



CENTRUM
SZKOLENIOWE
ANATOMIC Karolina
Legucka

Brak ocen dla tego dostawcy

Kurs masażu Lomi Lomi Nui I / II

Numer usługi 2025/09/11/188427/3001380

📍 Gdańsk / stacjonarna
🏠 Usługa szkoleniowa
🕒 50 h
📅 26.11.2025 do 30.11.2025

2 900,00 PLN brutto
2 900,00 PLN netto
58,00 PLN brutto/h
58,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

1. Profesjonaliści z branży zdrowia i wellness:

- masażyści, fizjoterapeuci, terapeuci holistyczni, refleksolodzy, aromaterapeuci,
- trenerzy jogi, pilatesu, pracy z ciałem i oddechem,
- osoby prowadzące gabinety masażu lub studia wellness, które chcą poszerzyć ofertę o masaż Lomi Lomi Nui.

2. Osoby zainteresowane rozwojem osobistym i duchowym:

- osoby pragnące pogłębić świadomość ciała i pracy z energią,
- ludzie poszukujący technik relaksacyjnych, redukujących stres i wspierających harmonizację emocjonalną,
- osoby zainteresowane kulturą i filozofią Hawajów.

3. Osoby planujące zmianę ścieżki zawodowej lub rozwój kariery:

- osoby chcące zdobyć nowe kwalifikacje i rozpocząć działalność w obszarze masażu i terapii holistycznych,
- osoby pragnące rozwijać kompetencje w pracy z klientem w duchu holistycznym i terapeutycznym.

4. Klienci indywidualni – pasjonaci masażu:

- osoby chcące nauczyć się masażu Lomi Lomi Nui do pracy w gronie rodziny i bliskich,
- osoby zainteresowane masażem jako formą głębokiego rel

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

12

Data zakończenia rekrutacji

25-11-2025

Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	50
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 jest wyposażenie uczestników w wiedzę, umiejętności i kompetencje potrzebne do samodzielnego wykonywania masażu Lomi Lomi Nui w sposób świadomy, bezpieczny i zgodny z tradycją poprzez:

Zdobycie wiedzy teoretycznej

Nabycie umiejętności praktycznych

Rozwój kompetencji osobistych i terapeutycznych

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Zna historię, filozofię i tradycję masażu Lomi Lomi Nui	Prawidłowo opisuje historię, filozofię i zasady masażu Lomi Lomi Nui	Wywiad swobodny
Rozumie rolę masażu w harmonizacji ciała, emocji i energii	Potrafi wyjaśnić, jak masaż wpływa na ciało, emocje i energię	Wywiad swobodny
Potrafi przygotować stanowisko pracy, dobrać techniki i oleje	Przygotowuje stanowisko zgodnie z zasadami higieny i BHP, dobiera techniki i oleje adekwatnie do osoby masowanej	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Wywiad swobodny
Wykonuje pełną procedurę masażu Lomi Lomi Nui zgodnie z tradycją i zasadami bezpieczeństwa	Poprawnie wykonuje sekwencję ruchów, zachowując rytm i płynność	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Wywiad swobodny
Kształtuje uważność, obecność i zdolność tworzenia relaksującej atmosfery dla klienta	Potrafi stworzyć komfortową, relaksującą atmosferę i stosuje odpowiednią komunikację	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Wywiad swobodny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

TAK

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

TAK

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

TAK

Program

Program kursu masażu Lomi Lomi Nui

1. Wprowadzenie i historia masażu Lomi Lomi Nui

- Pochodzenie masażu i jego znaczenie w kulturze hawajskiej
- Tradycja przekazywania wiedzy o Lomi Lomi Nui
- Różnice między masażem Lomi Lomi a innymi technikami relaksacyjnymi

2. Zasady Huny – hawajskiej filozofii życia

- Podstawowe założenia Huny: energia, harmonia, równowaga
- Zastosowanie filozofii Huny w pracy z ciałem i w relacjach międzyludzkich
- Ćwiczenia praktyczne wprowadzające w świadomość energetyczną

3. Hawajskie medytacje i rytuały

- Techniki oddechowe i medytacyjne stosowane w Lomi Lomi Nui
- Proste rytuały wprowadzające w stan relaksu i uważności przed masażem
- Ćwiczenia integracyjne dla uczestników

4. Metodyka wykonywania zabiegu

- Omówienie kolejności ruchów i płynności masażu
- Praca całym ciałem: dłonie, przedramiona, łokcie
- Zasady rytmu, tempa i przepływu energii podczas masażu
- Ergonomia i bezpieczeństwo pracy masażysty

5. Pokaz masażu Lomi Lomi Nui

- Demonstracja pełnej procedury przez instruktora
- Wyjaśnienie technik i sekwencji ruchów
- Omówienie sposobu komunikacji z osobą masowaną

6. Wpływ zabiegu na organizm człowieka, omówienie efektów zabiegu

- Fizjologiczne efekty masażu (relaksacja mięśni, poprawa krążenia, redukcja napięć)
- Oddziaływanie na psychikę i emocje
- Aspekty energetyczne i duchowe masażu Lomi Lomi Nui

7. Trening masażu Lomi Lomi Nui – praktyka w parach

- Ćwiczenia w parach nad poszczególnymi częściami ciała
- Wykonywanie pełnego zabiegu z naciskiem na rytm i płynność ruchów
- Indywidualna korekta techniki przez instruktora
- Powtórka pełnej sesji i doskonalenie warsztatu

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 35

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 35 Wprowadzenie. Historia masażu Lomi Lomi Nui, tradycja hawajska, zasady Huny	KAROLINA LEGUCKA	26-11-2025	10:00	11:30	01:30
2 z 35 Przerwa	KAROLINA LEGUCKA	26-11-2025	11:30	11:45	00:15
3 z 35 Omówienie zasad masażu. Nauka rotacji kończyn dolnych i górnych	KAROLINA LEGUCKA	26-11-2025	11:45	13:30	01:45
4 z 35 Taniec Fregaty – praca z rytmem i energią	KAROLINA LEGUCKA	26-11-2025	13:30	15:30	02:00
5 z 35 Przerwa	KAROLINA LEGUCKA	26-11-2025	15:30	15:45	00:15
6 z 35 Ćwiczenia praktyczne – integracja poznanych elementów	KAROLINA LEGUCKA	26-11-2025	15:45	17:30	01:45
7 z 35 Podsumowanie dnia, pytania i odpowiedzi	KAROLINA LEGUCKA	26-11-2025	17:30	18:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 35 Nauka ruchu podstawowego na plecach	KAROLINA LEGUCKA	27-11-2025	10:00	11:30	01:30
9 z 35 Przerwa	KAROLINA LEGUCKA	27-11-2025	11:30	11:45	00:15
10 z 35 Praca z okolicą barku i łopatki. Opracowanie kończyny górnej (leżenie na brzuchu)	KAROLINA LEGUCKA	27-11-2025	11:45	14:30	02:45
11 z 35 Ergonomia pracy przy stole do masażu	KAROLINA LEGUCKA	27-11-2025	14:30	15:30	01:00
12 z 35 Przerwa	KAROLINA LEGUCKA	27-11-2025	15:30	15:45	00:15
13 z 35 Ćwiczenia praktyczne – płynność ruchów	KAROLINA LEGUCKA	27-11-2025	15:45	17:30	01:45
14 z 35 Podsumowanie dnia, pytania i odpowiedzi	KAROLINA LEGUCKA	27-11-2025	17:30	18:00	00:30
15 z 35 Nauka pracy na przedniej stronie ciała	KAROLINA LEGUCKA	28-11-2025	10:00	11:30	01:30
16 z 35 Przerwa	KAROLINA LEGUCKA	28-11-2025	11:30	11:45	00:15
17 z 35 Nauka pracy z karkiem w leżeniu na plecach. Opracowanie klatki piersiowej	KAROLINA LEGUCKA	28-11-2025	11:45	14:30	02:45
18 z 35 Rotacje kończyn górnych i dolnych	KAROLINA LEGUCKA	28-11-2025	14:30	15:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
19 z 35 Przerwa	KAROLINA LEGUCKA	28-11-2025	15:30	15:45	00:15
20 z 35 Ćwiczenia praktyczne – łączenie sekwencji	KAROLINA LEGUCKA	28-11-2025	15:45	17:30	01:45
21 z 35 Podsumowanie dnia, pytania i odpowiedzi	KAROLINA LEGUCKA	28-11-2025	17:30	18:00	00:30
22 z 35 Wykonanie masażu przedniej i tylnej strony ciała – część I	KAROLINA LEGUCKA	29-11-2025	10:00	12:00	02:00
23 z 35 Przerwa	KAROLINA LEGUCKA	29-11-2025	12:00	12:15	00:15
24 z 35 Wykonanie masażu przedniej i tylnej strony ciała – część II	KAROLINA LEGUCKA	29-11-2025	12:15	14:30	02:15
25 z 35 Doskonalenie techniki i rytmu	KAROLINA LEGUCKA	29-11-2025	14:30	15:30	01:00
26 z 35 Przerwa	KAROLINA LEGUCKA	29-11-2025	15:30	15:45	00:15
27 z 35 Praca w parach – pełna sesja masażu	KAROLINA LEGUCKA	29-11-2025	15:45	17:30	01:45
28 z 35 Podsumowanie dnia, pytania i odpowiedzi	KAROLINA LEGUCKA	29-11-2025	17:30	18:00	00:30
29 z 35 Dzień Świątynny – wprowadzenie, krąg pytań i odpowiedzi	KAROLINA LEGUCKA	30-11-2025	10:00	11:30	01:30
30 z 35 Przerwa	KAROLINA LEGUCKA	30-11-2025	11:30	11:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
31 z 35 Samodzielne przeprowadzenie masażu całego ciała – część I	KAROLINA LEGUCKA	30-11-2025	11:45	14:00	02:15
32 z 35 Przerwa	KAROLINA LEGUCKA	30-11-2025	14:00	14:15	00:15
33 z 35 Samodzielne przeprowadzenie masażu całego ciała – część II	KAROLINA LEGUCKA	30-11-2025	14:15	16:30	02:15
34 z 35 Podsumowanie szkolenia, pytania i odpowiedzi.	KAROLINA LEGUCKA	30-11-2025	16:30	17:30	01:00
35 z 35 Uroczyste zakończenie i wręczenie certyfikatów i zaświadczeń	KAROLINA LEGUCKA	30-11-2025	17:30	18:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 900,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	58,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	58,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

KAROLINA LEGUCKA

Założycielka Gdyńskiej Szkoły masażu ANATOMIC. Uwielbia dzielić się swoją wiedzą i doświadczeniem związanymi z „życiowym” zastosowaniem filozofii hawajskiej, totalnej biologii i terapii naturalnych. Pasjonuje ją świadoma praca z ciałem, duszą i umysłem. Swoje umiejętności rozwijała na wielu warsztatach prowadzonych przez Susan Pa'iniu Floyd, jest certyfikowanym nauczycielem ALOHA INTERNATIONAL. Zajęcia grupowe prowadzi od ponad 10 lat. Tworzy kursy i warsztaty rozwojowe. W swojej pracy łączy różne, sprawdzone na własnej skórze metody i terapie naturalne takie jak: masaż, praca z ciałem, techniki hawajskie, techniki oddechowe, relaksacja, wizualizacja, medytacja, totalna biologia, radykalne wybaczenie.

Swoją wiedzę zdobywała na wielu warsztatach w Polsce i na Hawajach. Jej nauczycielką masażu Lomi Lomi Nui, Kahi Loa i Huny jest Susan Pa'iniu Floyd.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Co otrzymuje uczestnik kursu Lomi Lomi Nui

- 1. Certyfikat ukończenia kursu w języku polskim i języku angielskim**
 - potwierdzający nabycie wiedzy i umiejętności w zakresie masażu Lomi Lomi Nui
- 2. Zaświadczenie ukończenia kursu MEN III/1**
 - dokument przydatny w pracy zawodowej w gabinetach masażu, studiach wellness lub w pracy indywidualnej
- 3. Materiały szkoleniowe**
 - autorski skrypt z opisem technik, filozofii Huny, rytuałów i medytacji
 - schematy sekwencji masażu i wskazówki praktyczne
- 4. Dostęp do wiedzy praktycznej i demonstracji**
 - pokaz pełnego masażu przez instruktora
 - możliwość treningu w parach pod okiem prowadzącego
 - korekta techniki i feedback indywidualny
- 5. Wsparcie w rozwoju kompetencji miękkich i terapeutycznych**
 - nauka uważności, obecności i komunikacji z klientem
 - wskazówki, jak stworzyć komfortową i relaksującą atmosferę podczas zabiegu

Warunki uczestnictwa

Warunki uczestnictwa w szkoleniu

- 1. Wiek uczestnika**
 - ukończone 18 lat
- 2. Stan zdrowia**
 - brak przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zajęciach praktycznych (np. poważnych chorób układu ruchu, skóry, infekcji, ograniczeń uniemożliwiających pracę fizyczną)
- 3. Przygotowanie merytoryczne**
 - kurs przeznaczony jest dla osób początkujących i nie wymaga wcześniejszego doświadczenia w masażu
- 4. Strój i higiena osobista**
 - wygodny strój do ćwiczeń praktycznych (np. koszulka, legginsy/spodnie dresowe)
 - obuwie zmienne lub skarpety antypoślizgowe
 - zachowanie higieny osobistej (krótkie paznokcie, związane włosy, brak biżuterii podczas zajęć)

5. Materiały własne (opcjonalnie)

- ręcznik kąpielowy lub pareo do ćwiczeń
- zeszyt i długopis do notatek

6. Formalności organizacyjne

- wcześniejsze zgłoszenie udziału poprzez formularz rejestracyjny lub kontakt mailowy/telefoniczny
- wniesienie opłaty za kurs (zaliczka/rezerwacja miejsca + dopłata do pełnej kwoty) w określonym terminie

Informacje dodatkowe

1. Godziny podane w karcie szkolenia są godzinami dydaktycznymi (1 godzina dydaktyczna to 45 minut).
2. Kurs prowadzony jest w języku polskim.
3. Materiały, które uczestnik otrzymuje w trakcie szkolenia są w języku polskim.
4. Ze względu na dynamikę prowadzonego szkolenia rzeczywisty harmonogram zajęć może odbiegać od harmonogramu z karty szkolenia
5. Usługa szkoleniowa świadczona przez CS ANATOMIC jest zwolniona z podatku VAT na podstawie art. 43 ust 1 ustawy o VAT

Adres

ul. Kielnieńska 167
80-299 Gdańsk
woj. pomorskie

Wszystkie nasze zajęcia prowadzone są w naszej stałej siedzibie – Gdańsk Osowa, ul. Kielnieńska 167.

Jak do nas dojechać?

Dojazd do nas od strony Gdańska jest autobusem linii 171 z Gdańska Oliwy.

Z Gdyni można do nas dojechać autobusem tej samej linii (171), jedzie on z Gdyni Dąbrowy.

W obydwu tych przypadkach zawsze należy wysiąść na przystanku ŁAWSKA.

Przed naszym centrum znajdują się nasze prywatne miejsca parkingowe. Jeśli wszystkie będą zajęte, to nie obawiaj się, zawsze znajdziesz miejsce np. na ulicy Gnieźnieńskiej, Ławskiej lub Chełmińskiej. Wszystkie wymienione ulice są wolne od opłat parkingowych.

Kontakt



Karolina Legucka

E-mail biuro@anatomic.szkola.pl

Telefon (+48) 609 838 388