



Akademia Spa
Tomasz Tomasiak

★★★★★ 4,9 / 5

1 057 ocen

Zoga Face Integration I - Integracja Strukturalna w obrębie mięśni mimicznych, dekoltu i czepca

Numer usługi 2026/08/20/166474/3757766

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 24:00 h

📅 14.09.2026 do 16.09.2026

3 690,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

153,75 PLN brutto/h

125,00 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Grupa docelowa usługi	właściciele salonów kosmetycznych i salonów masażu. pracownicy salonów kosmetycznych i salonów masażu osoby chcące się przebranżowić lub poszerzyć wiedzę na temat masażu Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem” Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	13-09-2026
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

- W ramach szkolenia uczestnik nabędzie kompetencje pozwalające mu na samodzielną:
- Pracą nad zrównoważeniem stawów skroniowo-żuchwowych, mięśniami skrzydłowymi, żwaczami,
 - Pracą z połączeniem głowo-szyjnym przez głębokie mięśnie potyliczne, czepiec ścięgnisty
 - Pracą z mięśniami mimicznymi poprzez techniki mięśniowo powięziowe

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Identyfikuje struktury anatomiczne układu mięśniowo-powięziowego, kostnego oraz naczyniowego w obrębie głowy i szyi.	1. Wskazuje na modelu anatomicznym lub schemacie przebieg kluczowych mięśni mimicznych, naczyń krwionośnych oraz węzłów chłonnych.	Analiza dowodów i deklaracji
	2. Rozróżnia warstwową budowę tkanek miękkich twarzy i lokalizuje przyczepy mięśni żucia.	Analiza dowodów i deklaracji
Charakteryzuje wskazania i przeciwwskazania do wykonywania zaawansowanych technik manualnych w obszarze twarzoczaszki.	1. Wymienia listę bezwzględnych i względnych przeciwwskazań do zabiegu oraz omawia objawy kliniczne dysfunkcji stawu skroniowo-żuchwowego.	Analiza dowodów i deklaracji
	2. Analizuje stany zapalne i zmiany skórne pod kątem możliwości przeprowadzenia bezpiecznej terapii.	Analiza dowodów i deklaracji
Stosuje techniki mięśniowo-powięziowe w celu normalizacji napięcia mięśni żucia oraz poprawy ruchomości stawów skroniowo-żuchwowych.	1. Wykonuje sekwencję technik rozluźniających na mięśniach żwaczach i skrzydłowych zgodnie z protokołem terapeutycznym.	Analiza dowodów i deklaracji
	2. Korzysta z technik manualnych zewnętrznych w celu zrównoważenia pracy stawu.	Analiza dowodów i deklaracji
Wykonuje manualny drenaż limfatyczny i techniki stymulujące mikrokrążenie w obszarze twarzy, szyi i dekoltu.	1. Przeprowadza pełny drenaż odprowadzający chłonkę, wykazując się poprawnym kierunkiem oraz siłą nacisku dłoni.	Analiza dowodów i deklaracji
	2. Stosuje techniki pompujące i głaskania, które efektywnie redukują obrzęki i poprawiają koloryt skóry.	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Koryguje postawę ciała klienta oraz parametry pracy manualnej w oparciu o analizę wzorców napięciowych pacjenta.	1. Dobiera odpowiednie wektory pracy i sekwencję chwytów, reagując na indywidualne potrzeby tkanki podczas pracy na modelce.	Analiza dowodów i deklaracji
	2. Dostosowuje siłę nacisku i tempo pracy do progu bólowego oraz stanu napięcia mięśniowego pacjenta.	Analiza dowodów i deklaracji
Przestrzega zasad etyki zawodowej, higieny oraz ergonomii podczas prowadzenia terapii manualnej.	1. Przygotowuje stanowisko pracy zgodnie z wymogami sanitarnymi i zachowuje bezpieczną postawę ciała podczas wykonywania zabiegu.	Analiza dowodów i deklaracji
	2. Stosuje środki ochrony indywidualnej oraz dba o sterylność akcesoriów używanych podczas sesji.	Analiza dowodów i deklaracji

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

Moduł 1

Anatomia funkcjonalna i podstawy diagnozy

- mapa mięśniowo-powięziowa twarzy, szyi i czepca w praktycznym ujęciu,
- budowa układu krwionośnego, limfatycznego, kostnego i mięśniowego obszaru twarzy,

- wskazania i przeciwwskazania do terapii,
- zasady higieny i ergonomii pracy terapeuty.

Moduł 2

Praca ze stawami skroniowo-żuchwowymi i mięśniami żucia

- praca nad zrównoważeniem stawów skroniowo-żuchwowych,
- techniki rozluźniające mięśnie skrzydłowe i żwacze,
- wpływ dysfunkcji stawu na wygląd owalu i asymetrię twarzy,
- protokół pracy z napięciami żuchwy.

Moduł 3

Połączenie głowo-szyjne i czepec ściągnisty

- głębokie mięśnie potyliczne: jak napięcia potylicy wpływają na twarz,
- praca z czepec ściągnistym jako kluczowym elementem napięcia skóry głowy,
- normalizacja napięcia w odcinku szyjnym jako element procesu liftingującego,
- integracja pracy szyjno-głowej z pracą na mięśniach mimicznych.

Moduł 4:

Techniki mięśniowo-powięziowe mięśni mimicznych

- zasady tensegracji i właściwości powięzi w praktyce,
- wektory napięć mięśniowych i ich wpływ na starzenie się twarzy,
- kluczowe techniki mięśniowo-powięziowe: konturowanie owalu, praca z policzkami i obszarem żuchwy,
- budowanie efektu liftingującego przez sekwencję korekcyjną.

Moduł 5:

Drenaż i praca z mikrokrążeniem

- poprawa przepływu limfy i krążenia tkankowego,
- uzyskanie efektywnego drenażu limfatycznego w obrębie twarzy i dekoltu,
- aktywacja przemiany tkankowej jako element podsumowania zabiegu,
- domknięcie terapii: efekt lekkości, świeżości i widocznej poprawy owalu.

Moduł 6:

Praktyka na modelkach: praca jak w gabinecie

- trening pełnego protokołu w realnym tempie,
- korekta ustawienia rąk, kierunków i sekwencji,
- analiza postawy ciała klienta i jej wpływu na starzenie się twarzy,

Walidacja

Zakończenie

Każdy uczestnik ma indywidualne stanowisko.

Usługa realizowana w formule godzin zegarowych 60 minut, walidacja wlicza się w liczbę godzin usługi.

Przerwy wliczają się w liczbę godzin usługi

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 12

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Część teoretyczna – Anatomia twarzy	Zajęcia	Roksana Wrona	14-09-2026	09:00	12:00	03:00
2 z 12 -	Przerwa	-	14-09-2026	12:00	13:00	01:00
3 z 12 Część teoretyczna - rozmieszczenie i budowa układów krwionośnego, limfatycznego, kostnego, mięśniowego.	Zajęcia	Roksana Wrona	14-09-2026	13:00	17:00	04:00
4 z 12 Część teoretyczna - Wskazania i przeciwwskazania do terapii	Zajęcia	Roksana Wrona	15-09-2026	09:00	11:00	02:00
5 z 12 Część praktyczna: rozluźnianie mięśniowo – powięziowe mięśnie okrężne ust, dźwigacze kącika ust uwolnienie napięć w stawie skroniowo-żuchwowym. Cz I	Zajęcia	Roksana Wrona	15-09-2026	11:00	13:00	02:00
6 z 12 -	Przerwa	-	15-09-2026	13:00	14:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 12 Część praktyczna: rozluźnianie mięśniowo – powięziowe mięśnie okrężne ust, dźwigacze kącika ust uwolnienie napięć w stawie skroniowo-żuchwowym. Cz II	Zajęcia	Roksana Wrona	15-09-2026	14:00	17:00	03:00
8 z 12 Część praktyczna: praca na mięśniach szyi w celu normalizacji napięcia mięśniowego, i skorygowania nieprawidłowego ustawienia odcinka szyjnego.	Zajęcia	Roksana Wrona	16-09-2026	09:00	10:15	01:15
9 z 12 Część praktyczna: praca na mięśniach szyi w celu normalizacji napięcia mięśniowego, i skorygowania nieprawidłowego ustawienia odcinka szyjnego. Cz II	Zajęcia	Roksana Wrona	16-09-2026	10:15	13:15	03:00
10 z 12 -	Przerwa	-	16-09-2026	13:15	14:15	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 12 Część praktyczna: opracowanie mięśni podpotylicznych w celu normalizacji napięcia i wyrównania asymetrii.	Zajęcia	Roksana Wrona	16-09-2026	14:15	16:30	02:15
12 z 12 -	Walidacja	-	16-09-2026	16:30	17:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	24:00
w tym suma godzin zajęć	20:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	03:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	28:00

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	3 690,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto	153,75 PLN
---------------------------	------------

Koszt osobogodziny netto	125,00 PLN
--------------------------	------------

Liczba godzin usługi

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

Liczba godzin zegarowych usługi	24:00
---------------------------------	-------

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Roksana Wrona

Absolwentka Uniwersytetu Medycznego w Lublinie, gdzie ukończyła kierunek fizjoterapia. Od 2018r. prowadzi swój gabinet, gdzie zajmuje się Strukturalnym Równoważeniem Ciała oraz Twarzy. Pasjonatka szeroko pojętej „aktywności fizycznej”. Biomechaniką ludzkiego ciała zaczęła interesować się jeszcze przed studiami, a jeszcze będąc na studiach rozpoczęła kształcenie wg koncepcji Anatomy Trains pod okiem Wojciecha Cackowskiego, uzyskując tytuł BodyWorker. Ponadto ukończyła liczne szkolenia, w tym m.in. Zoga Movement Therapy Zoga Face Integration Anatomy Trains In Structure & Function Structural Integration for the Cranium Human Anatomy Dissection Class Bonework Integrating Bone Fascia Kurs ATSI PART II ScarWork Integrating Scar Tissue into the Fascial Web Kinesiology Taping Trener aktywnie działający w branży w ciągu ostatnich 5 lat

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

skrypt szkoleniowy

Informacje dodatkowe

ZAWARTO UMOWĘ Z WUP KRAKÓW NA ROZLICZANIE USŁUG Z WYKORZYSTANIEM ELEKTRONICZNYCH BONÓW SZKOLENIOWYCH W RAMACH PROJEKTU NOWY START W MAŁOPOLSCE Z EURES-em i Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój.

SZKOLENIE ROZLICZANE JEST W RAMACH PRZYZNANYCH BONÓW.

Usługa będzie zwolniona z VAT, w przypadku gdy uczestnik posiada dofinansowanie na poziomie minimum 70%.

Adres

ul. Albańska 3

30-662 Kraków

woj. małopolskie

ul. Albańska 3, 30-662 Kraków (wjazd od ul. Macedońskiej)

Kontakt



Aleksandra Brukiewa

E-mail info@akademia-spa.pl

Telefon (+48) 889 109 396