



## Kurs masażu Kobido – 2-dniowe szkolenie praktyczne

Numer usługi 2026/07/27/208464/3711679

3 013,50 PLN brutto  
2 450,00 PLN netto  
188,34 PLN brutto/h  
153,13 PLN netto/h  
583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

EKIPA SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 5,0 / 5

1 ocena

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👤 Zajęcia indywidualne

🕒 16:00 h

📅 29.08.2026 do 30.08.2026

## Informacje podstawowe

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kategoria</b>                       | Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Grupa docelowa usługi</b>           | Szkolenie skierowane jest do osób początkujących i średniozaawansowanych, które chcą zdobyć lub rozwinąć praktyczne umiejętności wykonywania masażu Kobido. Usługa dedykowana jest masażystom, kosmetyczkom, kosmetologom, terapeutom manualnym oraz osobom planującym rozszerzyć ofertę swoich usług o masaż Kobido.. |
| <b>Minimalna liczba uczestników</b>    | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Maksymalna liczba uczestników</b>   | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Data zakończenia rekrutacji</b>     | 16-08-2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Forma prowadzenia usługi</b>        | stacjonarna                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b> | Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych                                                                                                                                                                                                       |

## Cel

### Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego wykonywania pełnej podstawowej procedury masażu Kobido w warunkach gabinetowych. Uczestnik nauczy się przeprowadzać wywiad z klientem, rozpoznawać wskazania i przeciwwskazania, dobierać techniki do potrzeb klienta oraz wykonywać masaż zgodnie z zasadami higieny, ergonomii i bezpieczeństwa.

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

| Efekty uczenia się                  | Kryteria weryfikacji                                      | Metoda walidacji                    |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| charakteryzuje etapy masażu Kobido, | charakteryzuje cele i zastosowanie masażu Kobido,         | Wywiad swobodny                     |
| przeprowadza wywiad z klientem,     | identyfikuje sytuacje wymagające odmowy wykonania masażu, | Wywiad swobodny                     |
| dba o komfort osoby masowanej       | wykonuje techniki zgodnie z kierunkiem i rytmem pracy     | Obserwacja w warunkach symulowanych |

## 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

## Program szczegółowy usługi

### Dzień 1

- Wprowadzenie do szkolenia.
- Organizacja pracy.
- Higiena i bezpieczeństwo pracy.
- Przygotowanie stanowiska.
- Wywiad z klientem.
- Wskazania i przeciwwskazania.
- Ergonomia pracy masażysty.
- Omówienie etapów pełnej podstawowej procedury Kobido.

- Pokaz technik relaksacyjnych.
- Nauka technik relaksacyjnych.
- Nauka drenażu limfatycznego.
- Ćwiczenia praktyczne.

## Dzień 2

- Powtórzenie materiału.
- Korekta najczęściej popełnianych błędów.
- Nauka technik liftingujących.
- Techniki głębszej pracy z tkankami twarzy.
- Masaż głowy.
- Elementy akupresury.
- Samodzielne wykonanie pełnej procedury.
- Walidacja.
- Podsumowanie szkolenia.

## Walidacja

### Metody interaktywne i aktywizujące stosowane podczas szkolenia:

- pokaz wykonywany przez trenera,
- ćwiczenia praktyczne wykonywane indywidualnie i w parach,
- nauka przez działanie (learning by doing),
- analiza przypadków (case study),
- dyskusja moderowana i sesja pytań i odpowiedzi,
- bieżąca informacja zwrotna od trenera,
- indywidualna korekta techniki podczas wykonywania masażu,
- samodzielne wykonanie pełnej procedury masażu Kobido pod nadzorem trenera,
- omówienie najczęściej popełnianych błędów wraz z ich korektą.

### Warunki organizacyjne realizacji usługi:

- szkolenie realizowane jest w grupach liczących maksymalnie **5 uczestników**,
- uczestnicy pracują w parach, co umożliwia naprzemienne wykonywanie masażu i obserwację technik,
- na grupę przewidzianych jest **5 w pełni wyposażonych stanowisk szkoleniowych**,
- każde stanowisko obejmuje:
  - profesjonalne łóżko do masażu,
  - taboret dla masażysty,
  - wałek i podkład jednorazowy,
  - środki do dezynfekcji,
  - kosmetyki wykorzystywane podczas masażu,
  - ręczniki i materiały jednorazowe,
  - lustro oraz materiały dydaktyczne,
- sala szkoleniowa spełnia wymagania BHP oraz zapewnia odpowiednie warunki do prowadzenia części teoretycznej i praktycznej,
- trener prowadzi bieżący nadzór nad wykonywaniem ćwiczeń oraz udziela indywidualnych wskazówek każdemu uczestnikowi.

Usługa realizowana w formule godzin zegarowych (60 min)

W ciągu dnia przypada godzina przerwy, która wlicza się w czas trwania usługi.

Walidacja wlicza się w czas trwania usługi.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 12

| Przedmiot / temat                                                                       | Typ aktywności | Prowadzący       | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 1 z 12<br>Wprowadzenie do szkolenia, organizacja pracy, zasady bezpieczeństwa i higieny | Zajęcia        | PIOTR ROSTKOWSKI | 29-08-2026            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| 2 z 12<br>Wywiad, wskazania, przeciwwskazania, przygotowanie stanowiska, ergonomia      | Zajęcia        | PIOTR ROSTKOWSKI | 29-08-2026            | 11:00               | 13:00               | 02:00         |
| 3 z 12 -                                                                                | Przerwa        | -                | 29-08-2026            | 13:00               | 14:00               | 01:00         |
| 4 z 12 Pokaz technik relaksacyjnych oraz drenażu limfatycznego                          | Zajęcia        | PIOTR ROSTKOWSKI | 29-08-2026            | 14:00               | 16:00               | 02:00         |
| 5 z 12<br>Ćwiczenia praktyczne z indywidualną korektą prowadzącego                      | Zajęcia        | PIOTR ROSTKOWSKI | 29-08-2026            | 16:00               | 17:00               | 01:00         |
| 6 z 12<br>Powtórzenie materiału, omówienie pytań i korekta błędów                       | Zajęcia        | PIOTR ROSTKOWSKI | 30-08-2026            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| 7 z 12 Pokaz i ćwiczenia praktyczne technik liftingujących                              | Zajęcia        | PIOTR ROSTKOWSKI | 30-08-2026            | 11:00               | 13:00               | 02:00         |
| 8 z 12 -                                                                                | Przerwa        | -                | 30-08-2026            | 13:00               | 14:00               | 01:00         |

| Przedmiot / temat                                                                      | Typ aktywności | Prowadzący       | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>9 z 12</div> Techniki głębszej pracy z tkankami twarzy – ćwiczenia praktyczne     | Zajęcia        | PIOTR ROSTKOWSKI | 30-08-2026            | 14:00               | 15:00               | 01:00         |
| <div>10 z 12</div> Masaż głowy oraz elementy akupresury – pokaz i ćwiczenia praktyczne | Zajęcia        | PIOTR ROSTKOWSKI | 30-08-2026            | 15:00               | 16:00               | 01:00         |
| <div>11 z 12</div> Samodzielna praktyka masażu Kobido                                  | Zajęcia        | PIOTR ROSTKOWSKI | 30-08-2026            | 16:00               | 16:30               | 00:30         |
| <div>12 z 12</div> -                                                                   | Walidacja      | -                | 30-08-2026            | 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

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 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 w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

## Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 3 013,50 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 2 450,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 188,34 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                  | 153,13 PLN   |

## Liczba godzin usługi

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

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### PIOTR ROSTKOWSKI

Piotr Rostkowski - masażysta i szkoleniowiec z ok. 25-letnim doświadczeniem w pracy z masażem. Specjalizuje się w masażu Kobido, masażu twarzy oraz masażach relaksacyjnych i pracy z klientem w gabinecie. Prowadzi szkolenia praktyczne oparte na realnym doświadczeniu gabinetowym, indywidualnym podejściu do klienta, komunikacji oraz świadomym dopasowaniu technik do potrzeb osoby masowanej. Ukończone liczne kursy i szkolenia branżowe z zakresu masażu, pracy manualnej z twarzą i ciałem oraz masażu Kobido.

Wieloletnia praktyka zawodowa w prowadzeniu gabinetu masażu oraz realizacji usług masażu twarzy i ciała. Ostatnie 5 lat aktywnie działa w branży masażu Kobido na bieżąco podnosi swoje kompetencje i umiejętności.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzymuje:

- skrypt szkoleniowy zawierający opis etapów masażu Kobido,
- listę wskazań i przeciwwskazań do masażu,
- zalecenia dotyczące bezpieczeństwa pracy, w tym informacje związane z zabiegami medycyny estetycznej,

- miejsce na własne notatki z części teoretycznej i praktycznej,
- materiały pomocnicze do nauki procedury,
- checklistę przebiegu masażu,
- dostęp do pełnego filmu instruktażowego z masażem prowadzonym przez Piotra Rostkowskiego, przeznaczonego do wspólnych ćwiczeń i utrwalania procedury po szkoleniu,
- certyfikat ukończenia szkolenia / zaświadczenie o ukończeniu usługi rozwojowej.

## Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT § 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 – jako usługa kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Uczestnik musi być na usłudze minimum 80% czasu trwania usługi, obecność potwierdza własnoręcznym podpisem na imiennej liście obecności.

## Adres

ul. Chmielna 73  
00-801 Warszawa  
woj. mazowieckie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**PIOTR ROSTKOWSKI**

**E-mail** [piotr@rostkowski.pl](mailto:piotr@rostkowski.pl)

**Telefon** (+48) 606 490 355