



AGNIESZKA  
WOJTAS-GAWOR  
MEDICAL SCHOOL  
★★★★★ 4,9 / 5  
818 ocen

## SZKOLENIE: KOBIDO - Japoński Lifting Twarzy

Numer usługi 2026/07/28/30615/3715490

📍 Kraków  
🏠 Usługa szkoleniowa  
📅 stacjonarna  
👥 Zajęcia grupowe  
🕒 24:00 h  
📅 26.10.2026 do 28.10.2026

2 520,00 PLN brutto  
2 520,00 PLN netto  
105,00 PLN brutto/h  
105,00 PLN netto/h  
583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

### Grupa docelowa usługi

#### GRUPĘ DOCELOWĄ STANOWIĄ:

- fizjoterapeuci oraz studenci kierunków fizjoterapia/kosmetologia
- osoby posiadające kierunkowe wykształcenie w zawodzie: kosmetolog, lekarz, lekarz dentysta, masażysta, technik fizjoterapii, technik masażysta
- w szkoleniu mogą także wziąć udział osoby bez powyższych uprawnień/wykształcenia jednak konieczna jest znajomość anatomii i fizjologii człowieka

Usługa kierowana jest również dla uczestników w ramach Projektu „Małopolski Pociąg do Kariery – sezon 1” i/lub Projektu „Nowy start w Małopolsce z EURES-em”

**Do udziału w szkoleniu zapraszamy** również uczestników projektów realizowanych przez innych Operatorów BUR. Usługa jest dostępna dla osób spełniających wymagania kwalifikacyjne, niezależnie od tego, z którego projektu lub operatora korzystają.

### Minimalna liczba uczestników

2

### Maksymalna liczba uczestników

8

### Data zakończenia rekrutacji

20-10-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat VCC Akademia Edukacyjna

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa „Szkolenie: KOBIDO - Japoński Lifting Twarzy” PRZYGOTOWUJE do samodzielnego wykonywania masażu Kobido w celu poprawy napięcia skóry twarzy, stymulacji mięśni oraz uzyskania efektu liftingu z wykorzystaniem zaawansowanych technik manualnych.

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

| Efekty uczenia się                 | Kryteria weryfikacji                                               | Metoda walidacji                    |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Rozróżnia podstawy anatomii mięśni | Charakteryzuje poszczególne elementy anatomii mięśni twarzy i szyi | Wywiad swobodny                     |
|                                    | wskazuje lokalizację mięśni twarzy i szyi                          | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Omawia teorię masażu Kobido.       | Definiuje masaż Kobido                                             | Wywiad swobodny                     |
|                                    | Omawia zalety masażu Kobido                                        | Wywiad swobodny                     |
|                                    | Omawia wskazania i przeciwwskazania do masażu Kobido               | Wywiad swobodny                     |
|                                    | Omawia historię i filozofię masażu Kobido                          | Wywiad swobodny                     |
| Stosuje schemat masażu Kobido.     | Rozróżnia poszczególne etapy masażu Kobido                         | Wywiad swobodny                     |
|                                    | Przygotowuje klienta do masażu Kobido                              | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                    | Definiuje zasady masażu Kobido.                                    | Wywiad swobodny                     |
|                                    | Przedstawia metodykę masażu Kobido                                 | Wywiad swobodny                     |
| Wykonuje techniki masażu Kobido    | Stosuje poszczególne techniki masażu Kobido.                       | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Wykonuje masaż Kobido              | Stosuje pełny masaż Kobido                                         | Obserwacja w warunkach symulowanych |
|                                    | Dostosowuje techniki masażu Kobido do problemu terapeutycznego     | 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

### Część teoretyczna i praktyczna:

- podstawy anatomii - mięśnie twarzy i szyi
- historia i filozofia Kobido
- charakterystyka japońskiego liftingu twarzy
- zalety oraz efekty masażu liftingującego
- teoria masażu Kobido
- przeciwwskazania i wskazania do zabiegu
- przygotowanie do zabiegu
- schemat wykonywania masażu – poszczególne etapy
- zasady i metodyka masażu Kobido
- nauka poszczególnych technik masażu twarzy, dekoltu oraz głowy
- praktyczna nauka Kobido – japońskiego liftingu twarzy
- walidacja

### Szkolenie adresowane do:

- uczestników różnych projektów.
- masażyстів
- fizjoterapeutów
- techników fizjoterapii
- studentów fizjoterapii
- kosmetologów i kosmetyczek

### Warunki organizacyjne:

- podział na grupy 2-osobowe
- jedno stanowisko pracy na 2 osoby (kursanci ćwiczą wzajemnie na sobie)

- w skład stanowiska pracy wchodzi: łóżko do masażu, krzesło do masażu, niezbędne środki tj. prześcieradła jednorazowe, ręczniki, koce, kosmetyki oraz jednorazowe produkty do demakijażu, olejki i serum do masażu, plansze i modele anatomiczne.

**Łączna liczba dni, w których zostanie przekazana wiedza oraz umiejętności praktyczne opisane w programie:** 3dni

**Liczba godzin kursu:** 24 h zegarowe

Zajęcia teoretyczne: 2 h zegarowe

Zajęcia praktyczne: 22 h zegarowe

**W harmonogramie ujęto przerwy. Przerwy wliczają się w liczbę godzin szkolenia.**

Przerwy w czasie kursu dostosowane będą do tempa pracy uczestników szkolenia oraz ich potrzeb.

**Forma szkolenia:** Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.

**W trakcie szkolenia zostaje przeprowadzona walidacja w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji. Stosujemy rozwiązania zapewniające rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.**

**Sposób walidacji:**

Wywiad swobodny oraz obserwacja w warunkach symulowanych. Do przeprowadzenia walidacji wykorzystane zostaną metody: "wywiad swobodny" dla części teoretycznej oraz "obserwacja w warunkach symulowanych" dla części praktycznej

Część praktyczna szkolenia będzie nagrywana dla celów walidacyjnych.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 12

| Przedmiot / temat                                                                                                           | Typ aktywności | Prowadzący             | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 1 z 12<br>Anatomia, historia, filozofia, zalety, wskazania i przeciwwskazania do Kobido, przygotowanie oraz schemat masażu. | Zajęcia        | AGNIESZKA WOJTAS-GAWOR | 26-10-2026            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| 2 z 12<br>Schemat wykonywania masażu – poszczególne etapy zasady i metodyka masażu Kobido                                   | Zajęcia        | AGNIESZKA WOJTAS-GAWOR | 26-10-2026            | 11:00               | 13:00               | 02:00         |

| Przedmiot / temat                                                                                                             | Typ aktywności | Prowadzący             | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 3 z 12 -                                                                                                                      | Przerwa        | -                      | 26-10-2026            | 13:00               | 14:00               | 01:00         |
| 4 z 12 Nauka poszczególnych technik masażu twarzy, dekoltu oraz głowy, praktyczna nauka Kobido – japońskiego liftingu twarzy. | Zajęcia        | AGNIESZKA WOJTAS-GAWOR | 26-10-2026            | 14:00               | 17:00               | 03:00         |
| 5 z 12 Praktyczna nauka Kobido – japońskiego liftingu twarzy - doskonalenie techniki.                                         | Zajęcia        | AGNIESZKA WOJTAS-GAWOR | 27-10-2026            | 09:00               | 13:00               | 04:00         |
| 6 z 12 -                                                                                                                      | Przerwa        | -                      | 27-10-2026            | 13:00               | 14:00               | 01:00         |
| 7 z 12 Praktyczna nauka Kobido – japońskiego liftingu twarzy - doskonalenie techniki.                                         | Zajęcia        | AGNIESZKA WOJTAS-GAWOR | 27-10-2026            | 14:00               | 17:00               | 03:00         |
| 8 z 12 Praktyczna nauka Kobido – japońskiego liftingu twarzy - powtórzenie wiadomości i doskonalenie techniki.                | Zajęcia        | AGNIESZKA WOJTAS-GAWOR | 28-10-2026            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| 9 z 12 Praktyczna nauka Kobido – japońskiego liftingu twarzy - doskonalenie techniki.                                         | Zajęcia        | AGNIESZKA WOJTAS-GAWOR | 28-10-2026            | 11:00               | 13:00               | 02:00         |

| Przedmiot / temat                                           | Typ aktywności | Prowadzący             | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------|----------------|------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 10 z 12 -                                                   | Przerwa        | -                      | 28-10-2026            | 13:00               | 14:00               | 01:00         |
| 11 z 12<br>Wykonanie przez kursantów pełnego masażu Kobido. | Zajęcia        | AGNIESZKA WOJTAS-GAWOR | 28-10-2026            | 14:00               | 16:00               | 02:00         |
| 12 z 12 -                                                   | Walidacja      | -                      | 28-10-2026            | 16:00               | 17:00               | 01:00         |

### Podsumowanie

| Rodzaj godzin                        | Liczba godzin |
|--------------------------------------|---------------|
| Suma godzin zegarowych usługi        | 24:00         |
| w tym suma godzin zajęć              | 20:00         |
| w tym suma godzin walidacji          | 01:00         |
| w tym suma przerw                    | 03:00         |
| Suma godzin dydaktycznych bez przerw | 28:00         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                                                                                                      | Cena         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto                                                                        | 2 520,00 PLN |
| Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży |              |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto                                                                         | 2 520,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                                                                                        | 105,00 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                                                                                         | 105,00 PLN   |

### Liczba godzin usługi

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### AGNIESZKA WOJTAS-GAWOR

Mgr fizjoterapii. Założycielka krakowskiej szkoły Medical-School (rok 2017). Terapeutka twarzy, masażystka zajmująca się zarówno twarzą jak i ciałem. Od 2006 uczestniczka wielu szkoleń zarówno w kraju jak i zagranicą z zakresu terapii twarzy jak i ciała. Na co dzień specjalizuje się w terapiach twarzy: Kobido, taping estetyczny, Korugi, akupunktura, transbukalny oraz wszelkiego rodzaju terapiach, dające efekty naturalnej poprawy jej kondycji i wyglądu. W swojej pracy łączy techniki terapeutyczne twarzy oraz ciała.

2010 r. – uzyskanie stopnia magistra fizjoterapii; Uniwersytet Medyczny w Rzeszowie.

Od 2011 r. – trenerka masażu i technik manualnych twarzy i ciała

Od 2014 r. – właścicielka gabinetu masażu i fizjoterapii estetycznej Masaż Med.

2018 r. – certyfikat VCC Trainer – standard training sessions in beautician.

2018 r. – 1,2,3 level Kobido Tokyo Tokyo Japan technik dr Shogo Mochizuki.

Email: agnieszkawojtas@onet.pl

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzymuje:

- materiały szkoleniowe - opracowanie własne
- certyfikat w j. polskim i j. angielskim
- zaświadczenie o ukończeniu szkolenia
- dostęp do materiałów koniecznych do przeprowadzenia szkolenia

Organizator zapewnia materiały szkoleniowe, takie jak: skrypt, notatnik, długopisy oraz dostęp do filmów instruktażowych.

Do dyspozycji uczestników są także materiały kosmetyczno- higieniczne oraz specjalistyczny sprzęt fizjoterapeutyczny i do masażu.

### Warunki uczestnictwa

1. Posiadanie **ważnego numeru ID wsparcia**

2. Przed dokonaniem zapisu na usługę, wymagany jest kontakt z Organizatorem celem potwierdzenia wolnych miejsc. W tym celu należy wypełnić formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie **www.medical-school.pl** pod opisem wybranego szkolenia lub skontaktować się telefonicznie. **Uprzejmie przypominamy, iż zgłoszenie na kurs przez BUR nie stanowi gwarancji i potwierdzenia udziału w kursie. Obligatoryjne jest wykonanie czynności opisanych w pkt.2.**

3. W szkoleniu mogą wziąć udział osoby wskazane w sekcji "Grupa docelowa usługi"- w przypadku wątpliwości związanych z uprawnieniami dotyczącymi udziału w szkoleniach, prosimy o kontakt e-mailowy lub telefoniczny.

Warunkiem skorzystania z usługi z refundacją jest bezpośredni zapis na usługę za pośrednictwem Bazy Usług Rozwojowych oraz wypełnienie ankiety oceniającej usługę rozwojową zamieszczoną w BUR

## Informacje dodatkowe

**Cena kursu nie zawiera kosztów wyżywienia, zakwaterowania i podróży.**

Szkolenie jest zwolnione z podatku vat na podstawie § 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2013 r. poz. 1722 ze zm.) oraz Zwolnienie ze względu na nieprzekroczenie obrotu (art. 113 ust 1 i 9 ustawy o VAT).

W zależności od wymogów Operatorów i kwot dofinansowań, mogą pojawić się dodatkowe dopłaty do kursu.

**Godziny przerw są podane orientacyjnie- w zależności od dynamiki i tempa grupy- mogą ulec zmianie.**

Zawarto umowę z WUP w ramach Projektu „Małopolski Pociąg do Kariery – sezon 1” i Projektu „Nowy start w Małopolsce z EURES-em”.

## Adres

ul. Lubelska 24/6

30-003 Kraków

woj. małopolskie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**AGNIESZKA WOJTAS-GAWOR**

**E-mail** medicalschool@onet.pl

**Telefon** (+48) 690 002 359