



CENTRUM
ZDROWIA GARBARY
64 SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ



Szkolenie: Masaż Tkanek Głębokich

Numer usługi 2025/03/07/178006/2605833

📍 Poznań / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 48 h
📅 26.09.2025 do 19.10.2025

2 400,00 PLN brutto
2 400,00 PLN netto
50,00 PLN brutto/h
50,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest dla: - fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy, - studentów powyższych kierunków, - uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego, - Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia, lub zaświadczenia jeśli kursant jest w trakcie nauki.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	24
Data zakończenia rekrutacji	18-09-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	48
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 kursu Masaż Tkanek Głębokich jest nauczenie uczestników pracy z ciałem w sposób celowy, świadomy i nieschematyczny. Szkolenie rozwija umiejętności oceny postawy, planowania terapii oraz doboru technik eliminujących przyczyny dolegliwości bólowych. Kurs obejmuje wiedzę z anatomii palpacyjnej i funkcjonalnej, a także praktyczne ćwiczenia pod okiem instruktora. Uczestnicy zdobywają kompetencje do skutecznej pracy z pacjentami i otrzymują certyfikat ukończenia kursu.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
WIEDZA Zna zasady i filozofię Masażu Tkanek Głębokich. Rozumie anatomię funkcjonalną i palpacyjną układu mięśniowo-powięziowo-więzadłowego. Potrafi analizować zależności między strukturami ciała i ich wpływ na dolegliwości pacjenta. Zna strategie pracy terapeutycznej oraz planowania sesji terapeutycznych.	Lokalizuje struktury anatomiczne kluczowe dla wykonania technik Masażu Tkanek Głębokich. Omawia zasady bezpiecznej i ergonomicznej pracy terapeuty, uwzględniając higienę i komfort pacjenta. Charakteryzuje wskazania oraz przeciwwskazania do stosowania masażu tkanek głębokich, uwzględniając możliwe reakcje organizmu. Analizuje biomechaniczne zależności między strukturami ciała a dolegliwościami pacjenta.	Test teoretyczny
UMIEJĘTNOŚCI Wykonuje ocenę wizualną i funkcjonalną ciała pacjenta (bodyreading). Stosuje techniki masażu tkanek głębokich zgodnie z zasadami ergonomii pracy terapeuty. Dobiera odpowiednie narzędzia i strategie terapii w zależności od diagnozy pacjenta. Samodzielnie planuje i przeprowadza sesje terapeutyczne oraz monitoruje postępy pacjenta.	Wykonuje techniki Masażu Tkanek Głębokich zgodnie z zasadami biomechaniki oraz warstwowości tkanek. Dobiera odpowiednie techniki w zależności od diagnozy funkcjonalnej pacjenta. Oceni postawę oraz wzorce ruchowe pacjenta, identyfikując obszary napięć i restrykcji. Przeprowadza ocenę wizualną i palpacyjną struktur mięśniowo-powięziowych, uwzględniając ich funkcjonalność. Dostosowuje siłę nacisku oraz sposób pracy do indywidualnych potrzeb pacjenta. Planuje strategię terapeutyczną, uwzględniając długoterminowe efekty terapii.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
KOMPETENCJE SPOŁECZNE Potrafi nawiązać profesjonalną relację terapeuta-pacjent opartą na empatii i komunikacji. Dostosowuje sposób pracy do indywidualnych potrzeb pacjenta. Pracuje zgodnie z zasadami etyki zawodowej i dba o komfort pacjenta. Potrafi współpracować z innymi specjalistami w zakresie terapii manualnej.	Komunikuje się w sposób empatyczny i profesjonalny, budując relację terapeuta-pacjent. Wyjaśnia pacjentowi cel i przebieg terapii, dostosowując język do jego poziomu wiedzy. Respektuje granice pacjenta, dbając o jego komfort i poczucie bezpieczeństwa. Pracuje zgodnie z zasadami etyki zawodowej, kierując się dobrem pacjenta. Współpracuje z innymi specjalistami (np. fizjoterapeutami, lekarzami), rozumiejąc interdyscyplinarne podejście do terapii.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

Tak, dokument potwierdza uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

Tak dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Tak dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji. Jedna osoba prowadzi szkolenie, druga podpowiada za proces walidacji.

Program

Część teoretyczna kursu masaż tkanek głębokich:

- Definicja masażu tkanek głębokich i przedstawienie filozofii koncepcji.
- Zasady masażu tkanek głębokich.
- Rodzaj chwytów stosowanych w MTG i kierunek ruchów.
- Narzędzia pracy w MTG.
- Ergonomia pracy terapeuty.
- Sposób myślenia zgodnie z koncepcją MTG i strategię pracy w MTG.

- Czytanie ciała i zasady strukturalnej pracy z ciałem.
- Plan pracy w serii spotkań terapeutycznych (Plan dla serii 10 i 6 spotkań).

Część praktyczna kursu masaż tkanek głębokich:

- Ocena wizualna ciała (bodyreading)
- Badanie całego ciała (screening ciała)
- Stawianie diagnozy
- Diagnostyka naczyniowa, neurologiczna, diagnostyka różnicowa jamy brzusznej, testy kliniczne i ortopedyczne
- Relacja struktur w taśmach mięśniowo-powięziowych i transmisja napięć w ich obrębie
- Palpacja struktur poddawanych terapii
- Struktury mięśniowo-powięziowe oraz aspekty terapeutyczne i diagnostyczne podejmowane podczas kursu

1 MODUŁ KURSU

- Terapia w obrębie taśm: tylnej, przedniej powierzchownej i głębokiej, bocznej, skośnej
- Testy funkcjonalne, naczyniowe i neurologiczne w obrębie odcinka szyjnego
- Praca na strukturach anatomicznych:
 - Prostownik grzbietu
 - Prostowniki głowy i szyi
 - Mięśnie podpotyliczne
 - Czepiec ścięgniasty
 - Mięsień czworoboczny grzbietu
 - Dźwigacz łopatk
 - Mostkowo-obończykowo-sutkowym
 - Żwacz, skroniowy, czołowy
- Ocena wizualna i funkcjonalna klatki piersiowej
- Mobilizacja mostka
- Mobilizacje żeber
- Mięsień piersiowy większy i mniejszy
- mięśnie międzyżebrowe
- Podobojczykowy
- Badanie i diagnostyka różnicowa jamy brzusznej
- Praca na strukturach anatomicznych:
 - Mięsień prosty, skośny brzucha, mięsień piramidowy
 - Mięśnie pochyłe
 - Przepona oddechowej
 - Mięsień biodrowy i lędźwiowy
 - Czworoboczny lędźwi
 - Gruszkowaty
 - Pośladkowy wielki
- Tkanki w obszarze kości krzyżowej i ogonowej

2 MODUŁ KURSU

- Ocena wizualna ciała
- Praca w obrębie taśm: tylnej, przedniej, skośnej, bocznej, kończyn górnych
- Praca na strukturach anatomicznych:
 - Więzadło krzyżowo-guzowe
 - Mięśnie kulszowo-goleniowe
 - Trójgłowy łydki
 - Ścięgno Achillesa
 - Guz piętowy
 - Rozciągno podeszwowe
 - Czworogłowy uda
 - Więzadło pachwinowe
 - Rzepka i system powięziowy kolana
 - Piszczelowy przedni i powięź grzbietowa stopy
 - Pasma biodrowo-piszczelowe i naprężacz powięzi szerokiej
 - Mobilizacja stawu biodrowego
 - Pośladkowy średni
 - Obszar okołokrętarzowy
 - Mięśnie strzałkowe

- Mięśnie przywodziciele uda
- Głębokie zginacze stawu skokowego
- Diagnostyka rejonu łopatki, ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna
- Praca na strukturach anatomicznych
- Mięsień równoległoboczny
- Najszerszy grzbietu
- Zębaty przedni
- Mięśnie obłe
- Mięsień nad- i podgrzebieniowy
- Naramienny
- Trójgłowy i dwugłowy ramienia
- Mięśnie zginacze i prostowniki stawu nadgarstkowego
- Mięśnie dłoni

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 40

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 40 Wprowadzenie do metody MTG, jej filozofii i zastosowania. Ocena wizualna oraz screeningowe badanie ciała pacjenta.	Rafał Uryzaj	26-09-2025	10:00	12:00	02:00
2 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	26-09-2025	12:00	12:15	00:15
3 z 40 Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu w pozycji leżącej.	Rafał Uryzaj	26-09-2025	12:15	14:00	01:45
4 z 40 Przerwa obiadowa	Rafał Uryzaj	26-09-2025	14:00	14:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 40 Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu z włączeniem funkcji zginania grzbietu, elongacji, skrętu tułowia i wyprostu	Rafał Uryzaj	26-09-2025	14:45	16:45	02:00
6 z 40 Omówienie oraz opracowanie mięśni podpotylicznych, czepca ścięgnistego i mięśnia czołowego.	Rafał Uryzaj	26-09-2025	16:45	18:00	01:15
7 z 40 Omówienie oraz opracowanie struktur głowy w tym mięśni żwacza, skroniowego badanie funkcjonalne odcinka szyjnego, terapia mięśnia mostkowo-obojęczkowego-sutkowego	Rafał Uryzaj	27-09-2025	10:00	12:00	02:00
8 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	27-09-2025	12:00	12:15	00:15
9 z 40 Omówienie i wykonania badania jamy brzusznej, omówienie i opracowanie rejonu powłok brzusznych w tym mięśni prostego brzucha, skośnych zewnętrznych brzucha i mięśni piramidowych.	Rafał Uryzaj	27-09-2025	12:15	14:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	27-09-2025	14:00	14:45	00:45
11 z 40 Ocena wizualna klatki piersiowej, omówienie typów, opracowanie globalnej terapii klatki piersiowej, mięśni piersiowych większych, mniejszych, podobojczykowych.	Rafał Uryzaj	27-09-2025	14:45	16:45	02:00
12 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatk, prostowników głowy i szyi w pozycji siedzącej.	Rafał Uryzaj	27-09-2025	16:45	18:00	01:15
13 z 40 Opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatk, prostowników głowy i szyi w pozycji leżącej.	Rafał Uryzaj	28-09-2025	09:00	09:45	00:45
14 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni pochyłych przednich i przepony.	Rafał Uryzaj	28-09-2025	09:45	11:00	01:15
15 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	28-09-2025	11:00	11:15	00:15
16 z 40 Omówienie i opracowanie mięśnia lędźwiowego i biodrowego	Rafał Uryzaj	28-09-2025	11:15	13:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	28-09-2025	13:00	13:45	00:45
18 z 40 Omówienie i opracowanie mięśnia czworobocznego lędźwi w pozycji leżącej.	Rafał Uryzaj	28-09-2025	13:45	15:00	01:15
19 z 40 Omówienie i opracowanie mięśnia pośladkowego wielkiego i gruszkowatego	Rafał Uryzaj	28-09-2025	15:00	16:00	01:00
20 z 40 Omówienie i opracowanie tkanek w rejonie kości krzyżowej i ogonowej. ~podsumowanie i zakończenie 1 modułu.	Rafał Uryzaj	28-09-2025	16:00	17:00	01:00
21 z 40 Wprowadzenie do zagadnień związanych z kończyną dolną, ocena wizualna kończyny dolnej. Omówienie i opracowanie struktur mięśni kulszowo-goleniowych.	Rafał Uryzaj	17-10-2025	10:00	12:00	02:00
22 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	17-10-2025	12:00	12:15	00:15
23 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni trójdłowego łydki oraz rejonu rozciągniętego podeszwowego i stopy.	Rafał Uryzaj	17-10-2025	12:15	14:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
24 z 40 Przerwa obiadowa	Rafał Uryzaj	17-10-2025	14:00	14:45	00:45
25 z 40 Opracowanie rejonu rozciągnięta podeszwowego i stopy.	Rafał Uryzaj	17-10-2025	14:45	16:45	02:00
26 z 40 Omówienie i opracowanie rejonu stawu kolanowego, rzepki, mięśnia czworogłowego uda	Rafał Uryzaj	17-10-2025	16:45	18:00	01:15
27 z 40 Omówienie i opracowanie rejonu pasma biodrowo-piszczelowego oraz naprężacza powięzi szerokiej i mięśnia pośladkowego średniego.	Rafał Uryzaj	18-10-2025	10:00	12:00	02:00
28 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	18-10-2025	12:00	12:15	00:15
29 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni strzałkowych, obszaru przedniej strony podudzia z mięśniami piszczelowym przednim i prostownikami stawu skokowego.	Rafał Uryzaj	18-10-2025	12:15	14:00	01:45
30 z 40 Przerwa obiadowa	Rafał Uryzaj	18-10-2025	14:00	14:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
31 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni przywodzicieli uda, ścięgien zginaczy uda, więzadła pachwinowego.	Rafał Uryzaj	18-10-2025	14:45	16:00	01:15
32 z 40 Omówienie i opracowanie przyśrodkowej strony podudzia	Rafał Uryzaj	18-10-2025	16:00	16:45	00:45
33 z 40 Ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna rejonu łopatki	Rafał Uryzaj	18-10-2025	16:45	18:00	01:15
34 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni równoległobocznych, najszerzego grzbietu, czworobocznego części wstępującej.	Rafał Uryzaj	19-10-2025	09:00	11:00	02:00
35 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	19-10-2025	11:00	11:15	00:15
36 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni rotatorów zewnętrznych i wewnętrznych stawu ramiennego, mięśnia zębatego przedniego, nadgrzebieniowego, naramiennego.	Rafał Uryzaj	19-10-2025	11:15	13:00	01:45
37 z 40 Przerwa	Rafał Uryzaj	19-10-2025	13:00	13:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
38 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni trójęgłowego ramienia, dwujęgłowego ramienia i zginaczy stawu łokciowego	Rafał Uryzaj	19-10-2025	13:45	15:30	01:45
39 z 40 Omówienie i opracowanie mięśni zginaczy dłoniowych i grzbietowych nadgarstka oraz mięśni dłoni. Podsumowanie i zakończenie kursu. Wręczenie dyplomów.	Rafał Uryzaj	19-10-2025	15:30	16:40	01:10
40 z 40 Walidacja	-	19-10-2025	16:40	17:00	00:20

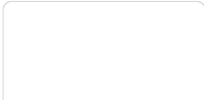
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 400,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	50,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	50,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Rafał Uryzaj



Rafał Uryzaj D.O. – Fizjoterapeuta i Dyplomowany Osteopata. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu oraz Akademii Osteopatii w Poznaniu. Założyciel Centrum Szkoleniowego Rafała Uryzaja i Roczного Studium Terapii Tkanek Miękkich. Autor bestsellerowej książki „Anatomia Masażu Tkanek Głębokich” oraz licznych badań naukowych i publikacji z zakresu fizjoterapii, terapii manualnej i pracy z ciałem.

Członek Krajowej Izby Fizjoterapii oraz Klubu „Ludzie Masażu”. Twórca i prowadzący kursy: Kręgosłup. Diagnostyka i Terapia, Terapia manualna w ujęciu klinicznym i funkcjonalnym, Masaż Tkanek Głębokich (MTG), MTG Integracja oraz Estetyczna fizjoterapia twarzy.

Ukończył liczne specjalistyczne szkolenia, m.in. z zakresu anatomii palpacyjnej, terapii punktów spustowych, FDM, haczykowania metodą Ekmana, technik energizacji mięśni, aktywnego i mięśniowo-powięziowego rozluźniania oraz terapii strukturalnej.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje:

- prezent: książkę Anatomia Masażu Tkanek Głębokich autorstwa Rafała Uryzaja,
- obszerny 70-stronicowy skrypt szkoleniowy,
- materiały video -wszystkie filmy zostaną przesłane na Twojego pedriva w trakcie trwania szkolenia, żebyś mógł je sobie przypominać kiedy tylko chcesz! (udostępniane są po ówczesnym podpisaniu umowy o ich nierozpowszechnianiu)
- opiekę po szkoleniu (zamknięte forum dyskusyjne dla absolwentów naszego kursu gdzie dzielimy się wiedzą, doświadczeniami, zadajemy pytania i dyskutujemy w tematach praktyki gabinetowej).
- darmowe powtórki kursu MTG,
- dołączasz do Absolwentów najczęściej wybieranego kursu masażu tkanek głębokich w Polsce.

Warunki uczestnictwa

Szkolenie skierowane jest dla:

- fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy,
- studentów powyższych kierunków,
- uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego,
- Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia, lub zaświadczenia jeśli kursant jest w trakcie nauki.

Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest w języku polskim.
- Zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a ustawy o VAT, kurs jest zwolniony z tego podatku.
- Przed zapisaniem się prosimy o wcześniejszy kontakt mailowy: szkolenia@szkoleniauryzaj.pl.

Adres

ul. Serafitek 4
61-144 Poznań
woj. wielkopolskie

Focus Hotel Poznań

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



MARTA MICHALAK

E-mail szkolenia@szkoleniauryzaj.pl

Telefon (+48) 663 041 233