



Agnieszka
Żywuszek-Król
Masaże

★★★★★ 5,0 / 5
10 ocen

Refleksologia stóp

Numer usługi 2026/08/27/205098/3772605

📍 Szczecin
🏠 Usługa szkoleniowa
📅 stacjonarna
👥 Zajęcia grupowe
🕒 16:00 h
📅 09.10.2026 do 10.10.2026

2 500,00 PLN brutto
2 500,00 PLN netto
156,25 PLN brutto/h
156,25 PLN netto/h
583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia
Grupa docelowa usługi	Szkolenie kierowane jest do osób, które chcą zdobyć praktyczne umiejętności z zakresu refleksologii stóp. Adresowane jest zarówno do osób pracujących w branży fizjoterapii, masażu, beauty i wellness, jak również do osób bez wcześniejszego doświadczenia, które chcą rozpocząć pracę w tym obszarze. Usługa rozwojowa adresowana również dla Uczestników projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe. Zawarto umowę z WUP w Szczecinie w ramach Projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	6
Data zakończenia rekrutacji	08-10-2026
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

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestnika do samodzielnego i świadomego wykonywania zabiegów refleksologii stóp. Uczestnik pozna zasady refleksologii, lokalizację punktów i stref refleksologicznych, wskazania i przeciwwskazania oraz podstawowe techniki wykorzystywane podczas zabiegu.

Po zakończeniu szkolenia uczestnik będzie potrafił przygotować stanowisko pracy, przeprowadzić wywiad z klientem, dobrać odpowiednie techniki do jego potrzeb oraz samodzielnie wykonać pełny zabieg refleksologii

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
• Uczestnik omawia podstawowe zasady refleksologii stóp.	Uczestnik omawia czym jest refleksologia stóp i jej wpływ na człowieka Uczestnik wymienia wskazania i przeciwwskazania do zabiegu refleksologii stóp. Uczestnik charakteryzuje i zna zastosowanie poszczególnych technik refleksologicznych Uczestnik opisuje za co odpowiadają punkty refleksologiczne na stopach.	Wywiad swobodny
• Uczestnik prawidłowo wykonuje zabieg refleksologii stóp	Uczestnik prawidłowo lokalizuje punkty refleksologiczne na stopach Uczestnik prawidłowo stosuje poszczególne techniki podczas zabiegu refleksologicznego Uczestnik umie rozpoznać który zabieg na stopach jest odpowiedni dla klienta w danej sytuacji.	Obserwacja w warunkach symulowanych
• Uczestnik stosuje kompetencje społeczne podczas wykonywania zabiegu z refleksologii.	Uczestnik komunikuje się z klientem uwzględniając jego aspekty emocjonalne i fizyczne podczas sesji refleksologii czy to stóp czy dłoni.	Obserwacja w warunkach symulowanych
• Analizuje wskazania i przeciwwskazania do wykonywania refleksologii stóp	– rozróżnia sytuacje, w których refleksologia jest zalecana lub niewskazana, – wyjaśnia możliwe reakcje organizmu po zabiegu, – uzasadnia konieczność przeprowadzenia wywiadu przed rozpoczęciem pracy z klientem.	Wywiad swobodny
• Potrafi przygotować stanowisko pracy zgodnie z zasadami BHP. Identyfikuje punkty i strefy refleksologiczne na stopach	- lokalizuje obszary odpowiadające konkretnym organom i układom, – wskazuje punkty akupresurowe i ich funkcję, – charakteryzuje zależność między strefą a narządem, - wie jak i co zapewnić klientowi podczas zabiegu	Wywiad swobodny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje zabieg refleksologii stóp wg obowiązującego protokołu.	- stosuje odpowiednie techniki dotykowe i relaksacyjne, - zachowuje ciągłość, rytm i kierunek pracy, - dostosowuje siłę nacisku do reakcji klienta - bacznie obserwuje miejsce zabiegu i samego klienta - sporządza stosowną dokumentację z zabiegu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie 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 wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Szkolenie trwa **2 dni** i obejmuje **16 godzin zegarowych**. Przerwy są **wliczone w czas trwania usługi**. Zajęcia mają charakter teoretyczno-praktyczny: **20% teorii i 80% praktyki**.

Dzień 1

- Historia refleksologii.
- Anatomia i biomechanika stopy.
- Podział stóp na strefy i lokalizacja punktów refleksologicznych.
- Podstawowe pojęcia stosowane w refleksologii.
- Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu.
- Podstawowe techniki pracy kciuka i palców.
- Techniki trzymania stopy, dźwigni, ucisku i rotacji refleksu.
- Techniki relaksacyjne.
- Stymulacja punktów i stref refleksologicznych.
- Pokaz instruktorski.

- Ćwiczenia praktyczne w parach lub na modelach.
- Zasady BHP, higiena i ergonomia pracy.

Dzień 2

- Powtórzenie poznanych technik.
- Lokalizacja punktów i stref refleksologicznych.
- Praca na obszarach odpowiadających poszczególnym układom organizmu.
- Dobór technik do potrzeb klienta.
- Dostosowanie siły nacisku do reakcji klienta.
- Przeprowadzenie wywiadu przed zabiegiem.
- Samodzielne wykonywanie zabiegu refleksologii stóp.
- Obserwacja reakcji klienta podczas zabiegu.
- Przygotowanie i prowadzenie dokumentacji zabiegowej.
- Omówienie pracy uczestników i feedback instruktora.

Walidacja efektów uczenia się

- wywiad swobodny,
- obserwacja w warunkach symulowanych,
- obserwacja w warunkach rzeczywistych,

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 11

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Historia refleksologii, anatomia i biomechanika stopy, strefy i punkty refleksologiczne, wskazania i przeciwwskazania.	Zajęcia	Magdalena Kotorowska	09-10-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 11 -	Przerwa	-	09-10-2026	11:00	11:30	00:30
3 z 11 Techniki pracy kciuka i palców, trzymanie stopy, dźwignia, ucisk, rotacja refleksu oraz podstawowe techniki relaksacyjne.	Zajęcia	Magdalena Kotorowska	09-10-2026	11:30	13:30	02:00
4 z 11 -	Przerwa	-	09-10-2026	13:30	14:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 11 Stymulacja punktów i stref, pokaz zabiegu, ćwiczenia praktyczne w parach, przygotowani e stanowiska, zasady BHP i ergonomii.	Zajęcia	Magdalena Kotorowska	09-10-2026	14:00	17:00	03:00
6 z 11 Powtórzenie technik, lokalizacja punktów i stref oraz praca na obszarach odpowiadając ych poszczególny m układom organizmu.	Zajęcia	Magdalena Kotorowska	10-10-2026	09:00	11:00	02:00
7 z 11 -	Przerwa	-	10-10-2026	11:00	11:30	00:30
8 z 11 Praktyka refleksologii stóp, dobór technik i siły nacisku, wywiad z klientem oraz obserwacja jego reakcji podczas zabiegu.	Zajęcia	Magdalena Kotorowska	10-10-2026	11:30	13:30	02:00
9 z 11 -	Przerwa	-	10-10-2026	13:30	14:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 11 Samodzielne wykonanie pełnego zabiegu, dokumentacja zabiegowa, feedback instruktora, walidacja efektów i egzamin praktyczny.	Zajęcia	Magdalena Kotorowska	10-10-2026	14:00	16:30	02:30
11 z 11 -	Walidacja	-	10-10-2026	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

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 500,00 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	2 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	156,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	156,25 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Magdalena Kotorowska

mgr Fizjoterapii, Refleksolog, Instruktor Fitness, Instruktor Nordic walking, Coach kognitywny, Socjoterapeutka. Od ok 30 lat zajmuje się różnymi formami aktywności, naturalnymi metodami utrzymania dobrostanu, pod względem fizycznym, jak i psychicznym. Łączę różne modele, metody, koncepcje które mają być użyteczne dla mnie i dla tego kto je stosuje.

Przez 10 lat prowadziłam gabinet masażu i refleksologii, oraz grupy gimnastyczne i kijkowe. Przez poszerzenie kompetencji w zakresie coachingu i socjoterapii mogę pracować z klientem na jeszcze głębszym poziomie niż tylko cielesny, łącząc różnorodne narzędzia w celu osiągnięcia szybszych i bardziej skutecznych efektów, które są długotrwałe, a nawet zostają na całe życie. Każdy człowiek posiada zasoby, wiedzę i umiejętności aby wspierać siebie, dobrze się czuć, być szczęśliwym, tylko czasem potrzebuje towarzysza w postaci terapeuty aby wskazać mu drogę, gdzie może to bogactwo w sobie znaleźć.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt i mapy do refleksologii w cenie kursu. Książki do wglądu na miejscu.

Warunki uczestnictwa

Udział w szkoleniu nie wymaga wcześniejszego doświadczenia w zakresie refleksologii, masażu ani terapii manualnej. Szkolenie jest przeznaczone zarówno dla osób pracujących w branży fizjoterapii, masażu, beauty i wellness, jak również dla osób, które chcą zdobyć nowe kompetencje i rozpocząć wykonywanie zabiegów refleksologii stóp i dłoni. Uczestnik powinien być gotowy do udziału w zajęciach praktycznych, pracy w parach lub na modelach oraz do wykonywania i przyjmowania ćwiczeń przewidzianych w programie szkolenia.

Informacje dodatkowe

Usługa rozwojowa adresowana również dla Uczestników projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

Zawarto umowę z WUP w Szczecinie w ramach Projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

Adres

ul. Chobolańska 5/1

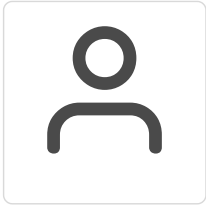
71-023 Szczecin

woj. zachodniopomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Agnieszka Żywuszek-Król

E-mail agazywuszek@yahoo.pl

Telefon (+48) 600 337 766