterze budynku przy ul. Piłsudskiego 52 w centrum miasta, z bezpośrednim wejściem z ulicy, co zapewnia łatwy dostęp dla uczestników

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt

AGNIESZKA CIBA-POLAK

E-mail kontakt@cibacosmetics.pl

Telefon (+48) 506 198 809

