



SLIMMY JIMMY

Dorota Białkowska

★★★★★ 4,9 / 5

16 ocen

Masaż KOBIDO z elementami kinesiotapingu i bańki chińskiej – kompleksowe szkolenie zawodowe zakończone walidacją i certyfikacją kwalifikacji

Numer usługi 2026/08/31/199305/3778610

📍 Goczałkowice-Zdrój

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 21.09.2026 do 22.09.2026

4 000,00 PLN brutto

4 000,00 PLN netto

250,00 PLN brutto/h

250,00 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych, które chcą zdobyć, uzupełnić lub podnieść kompetencje zawodowe w zakresie wykonywania masażu twarzy KOBIDO z wykorzystaniem elementów kinesiotapingu estetycznego oraz masażu bańką chińską.

W szczególności szkolenie przeznaczone jest dla:

1. fizjoterapeutów, masażystów, kosmetologów i kosmetyczek;
2. pracowników gabinetów masażu, fizjoterapii, kosmetologii, SPA i wellness;
3. trenerów personalnych i specjalistów pracujących z ciałem;
4. osób prowadzących lub planujących rozpoczęcie działalności w branży beauty, wellness lub usług prozdrowotnych;
5. osób chcących rozszerzyć ofertę zawodową o masaż twarzy KOBIDO, kinesiotaping twarzy i masaż bańką chińską;
6. uczestników projektów dofinansowanych w ramach FESL 6.6, którzy z własnej inicjatywy chcą podnieść, uzupełnić albo zdobyć nowe kompetencje lub kwalifikacje zawodowe.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

8

Data zakończenia rekrutacji

18-09-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestnika do samodzielnego i bezpiecznego wykonywania kompleksowego zabiegu masażu twarzy KOBIDO, wzbogaconego o elementy masażu bańką chińską oraz kinesiotapingu estetycznego twarzy.

Po zakończeniu szkolenia uczestnik przeprowadza konsultację z klientem, rozpoznaje wskazania i przeciwwskazania, przygotowuje stanowisko oraz klienta do zabiegu, dobiera techniki odpowiednio do potrzeb klienta oraz wykonuje pełną procedurę masażu KOBIDO

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje podstawy anatomiczne i fizjologiczne istotne podczas masażu twarzy	Wskazuje podstawowe mięśnie, struktury i obszary twarzy objęte zabiegiem. Wyjaśnia wpływ technik masażu na tkanki, mikrokrążenie i napięcie mięśniowe.	Test teoretyczny
Rozpoznaje wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu KOBIDO, kinesiotapingu oraz masażu bańką chińską	Wymienia wskazania i przeciwwskazania. Rozpoznaje sytuacje wymagające odmowy wykonania zabiegu albo skierowania klienta na konsultację specjalistyczną.	Test teoretyczny
Przeprowadza konsultację przedzabiegową	Zbiera podstawowy wywiad, rozpoznaje potrzeby klienta, ocenia stan skóry i tkanek oraz dobiera odpowiedni zakres zabiegu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Przygotowuje stanowisko i klienta do zabiegu	Organizuje stanowisko zgodnie z zasadami ergonomii, higieny i bezpieczeństwa. Przygotowuje potrzebne produkty i akcesoria oraz prawidłowo układa klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje poszczególne etapy masażu KOBIDO	Stosuje prawidłową kolejność technik. Wykonuje techniki relaksacyjne, drenażowe, liftingujące, ugniatające, rozcierające i stymulujące. Dostosowuje tempo, siłę i zakres pracy do potrzeb klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wykonuje kompletną procedurę masażu KOBIDO	Samodzielnie przeprowadza zabieg od przygotowania klienta do zakończenia procedury. Zachowuje płynność, prawidłową kolejność i bezpieczeństwo technik.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje elementy masażu twarzy bańką chińską	Dobiera bańkę i środek poślizgowy. Kontroluje siłę podciśnienia, kierunek oraz tempo pracy. Wykonuje zabieg bezpiecznie i zgodnie z metodyką.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje podstawowe aplikacje kinesiotapingu twarzy	Przygotowuje skórę i taśmę, dobiera kierunek aplikacji, prawidłowo nakleja oraz bezpiecznie usuwa taśmę.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Przekazuje zalecenia pozabiegowe	Formułuje zalecenia dotyczące pielęgnacji, aktywności oraz częstotliwości zabiegów. Informuje klienta o możliwych reakcjach pozabiegowych.	Wywiad swobodny
Planuje zastosowanie zdobytych umiejętności w pracy zawodowej	Określa sposób wprowadzenia zabiegu do oferty gabinetu, wskazuje grupę klientów oraz możliwości łączenia poznanych technik.	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://www.my-ps.pl>

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

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Fundacja My Personality Skills
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills

Program

Program szkolenia

Moduł 1. Podstawy masażu KOBIDO

- historia i założenia japońskiego masażu twarzy;
- mechanizm działania masażu;
- wpływ masażu na skórę, mięśnie, powięź i mikrokrążenie;
- podstawowe elementy anatomii twarzy;
- wskazania i przeciwwskazania;
- zasady bezpieczeństwa.

Moduł 2. Konsultacja i przygotowanie do zabiegu

- przeprowadzenie wywiadu z klientem;
- rozpoznawanie potrzeb i oczekiwań;
- ocena skóry oraz napięcia tkanek;
- przygotowanie klienta;
- ergonomia pracy osoby wykonującej masaż;
- organizacja stanowiska;
- higiena i bezpieczeństwo.

Moduł 3. Techniki przygotowawcze i relaksacyjne

- oczyszczenie skóry;
- dobór preparatu do masażu;
- pozycja terapeuty i klienta;
- techniki wprowadzające;
- techniki relaksacyjne;
- praca w obrębie szyi, karku, dekoltu i twarzy.

Moduł 4. Techniki masażu KOBIDO

- techniki drenażowe;
- techniki rozcierania i ugniatania;
- techniki powięziowe;
- techniki liftingujące;
- techniki szybkiej stymulacji;
- elementy akupresury;
- kolejność wykonywania procedury;
- dostosowanie intensywności do potrzeb klienta.

Moduł 5. Praktyczne wykonanie masażu KOBIDO

- ćwiczenie poszczególnych chwytów;
- łączenie technik w płynną procedurę;
- korekta ułożenia dłoni i kierunku pracy;
- kontrola tempa i nacisku;
- samodzielne wykonanie kompletnego masażu.

Moduł 6. Masaż twarzy bańką chińską

- rodzaje baniek;
- wskazania i przeciwwskazania;
- dobór produktu zapewniającego poślizg;
- regulacja siły podciśnienia;
- kierunki prowadzenia bańki;
- bezpieczne włączenie techniki do zabiegu.

Moduł 7. Kinesiotaping estetyczny twarzy

- zasady działania kinesiotapingu;
- wskazania i przeciwwskazania;
- przygotowanie skóry i taśmy;
- zasady cięcia oraz naklejania taśmy;
- podstawowe aplikacje na twarz;
- instrukcja bezpiecznego zdejmowania taśmy.

Moduł 8. Organizacja usługi w gabinecie

- standard obsługi klienta;
- dokumentacja zabiegowa;
- planowanie serii zabiegów;
- zalecenia pozabiegowe;
- wprowadzenie masażu KOBIDO do oferty;
- możliwości łączenia poznanych technik.

Moduł 9. Walidacja

- test wiedzy teoretycznej;
- praktyczna prezentacja wybranych elementów zabiegu;
- samodzielne wykonanie wskazanych technik;
- ocena według ustalonych kryteriów walidacji.

Warunki organizacyjne

Szkolenie realizowane jest w wymiarze 16 godzin zegarowych. Zajęcia obejmują część teoretyczną, pokazy instruktorskie oraz ćwiczenia praktyczne wykonywane przez uczestników.

Każdy uczestnik ma zapewnione stanowisko ćwiczeniowe oraz dostęp do niezbędnych materiałów, produktów i akcesoriów. Podczas części praktycznej uczestnicy ćwiczą techniki w parach lub na modelkach.

Walidacja jest oddzielona od procesu kształcenia. Osoba prowadząca walidację nie uczestniczy w prowadzeniu zajęć przygotowujących do egzaminu.

Dokument potwierdzający ukończenie

Warunkiem ukończenia szkolenia jest:

- uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć;
- przystąpienie do walidacji;
- uzyskanie pozytywnego wyniku testu teoretycznego;
- prawidłowe wykonanie zadań praktycznych określonych w arkuszu walidacji.

Po pozytywnym wyniku walidacji uczestnik otrzymuje dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji wydany przez Fundację My Personality Skills oraz zaświadczenie o ukończeniu szkolenia.

Usługa realizowana jest w godzinach zegarowych. Przerwy wliczają się w całkowity czas trwania usługi. Zajęcia mają charakter teoretyczno-praktyczny, ze zdecydowaną przewagą ćwiczeń praktycznych. Uczestnicy wykonują techniki w parach lub na modelkach.

Walidacja stanowi odrębny etap usługi i jest przeprowadzana przez osobę nieuczęszczającą w procesie kształcenia. Walidacja obejmuje test teoretyczny oraz obserwację wykonywania zadań praktycznych w warunkach symulowanych.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 13

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Wprowadzenie do masażu KOBIDO. Historia i założenia metody. Podstawy anatomii	Zajęcia	Anna Kulik	21-09-2026	08:00	10:00	02:00
2 z 13 Konsultacja z klientem i przygotowanie zabiegu. Ocena skóry i napięcia tkanek. Przygotowanie klienta, stanowiska i osoby wykonującej	Zajęcia	Anna Kulik	21-09-2026	10:00	11:00	01:00
3 z 13 -	Przerwa	-	21-09-2026	11:00	11:15	00:15
4 z 13 Wskazania i przeciwwskazania do masażu KOBIDO.	Zajęcia	Anna Kulik	21-09-2026	11:15	12:45	01:30
5 z 13 -	Przerwa	-	21-09-2026	12:45	13:45	01:00
6 z 13 Praktyczne ćwiczenie ułożenia dłoni, kierunków pracy, siły nacisku oraz pozycji osoby wykonującej masaż.	Zajęcia	Anna Kulik	21-09-2026	13:45	14:45	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 13 Techniki rozcierania, ugniatania, stymulacji, liftingu i akupresury. Nauka prawidłowej kolejności chwytów. Łączenie poznanych technik w płynną procedurę zabiegową.	Zajęcia	Anna Kulik	21-09-2026	14:45	16:00	01:15
8 z 13 Powtórzenie technik poznanych pierwszego dnia. Samodzielne wykonanie kompletnej procedury masażu KOBIDO pod nadzorem instruktora.	Zajęcia	Anna Kulik	22-09-2026	08:00	10:30	02:30
9 z 13 -	Przerwa	-	22-09-2026	10:30	10:45	00:15
10 z 13 Masaż twarzy bańką chińską oraz kinesiopaping estetyczny.	Zajęcia	Anna Kulik	22-09-2026	10:45	12:00	01:15
11 z 13 -	Przerwa	-	22-09-2026	12:00	12:45	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 13 Praktyczne łączenie masażu KOBIDO z elementami masażu bańką chińską i kinesiotaping u. Samodzielne przeprowadze nie konsultacji, przygotowani e stanowiska i wykonanie zabiegu.	Zajęcia	Anna Kulik	22-09-2026	12:45	14:45	02:00
13 z 13 -	Walidacja	-	22-09-2026	14:45	16:00	01:15

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	12:30
w tym suma godzin walidacji	01:15
w tym suma przerw	02:15
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 000,00 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	4 000,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto	250,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	250,00 PLN
W tym koszt walidacji brutto	225,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	225,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	225,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	225,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Anna Kulik

Specjalizuje się w masażu twarzy, łącząc techniki relaksacyjne z terapeutycznymi. Posiada szerokie kwalifikacje, w tym ukończone kursy: Masaż Kobido, Masaż Transbukalny, Kinesiotaping (Kinesiofoundations Polska), kurs powięziowy, Lomi Lomi, a także odbyła szkolenie trenerskie i pedagogiczne (oczekuje na certyfikat).

Dodatkowo Anna należy do szkolnego koła naukowego przy Katedrze Anatomii, gdzie zajmuje się preparacją oraz prowadzeniem zajęć edukacyjnych dla licealistów. W pracy i podczas szkoleń stawia na przystępne przekazywanie wiedzy, mocne oparcie w anatomii oraz intensywną praktykę, łącząc różnorodne techniki: masaż Kobido, techniki powięziowe, kinesiotaping, bańkę chińską, masaż transbukalny, Lomi Lomi i terapię manualną.

Posiada ponad 100 godzin doświadczenie w prowadzeniu szkoleń z niniejszego zakresu w ciągu ostatnich 24 miesięcy przed dniem rozpoczęcia usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują skrypty szkoleniowe.

Uczestnicy otrzymują wyżywienie.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć usługi rozwojowej

Karta niniejszej usługi rozwojowej została przygotowana zgodnie z obowiązującym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych Informacja o zwolnieniu z VAT: Dz. U. poz. 1722 §3, ust. 1, pkt 14 z dnia 20 grudnia 2013 roku.

Usługa zostanie zrealizowana zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa i zaleceniami Ministra Zdrowia i Głównego Inspektoratu Sanitarnego.

Zapisując się na usługę wyrażasz zgodę na rejestrowanie/nagrywanie swojego wizerunku na potrzeby monitoringu oraz kontroli.

Adres

ul. Szkolna 75/-

43-230 Goczałkowice-Zdrój

woj. śląskie

Wejście jest od strony ul. Południowej

Kontakt



DOROTA BIAŁKOWSKA

E-mail kursy@slimmy-jimmy.com

Telefon (+48) 781 060 409