



SKILL SOLUTION
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ

★★★★★ 4,7 / 5
639 ocen

SZKOLENIE: Kompleksowe techniki terapii tkanek miękkich – masaż głęboki i kinesiotaping w praktyce.

Numer usługi 2026/08/10/131400/3738227

📍 Olsztyn
🏠 Usługa szkoleniowa
📅 stacjonarna
👥 Zajęcia grupowe
🕒 24:00 h
📅 23.10.2026 do 25.10.2026

5 960,00 PLN brutto
5 960,00 PLN netto
248,33 PLN brutto/h
248,33 PLN netto/h
183,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane do fizjoterapeutów, techników fizjoterapii, studentów fizjoterapii, studentów medycyny, lekarzy, masażyistów, terapeutów manualnych, trenerów personalnych, osób pracujących z ciałem człowieka.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	22-10-2026
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

Usługa przygotowuje uczestników do planowania i wykonywania terapii z wykorzystaniem technik masażu tkanek głębokich oraz kinesiotapingu. Uczestnicy nabywają umiejętność przeprowadzania oceny funkcjonalnej narządu ruchu, identyfikowania zaburzeń w obrębie tkanek miękkich oraz doboru metod terapeutycznych dostosowanych do stanu funkcjonalnego i potrzeb pacjenta. Usługa nie nadaje uprawnień medycznych ani fizjoterapeutycznych osobom, które nie posiadają ich na podstawie odrębnych przepisów.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
1. Wyjaśnia zasady prowadzenia terapii z wykorzystaniem masażu tkanek głębokich.	• omawia cele i mechanizm działania terapii tkanek głębokich; • identyfikuje sytuacje, w których terapia jest wskazana lub przeciwwskazana; • porównuje techniki masażu tkanek głębokich z innymi metodami terapii manualnej.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
2. Przeprowadza terapię tkanek miękkich w obrębie obręczy barkowej i kończyny górnej.	• rozpoznaje i lokalizuje kluczowe struktury anatomiczne; • dobiera techniki terapeutyczne odpowiednie do rozpoznanego problemu funkcjonalnego; • wykonuje terapię zgodnie z zasadami ergonomii i bezpieczeństwa pracy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
3. Wykonuje terapię tkanek miękkich w obrębie obręczy biodrowej i kończyny dolnej.	• ocenia napięcie i funkcję tkanek miękkich kończyny dolnej; • wykorzystuje techniki terapii odpowiednie do stanu funkcjonalnego pacjenta; • modyfikuje sposób prowadzenia terapii w zależności od uzyskanych efektów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
4. Stosuje techniki masażu tkanek głębokich w terapii kręgosłupa.	• identyfikuje obszary wymagające terapii; • wykonuje techniki poprawiające ruchomość i zmniejszające napięcie tkanek; • monitoruje reakcję pacjenta i odpowiednio dostosowuje przebieg zabiegu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
5. Omawia zasady stosowania kinesiotapingu w terapii narządu ruchu.	• wyjaśnia mechanizm działania aplikacji terapeutycznych; • dobiera rodzaj aplikacji do wskazań terapeutycznych; • określa ograniczenia i przeciwwskazania do stosowania kinesiotapingu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
6. Wykonuje aplikacje kinesiotapingu zgodnie z celem terapeutycznym.	• przygotowuje miejsce aplikacji zgodnie z obowiązującymi zasadami; • wykonuje aplikację z zachowaniem prawidłowej techniki; • ocenia poprawność wykonanej aplikacji i jej zgodność z założonym celem terapii.	Obserwacja w warunkach symulowanych
7. Planuje i ocenia przebieg postępowania terapeutycznego.	• interpretuje uzyskane wyniki oceny funkcjonalnej; • uzasadnia wybór zastosowanych metod terapeutycznych; • analizuje efekty terapii i wskazuje ewentualne kierunki dalszego postępowania.	Obserwacja w warunkach symulowanych
8. Organizuje proces terapeutyczny zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i etyki zawodowej.	• przygotowuje stanowisko pracy zgodnie z wymogami higieny i ergonomii; • prowadzi komunikację z pacjentem z poszanowaniem zasad etyki zawodowej; • realizuje terapię z zachowaniem zasad bezpieczeństwa pacjenta i terapeuty.	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?

Program

Szkolenie łączy część teoretyczną z intensywnymi zajęciami praktycznymi. Program koncentruje się na zastosowaniu masażu tkanek głębokich oraz kinesiotalingu w pracy z pacjentami z dysfunkcjami narządu ruchu. Uczestnicy uczą się prawidłowej oceny funkcjonalnej, rozpoznawania napięć mięśniowo-powięziowych oraz doboru odpowiednich technik terapeutycznych dostosowanych do potrzeb pacjenta. Zajęcia praktyczne prowadzone są w podziale wszystkich uczestników na pary i obejmują pracę na poszczególnych obszarach ciała z zachowaniem zasad ergonomii, bezpieczeństwa i komfortu pacjenta.

Usługa realizowana jest w godzinach zegarowych w tym: (szkolenie 19,5 godz+ 3 godz przerwy + 1,5 godz walidacja). W trakcie szkolenia zaplanowane są przerwy, które wliczają się w czas trwania usługi. Uczestnik podczas przerwy może odbyć indywidualne konsultacje z osobą prowadzącą szkolenie. Czas walidacji wlicza się w czas trwania usługi.

Program

Dzień I

Podstawy terapii tkanek miękkich

Część teoretyczna 120 min

- biomechaniczne podstawy działania masażu tkanek głębokich,
- anatomia palpacyjna wykorzystywana podczas terapii,
- kwalifikacja pacjenta do zabiegu,
- bezpieczeństwo wykonywania terapii,
- planowanie postępowania terapeutycznego.

Warsztaty praktyczne 300 min

Praca z obręczą barkową i kończyną górną:

- lokalizacja struktur anatomicznych,
- techniki rozluźniania mięśni i powięzi,
- poprawa ślizgu tkankowego,
- terapia przeciążeń obręczy barkowej,
- opracowanie ramienia, przedramienia i dłoni.

Dzień II

Terapia kończyny dolnej i kręgosłupa

Warsztaty praktyczne 420 min

Obręcz biodrowa

- ocena napięć tkanek,
- techniki mobilizacji mięśni biodrowo-lędźwiowych,
- praca z mięśniami pośladkowymi,
- poprawa funkcji kompleksu biodrowego.

Udo i podudzie

- terapia grup mięśniowych uda,
- opracowanie tkanek podudzia,
- dobór technik dla pacjentów aktywnych oraz osób z ograniczeniami ruchowymi.

Kręgosłup

- praca z odcinkiem szyjnym,

- techniki dla odcinka piersiowego,
- terapia odcinka lędźwiowego,
- poprawa ruchomości i redukcja dolegliwości bólowych.

Dzień III

Kinesiotaping

Część teoretyczna 120 min

- właściwości taśm terapeutycznych,
- mechanizmy działania aplikacji,
- wskazania do stosowania,
- ograniczenia i przeciwwskazania.

Warsztaty praktyczne 210 min

- aplikacje mięśniowe,
- aplikacje korekcyjne,
- aplikacje stabilizacyjne,
- techniki odciążające,
- dobór aplikacji do problemu klinicznego.

WALIDACJA 90 min

- test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie,
- obserwacja w warunkach symulowanych: wykonanie zadania praktycznego ocenianego przez osobę walidującą.
- Walidacja prowadzona jest przez osobę nieuczestniczącą w procesie szkolenia, zgodnie z zasadą rozdzielania procesu kształcenia od procesu oceny efektów uczenia się.

Walidacja zostanie przeprowadzona po zakończeniu procesu kształcenia. Część teoretyczna obejmie test z wynikiem generowanym automatycznie - czas przeznaczony na test 10 min. Część praktyczna zostanie przeprowadzona metodą obserwacji w warunkach symulowanych i będzie obejmowała wykonanie przez uczestnika zadania praktycznego z zakresu masażu tkanek głębokich i aplikacji kinesiotapingu na wybranych obszarach ciała tj. kończynie górnej, dolnej oraz kręgosłupie. Uczestnicy będą oceniani równolegle, uczestnicy pracują w parach w podziale na 2 tury. Część praktyczną walidacji rozpoczyna pierwsza tura uczestników podzielona na pary. Po wykonaniu zadania następuje zamiana par i zadania są wykonywane przez drugą turę uczestników. Ocena zostanie dokonana przez osobę nieuczestniczącą w procesie szkolenia, na podstawie indywidualnego arkusza obserwacji. Czas przeznaczony na 1 turę uczestników w podziale na pary to 40 min. Każdy z uczestników z racji pracy w parach bierze udział w całym procesie walidacji w łącznym czasie 90 min. Liczba stanowisk do walidacji będzie odpowiadała połowie liczby uczestników zapisanych na usługę.

Dokumentacja walidacji obejmuje: test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie, protokół walidacji, indywidualny arkusz walidacji.

Informacja o metodach szkoleniowych

Podczas szkolenia wykorzystywane są różnorodne metody dydaktyczne umożliwiające zdobycie zarówno wiedzy teoretycznej, jak i praktycznych umiejętności. Zajęcia prowadzone są w formie wykładu, pokazu, ćwiczeń praktycznych, pracy w parach, dyskusji oraz analizy przypadków klinicznych. Uczestnicy wykonują ćwiczenia pod nadzorem prowadzącego z wykorzystaniem profesjonalnego wyposażenia. Podczas zajęć praktycznych uczestnicy pracują w parach.

Podczas zajęć praktycznych sala będzie wyposażona w niezbędny sprzęt, narzędzia i akcesoria niezbędnych do przeprowadzenia ćwiczeń przewidzianych w programie szkolenia. Liczba łóżek do masażu będzie odpowiadała połowie liczby uczestników zapisanych na usługę. Każdy z uczestników będzie miał możliwość wykonania ćwiczeń praktycznych. Uczestnicy pracują w parach i biorą udział w ćwiczeniach w sposób rotacyjny.

Uczestnik wykorzystuje nabyte umiejętności w zakresie wynikającym z posiadanych kwalifikacji, uprawnień i doświadczenia zawodowego. Udział w szkoleniu nie nadaje uprawnień medycznych ani fizjoterapeutycznych osobom, które nie posiadają ich na podstawie odrębnych przepisów.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Podstawy terapii tkanek miękkich Część teoretyczna	Zajęcia	Dominik Sitarski	23-10-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 16 -	Przerwa	-	23-10-2026	11:00	11:30	00:30
3 z 16 Warsztaty praktyczne – obręcz barkowa	Zajęcia	Dominik Sitarski	23-10-2026	11:30	13:30	02:00
4 z 16 -	Przerwa	-	23-10-2026	13:30	14:00	00:30
5 z 16 Warsztaty praktyczne – kończyna górna	Zajęcia	Dominik Sitarski	23-10-2026	14:00	17:00	03:00
6 z 16 Terapia kończyny dolnej i kręgosłupa Warsztaty praktyczne – obręcz biodrowa	Zajęcia	Dominik Sitarski	24-10-2026	09:00	11:00	02:00
7 z 16 -	Przerwa	-	24-10-2026	11:00	11:30	00:30
8 z 16 Warsztaty praktyczne – udo i podudzie	Zajęcia	Dominik Sitarski	24-10-2026	11:30	13:30	02:00
9 z 16 -	Przerwa	-	24-10-2026	13:30	14:00	00:30
10 z 16 Warsztaty praktyczne – kręgosłup	Zajęcia	Dominik Sitarski	24-10-2026	14:00	17:00	03:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 16 Kinesiotaping Część teoretyczna	Zajęcia	Dominik Sitarski	25-10-2026	09:00	11:00	02:00
12 z 16 -	Przerwa	-	25-10-2026	11:00	11:30	00:30
13 z 16 Warsztaty praktyczne – obręcz barkowa i kończyna górna	Zajęcia	Dominik Sitarski	25-10-2026	11:30	13:30	02:00
14 z 16 -	Przerwa	-	25-10-2026	13:30	14:00	00:30
15 z 16 Warsztaty praktyczne – kompleks łędźwiowo–miedniczno–biodrowy i kończyna dolna	Zajęcia	Dominik Sitarski	25-10-2026	14:00	15:30	01:30
16 z 16 -	Walidacja	-	25-10-2026	15:30	17:00	01:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	24:00
w tym suma godzin zajęć	19:30
w tym suma godzin walidacji	01:30
w tym suma przerw	03:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	28:00

Cennik

Cennik

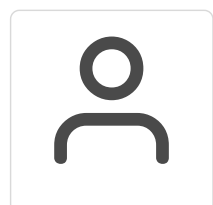
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 960,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 960,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	248,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	248,33 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	24:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Dominik Sitarski

Absolwent Olsztyńskiej Szkoły Wyższej im. Józefa Rusieckiego w Olsztynie. Od 15 lat pracuje z dziećmi, młodzieżą oraz dorosłymi w zakresie diagnostyki i terapii wad postawy ciała, fizjoterapii po urazach narządu ruchu, zabiegach ortopedycznych oraz w terapii dolegliwości bólowych kręgosłupa. Od 2013 roku wykładowca kierunku Fizjoterapia Olsztyńskiej Szkoły Wyższej obecnie Europejskiej Akademii Medycznych i Społecznych Nauk Stosowanych a od 2023 pracownik dydaktyczny na kierunku Fizjoterapia Szkoły Zdrowia Publicznego Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego w Olsztynie, kształci studentów w zakresie anatomii palpacyjnej, biomechaniki, kinezyterapii, masażu oraz podstaw terapii manualnej. Uczestnik licznych szkoleń i kursów m.in.: Anatomii palpacyjnej, Terapii Manualnej - system niemiecki, FDM czy metody McKenziego. Członek I-ej Krajowej Rady Fizjoterapeutów z woj. Warmińsko-Mazurskiego. W swojej codziennej pracy w gabinecie poza diagnostyką, pracą manualną czy kinezyterapią skupia się również na fizjoprofilaktyce oraz edukacji pacjenta. Posiada doświadczenie zawodowe nie krótsze niż 5 lat przed publikacją usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik podczas szkolenia otrzymuje materiały dydaktyczne w formie skryptu (wydruk prezentacji). Podczas zajęć praktycznych Uczestnik korzysta z wyposażenia sali. Organizator zapewnia sprzęt siłowy i treningowy niezbędny do ćwiczeń, stoły do masażu, taśmy do kinesiotapingu, materiały higieniczne.

Warunki uczestnictwa

W przypadku szkoleń dofinansowanych warunkiem uczestnictwa w szkoleniach jest założenie przez Uczestnika konta w Bazie Usług Rozwojowych oraz spełnienie warunków, które są przedstawione przez danego Operatora, do którego składane są dokumenty o dofinansowanie do usługi rozwojowej.

Warunkiem ukończenia szkolenia (a zarazem otrzymania zaświadczenia o ukończeniu) jest frekwencja na poziomie minimum 80%.

Usługa zwolniona 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 w związku z art. 43 ust.1 pkt 29 i art. 82 ust. 3 ustawy o VAT.

Dostawca usługi codziennie prowadzi listę obecności.

Uczestnik wykorzystuje nabyte umiejętności w zakresie wynikającym z posiadanych kwalifikacji, uprawnień i doświadczenia zawodowego. Udział w szkoleniu nie nadaje uprawnień medycznych ani fizjoterapeutycznych osobom, które nie posiadają ich na podstawie odrębnych przepisów.

Informacje dodatkowe

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

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu.

Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie lub swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług.

Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, uczestnikom szkolenia, kosztów dojazdu oraz zakwaterowania.

Adres

ul. Seweryna Pieniężnego 16

10-006 Olsztyn

woj. warmińsko-mazurskie

Szkolenie będzie realizowane pod adresem: ul. Seweryna Pieniężnego 16, 10-006 Olsztyn, piętro 1. Wejście do budynku od strony zaplecza (parking za Galerią AURA) lub od ulicy Pieniężnego

Miejsce szkolenia będzie oznaczone plakatem. Miejsce realizacji zapewnia warunki do prowadzenia części teoretycznej, ćwiczeń praktycznych oraz walidacji. Sala wskazana w karcie zapewnia wystarczającą przestrzeń do pracy praktycznej przy maksymalnej liczbie uczestników.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Marta Szefler

E-mail szkolenia@skillsolution.pl

Telefon (+48) 536 376 033