



PRACOWNIA
ROZWOJU

★★★★★ 4,9 / 5

18 ocen

Masaż klasyczny całego ciała – praktyczne doskonalenie technik masażu z uwzględnieniem zielonych kompetencji i zasad zrównoważonego rozwoju (Kwalifikacja)

Numer usługi 2026/07/30/179591/3719329

📍 Rybnik

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 22:00 h

📅 03.10.2026 do 11.10.2026

3 300,00 PLN brutto

3 300,00 PLN netto

150,00 PLN brutto/h

150,00 PLN netto/h

226,67 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Uroda

Grupa docelowa usługi

Szkolenie jest skierowane do osób dorosłych w różnym wieku, które chcą:

Szkolenie skierowane jest również do osób, które chcą zdobyć umiejętności pozwalające **samodzielnie wykonywać masaż klasyczny całego ciała, samodzielnie organizować stanowisko pracy** zgodnie z zasadami ergonomii i bezpieczeństwa oraz stosować rozwiązania wspierające zrównoważony rozwój, takie jak racjonalne gospodarowanie materiałami, ograniczanie zużycia jednorazowych produktów oraz odpowiedzialne wykorzystywanie zasobów w codziennej praktyce zawodowej.

Dzięki szkoleniu uczestnicy rozwiną kompetencje umożliwiające świadczenie usług masażu w sposób profesjonalny, odpowiedzialny środowiskowo i zgodny z zasadami zrównoważonej praktyki zawodowej.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

10

Data zakończenia rekrutacji

25-09-2026

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 zdobycia wiedzy i praktycznych umiejętności umożliwiających samodzielne wykonywanie masażu klasycznego całego ciała, samodzielne organizowanie stanowiska pracy oraz stosowanie zasad zrównoważonego rozwoju i zielonych kompetencji poprzez racjonalne wykorzystanie materiałów, zachowanie ergonomii pracy oraz wdrażanie odpowiedzialnych środowiskowo praktyk w świadczeniu usług masażu.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza (PRK 5): Uczestnik definiuje, rozróżnia i charakteryzuje zasady wykonywania masażu klasycznego całego ciała oraz wyjaśnia ich zastosowanie w odpowiedzialnej praktyce zawodowej z uwzględnieniem zasad zrównoważonego rozwoju. Rozumie, że właściwa organizacja pracy, racjonalne wykorzystanie materiałów oraz ograniczanie zużycia produktów jednorazowych wspierają ochronę środowiska i efektywne gospodarowanie zasobami.	-- definiuje zasady wykonywania masażu klasycznego całego ciała; • rozróżnia techniki masażu klasycznego i ich zastosowanie; • charakteryzuje zasady ergonomii oraz organizacji stanowiska pracy; • uzasadnia znaczenie racjonalnego wykorzystania materiałów i środków stosowanych podczas wykonywania masażu w odniesieniu do zrównoważonego rozwoju.	Test teoretyczny
Umiejętności (PRK 5): Uczestnik planuje, organizuje, kontroluje i ocenia wykonanie masażu klasycznego całego ciała zgodnie z zasadami bezpieczeństwa, ergonomii oraz zrównoważonego rozwoju. Potrafi dobierać techniki masażu i organizować pracę w sposób ograniczający niepotrzebne zużycie materiałów oraz wspierający efektywne wykorzystanie zasobów. Kompetencje społeczne (PRK 5): Uczestnik organizuje, monitoruje i nadzoruje własną pracę zgodnie z zasadami etyki zawodowej oraz odpowiedzialności za środowisko. Stosuje zielone kompetencje poprzez świadome gospodarowanie zasobami, utrzymywanie ergonomicznego stanowiska pracy oraz promowanie odpowiedzialnych praktyk w świadczeniu usług masażu.	• planuje przebieg masażu odpowiednio do potrzeb klienta; • organizuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami ergonomii i bezpieczeństwa; • kontroluje poprawność wykonywania technik masażu; • ocenia jakość wykonanego masażu i efektywność zastosowanych technik; • uzasadnia zastosowanie rozwiązań ograniczających zużycie materiałów i wspierających zrównoważoną praktykę zawodową. organizuje pracę z poszanowaniem zasad etyki zawodowej; • monitoruje wykorzystanie materiałów i dba o ograniczanie ich marnowania; • nadzoruje przestrzeganie zasad higieny, bezpieczeństwa i ergonomii; • uzasadnia znaczenie zielonych kompetencji i zrównoważonego rozwoju w pracy masażysty.	Test teoretyczny Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	MY PERSONALITY SKILLS
Nazwa Podmiotu certyfikującego	MY PERSONALITY SKILLS

Program

DZIEŃ 1 – 03.10

09:30–11:00 – TEORIA Podstawy masażu klasycznego oraz zrównoważona organizacja pracy masażysty Omówienie zasad wykonywania masażu klasycznego, ergonomii stanowiska pracy oraz sposobów racjonalnego wykorzystania materiałów i energii, ograniczania odpadów oraz stosowania rozwiązań wspierających zrównoważony rozwój w gabinecie.

11:00–11:30 – PRZERWA

11:30–13:00 – PRAKTYKA Przygotowanie stanowiska pracy i nauka podstawowych technik masażu klasycznego Ćwiczenie organizacji stanowiska zgodnie z zasadami ergonomii, bezpieczeństwa oraz efektywnego gospodarowania materiałami, z zastosowaniem technik ograniczających zużycie środków jednorazowych i poprawiających komfort pracy.

13:00–13:30 – PRZERWA

13:30–15:00 – PRAKTYKA Kontynuacja nauki podstawowych technik masażu klasycznego oraz doskonalenie ergonomii pracy. Uczestnicy doskonalą techniki masażu z zachowaniem zasad ergonomii oraz racjonalnego wykorzystania materiałów eksploatacyjnych. W trakcie zajęć stosowane są rozwiązania ograniczające zużycie preparatów, tekstyliów i energii, co wspiera rozwój zielonych kompetencji oraz realizację założeń zrównoważonego rozwoju poprzez odpowiedzialną organizację pracy gabinetu.

DZIEŃ 2 – 04.10

09:30–11:00 – TEORIA Wpływ masażu klasycznego na organizm oraz odpowiedzialne wykorzystanie zasobów w praktyce masażysty Omówienie fizjologicznych efektów masażu oraz znaczenia świadomego planowania zabiegów, pozwalającego ograniczyć niepotrzebne zużycie materiałów i zwiększyć efektywność pracy.

11:00–11:30 – PRZERWA

11:30–13:00 – PRAKTYKA Techniki masażu grzbietu, karku i kończyn górnych Doskonalenie technik masażu z uwzględnieniem ergonomicznej pracy terapeuty, optymalizacji ruchów oraz racjonalnego wykorzystania preparatów stosowanych podczas zabiegu.

13:00–13:30 – PRZERWA

13:30–15:00 – PRAKTYKA Doskonalenie technik masażu grzbietu, karku i kończyn górnych w pracy z pacjentem. Podczas ćwiczeń uczestnicy uczą się efektywnego planowania zabiegu, ograniczania zbędnego zużycia preparatów oraz właściwej organizacji stanowiska pracy. Zastosowane rozwiązania rozwijają zielone kompetencje poprzez świadome gospodarowanie zasobami i wykonywanie zabiegów zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju.

DZIEŃ 3 – 10.10

09:30–11:00 – TEORIA Planowanie zabiegu masażu zgodnie z zasadami zielonych kompetencji Omówienie sposobów planowania terapii umożliwiających skuteczne wykonywanie masażu przy jednoczesnym ograniczeniu strat materiałowych, zużycia energii i czasu pracy.

11:00–11:30 – PRZERWA

11:30–13:00 – PRAKTYKA Techniki masażu kończyn dolnych, klatki piersiowej i brzucha Ćwiczenia praktyczne z doбором technik masażu dostosowanych do potrzeb klienta oraz organizacją pracy zgodną z zasadami efektywności i zrównoważonego rozwoju.

13:00–13:30 – PRZERWA

13:30–15:00 – PRAKTYKA Doskonalenie technik masażu kończyn dolnych, klatki piersiowej i brzucha. Uczestnicy wykonują zabiegi z wykorzystaniem metod pracy umożliwiających optymalizację czasu terapii, ergonomiczne wykonywanie czynności oraz racjonalne wykorzystanie materiałów. Praktyka wspiera rozwój zielonych kompetencji poprzez promowanie efektywności zasobowej i odpowiedzialnego świadczenia usług zdrowotnych zgodnie z założeniami zrównoważonego rozwoju.

DZIEŃ 4 – 11.10

09:30–11:00 – TEORIA Kompleksowe wykonywanie masażu klasycznego w odpowiedzialnej praktyce zawodowej Omówienie standardów jakości usług, ergonomii oraz działań wspierających zrównoważony rozwój poprzez świadome zarządzanie zasobami i ograniczanie negatywnego wpływu działalności gabinetu na środowisko.

11:00–11:30 – PRZERWA

11:30–13:00 – PRAKTYKA Kompleksowy masaż klasyczny całego ciała z zastosowaniem zasad zrównoważonej praktyki Samodzielne wykonywanie pełnego masażu klasycznego z uwzględnieniem ergonomii pracy, racjonalnego wykorzystania materiałów oraz organizacji stanowiska zgodnie z zasadami zielonych kompetencji.

13:00–13:30 – PRZERWA

13:30–14:30 – PRAKTYKA Doskonalenie kompleksowego masażu klasycznego całego ciała oraz analiza najczęściej popełnianych błędów. Uczestnicy doskonalą techniki masażu, analizując sposoby zwiększania efektywności wykonywanych zabiegów przy jednoczesnym ograniczaniu zużycia materiałów i energii. Zajęcia rozwijają zielone kompetencje poprzez wdrażanie zasad odpowiedzialnego zarządzania zasobami, ergonomii pracy oraz wysokiej jakości usług zgodnych z ideą zrównoważonego rozwoju

14:30–15:00 – WALIDACJA – test teoretyczny

Usługa realizowana jest w godzinach zegarowych. Przerwy są wliczone w liczbę godzin usługi.

Łączny czas obejmuje wszystkie elementy procesu kształcenia, w tym przerwy, które są wliczone w czas trwania usługi.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 21

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 21 TEORIA Podstawy masażu klasycznego oraz zrównoważona organizacja pracy masażyści	Zajęcia	Tatiana Ptaś	03-10-2026	09:30	11:00	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 21 -	Przerwa	-	03-10-2026	11:00	11:30	00:30
3 z 21 PRAKTYKA Przygotowanie stanowiska pracy i nauka podstawowych technik masażu klasycznego	Zajęcia	Tatiana Ptaś	03-10-2026	11:30	13:00	01:30
4 z 21 -	Przerwa	-	03-10-2026	13:00	13:30	00:30
5 z 21 PRAKTYKA Kontynuacja nauki podstawowych technik masażu klasycznego oraz doskonalenie ergonomii pracy .	Zajęcia	Tatiana Ptaś	03-10-2026	13:30	15:00	01:30
6 z 21 TEORIA Wpływ masażu klasycznego na organizm oraz odpowiedzialne wykorzystanie zasobów w praktyce masażysty	Zajęcia	Tatiana Ptaś	04-10-2026	09:30	11:00	01:30
7 z 21 -	Przerwa	-	04-10-2026	11:00	11:30	00:30
8 z 21 PRAKTYKATechnik masażu grzbietu, karku i kończyn górnych	Zajęcia	Tatiana Ptaś	04-10-2026	11:30	13:00	01:30
9 z 21 -	Przerwa	-	04-10-2026	13:00	13:30	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 21 PRAKTYKA Doskonalenie technik masażu grzbietu, karku i kończyn górnych w pracy z pacjentem zachowując ergonomię pracy w zrównoważon ym środowisku	Zajęcia	Tatiana Ptaś	04-10-2026	13:30	15:00	01:30
11 z 21 TEORIA Planowanie zabiegu masażu zgodnie z zasadami zielonych kompetencji	Zajęcia	Tatiana Ptaś	10-10-2026	09:30	11:00	01:30
12 z 21 -	Przerwa	-	10-10-2026	11:00	11:30	00:30
13 z 21 PRAKTYKA Techniki masażu kończyn dolnych, klatki piersiowej i brzucha	Zajęcia	Tatiana Ptaś	10-10-2026	11:30	13:00	01:30
14 z 21 -	Przerwa	-	10-10-2026	13:00	13:30	00:30
15 z 21 PRAKTYKA Doskonalenie technik masażu kończyn dolnych, klatki piersiowej i brzucha z zachowaniem ergonomii pracy i ochrony środowiska	Zajęcia	Tatiana Ptaś	10-10-2026	13:30	15:00	01:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 21 TEORIA Kompleksowe wykonywanie masażu klasycznego w odpowiedzialnej praktyce zawodowej z zachowaniem zasad zrównowazonego rozwoju	Zajęcia	Tatiana Ptaś	11-10-2026	09:30	11:00	01:30
17 z 21 -	Przerwa	-	11-10-2026	11:00	11:30	00:30
18 z 21 PRAKTYKA Kompleksowy masaż klasyczny całego ciała z zastosowaniem zasad zrównowazonej praktyki i ochrony środowiska	Zajęcia	Tatiana Ptaś	11-10-2026	11:30	13:00	01:30
19 z 21 -	Przerwa	-	11-10-2026	13:00	13:30	00:30
20 z 21 PRAKTYKA Doskonalenie kompleksowego masażu klasycznego całego ciała oraz analiza najczęściej popełnianych błędów z zachowaniem zasad zrównowazonego rozwoju	Zajęcia	Tatiana Ptaś	11-10-2026	13:30	14:30	01:00
21 z 21 -	Walidacja	-	11-10-2026	14:30	15:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	22:00
w tym suma godzin zajęć	17:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	04:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	24:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 300,00 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	3 300,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	150,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	150,00 PLN
W tym koszt walidacji brutto	150,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	150,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	150,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	150,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	22:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Tatiana Ptaś

Dyplomowany technik masażysta, posiadająca kwalifikacje zawodowe oraz ukończone kursy specjalistyczne z zakresu kinesiotapingu, masażu tkanek głębokich, masażu bańką chińską i masażu gorącymi kamieniami. Posiada wiedzę i praktyczne umiejętności w zakresie technik masażu, pracy z klientem oraz doboru metod wspierających regenerację i poprawę kondycji organizmu. W szkoleniach wykorzystuje podejście praktyczne, dbając o prawidłową technikę, bezpieczeństwo i jakość wykonywanych zabiegów. Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Wszystkie materiały szkoleniowe i pomoce do ćwiczeń zostaną zapewnione przez organizatora.

Uczestnicy w dniu szkolenia otrzymają certyfikaty.

Usługa realizowana jest w godzinach zegarowych. Przerwy są wliczone w liczbę godzin usługi.

Łączny czas obejmuje wszystkie elementy procesu kształcenia, w tym przerwy, które są wliczone w czas trwania usługi.

Szkolenie wpisuje się w obszar rozwoju kompetencji określonych w **Regionalnych Inteligentnych Specjalizacjach (RIS 2030)**, w szczególności w zakresie medycyny, zdrowia i jakości życia oraz zielonej transformacji gospodarki. Koncentruje się na rozwijaniu praktycznych kompetencji zawodowych w obszarze masażu klasycznego oraz pracy z ciałem, ze szczególnym uwzględnieniem zasad zrównoważonego rozwoju w usługach zdrowotnych.

Program szkolenia obejmuje praktyczne doskonalenie technik masażu klasycznego całego ciała w codziennej praktyce zawodowej, ze szczególnym uwzględnieniem ergonomii pracy, racjonalnego gospodarowania zasobami.

Informacje dodatkowe

Dostawca usług zapewnia realizację usługi przez osoby, które posiadają odpowiednie co do rodzaju i zakresu świadczonych usług: doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR i/lub kwalifikacje nabyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą publikacji usługi w BUR.

Walidacja efektów uczenia się przeprowadzana jest przez podmiot zewnętrzny niezależny od dostawcy usługi oraz od osoby prowadzącej szkolenie, co zapewnia obiektywność i rzetelność procesu oceny.

Funkcję podmiotu walidującego pełni osoba posiadająca kwalifikacje oraz doświadczenie zawodowe niewchodząca w skład kadry prowadzącej usługę. Szkolenie kończy się walidacją przeprowadzoną przez osobę wyznaczoną do tego celu.

Certyfikat zostanie wydany przez jednostkę uprawnioną do certyfikacji, tj. Fundacja My Personality Skills, co potwierdzi zdobycie kwalifikacji - Masażysta z elementami zrównoważonego rozwoju.

Adres

ul. Jankowicka 2
44-200 Rybnik

Kontakt



Joanna Bober

E-mail joannabober@op.pl

Telefon (+48) 510 150 307