



Medical Sport
Bartłomiej Flis

★★★★★ 4,6 / 5

54 oceny

Trenerka Naturalnego Automasażu Twarzy - Profesjonalny kurs z prowadzenia autorskich sesji liftingujących i terapeutycznych - KURS

Numer usługi 2026/06/02/20897/3604267

- 📍 Kraków
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📅 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 08:00 h
- 📅 23.11.2026 do 23.11.2026

1 690,00 PLN brutto
1 690,00 PLN netto
211,25 PLN brutto/h
211,25 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 związanych zawodowo z branżą beauty, wellness i fizjoterapią, które chcą zdobyć nowe kwalifikacje w zakresie prowadzenia warsztatów automasażu twarzy. W kursie mogą wziąć udział m.in. kosmetolodzy, fizjoterapeuci, masażyści, trenerzy wellness, coachowie zdrowia, instruktorzy zajęć grupowych oraz pracownicy SPA i gabinetów urody. Uczestnicy powinni posiadać podstawową wiedzę z zakresu anatomii twarzy, masażu lub pielęgnacji skóry. Szkolenie będzie odpowiednie dla osób, które chcą rozwinąć swoją ofertę usługową, wzbogacić praktykę zawodową o techniki manualne anti-aging i zdobyć uprawnienia do prowadzenia warsztatów – zarówno grupowych, jak i indywidualnych.

Minimalna liczba uczestników

10

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji

13-11-2026

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 usługi jest przygotowanie uczestnika do samodzielnego prowadzenia warsztatów automasażu twarzy. Uczestnik pozna techniki manualne (m.in. masaż mięśniowo-powięziowy, bańką chińską, mioplastyczny, tejping, Gua Sha), nauczy się dobierać metody do potrzeb klienta, planować sesje, prowadzić zajęcia edukacyjne oraz promować i wdrażać nowe usługi w swojej praktyce zawodowej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozróżnia techniki automasażu twarzy stosowane w pielęgnacji manualnej anti-aging.	Wymienia i charakteryzuje co najmniej 8 technik oraz wskazuje ich zastosowanie.	Test teoretyczny
Wykonuje poprawnie wybrane techniki automasażu twarzy.	Demonstruje prawidłową sekwencję ruchów, nacisk, tempo i kierunek pracy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Planuje i prowadzi fragment warsztatu automasażu twarzy.	Opracowuje konspekt warsztatu i prezentuje minimum 10 minut zajęć z uwzględnieniem zasad dydaktyki.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Projektuje ofertę usługową i sposób wdrożenia warsztatów do własnej praktyki.	Przedstawia koncepcję oferty oraz plan promocji usługi.	Obserwacja w warunkach symulowanych

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

Czas trwania:

- **Łącznie:** 10 godzin dydaktycznych
- **Tryb szkolenia:** stacjonarny
- **Zajęcia realizowane w godzinach dydaktycznych**
- W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 1 h. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy realizowane w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy i potrzeb uczestników podczas szkolenia.
- **SZKOLENIE O CHARAKTERZE TEORETYCZNO-PRAKTYCZNYM**

Program:

1. Wstęp do szkolenia (TEORIA):

Omówienie celów szkolenia.

Przedstawienie planu działania.

Krótką prezentacją korzyści i oczekiwań wynikających z automasażu twarzy.

2. Pozyskiwanie klientów na warsztaty automasażu twarzy oraz strategię marketingowe (TEORIA):

Kampanie reklamowe

Budżet reklamowy

Treści reklamowe

Cena/Analiza rynku/Promocje

Zaproszenia i materiały promocyjne

Współpraca z lokalnymi firmami

3. Przygotowanie sali + estetyczne detale na warsztaty automasażu twarzy (TEORIA).

4. Organizacja przestrzeni (TEORIA).

5. Przygotowanie materiałów pomocniczych do warsztatów (TEORIA).

6. Przygotowanie skryptu z automasażu twarzy i technik towarzyszących.

7. Przygotowanie upominków dla klientek.

8. Informacja dla klienta – jak przygotować się do warsztatów.

9. Plan działania – krok po kroku – czego uczyć klienta – sens

wykonywania automasażu technikami opracowanymi na warsztatach.

10. Prowadzenie warsztatów w dużych grupach i sesjach indywidualnych.

11. Teoria automasażu twarzy:

Anatomia twarzy: główne mięśnie, punkty napięcia.

Wpływ masażu na układ limfatyczny, krążenie i redukcję napięcia.

Zasady bezpieczeństwa i przeciwwskazania do masażu.

Panel – napięcia mięśniowe ciała a zmarszczki na twarzy.

Przekonanie klienta o długoterminowych rezultatach wykonywania

automasażu twarzy – inwestycja w zdrowie i urodę.

12. Praktyczne techniki – wykonanie masażu przez uczestników szkolenia

(wskazania/przeciwwskazania/zastosowanie):

Czego uczyć klienta?

Techniki fizjo – estetyczne.

Ćwiczenia rozluźniające taśmy powięziowe.

Nauka oddechów przeponowych przy redukcji obrzęków – kluczowy element układu limfatycznego.

13. Pokaz i wykonywanie automasażu twarzy techniką mięśniowo – powięziową.

Pokaz i wykonywanie automasaż technikami masażu mioplastycznego.

Pokaz i wykonywanie masażu bańką chińską.

Pokaz i wykonywanie masażu transbukkalnego.

Pokaz i wykonywanie drenażu limfatycznego.

Pokaz i wykonywanie tejpingu kosmetycznego twarzy, szyi i dekoltu.

Pokaz i wykonywanie masażu GUA SHA.

Pokaz i wykonywanie FACE FITNESS.

Jak wkomponować automasaż w codzienną pielęgnację.

Korzyści długoterminowe z zastosowania automasażu twarzy.

14. Dobór kosmetyków wspierających masaż:

Omówienie kremów, olejków i serum idealnych do masażu.

Wskazówki dotyczące ich aplikacji oraz wyboru odpowiedniego produktu dla różnych typów skór.

15. Układanie indywidualnego planu automasażu dla klienta:

Analiza potrzeb klienta

Indywidualny dobór technik

Tworzenie harmonogramu automasażu

Edukacja klienta

Monitorowanie efektów

16. Przygotowanie do roli trenera:

Jak efektywnie uczyć technik automasażu

Metody pracy z klientem i budowania zaufania

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 13

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Wstęp do szkolenia. Pozyskiwanie klientów na warsztaty automasażu twarzy oraz strategię marketingowe. (TEORIA)	Zajęcia	Agata Skorupa	23-11-2026	09:00	09:30	00:30
2 z 13 Przygotowanie sali + estetyczne detale na warsztaty automasażu twarzy. Organizacja przestrzeni. Przygotowanie materiałów pomocniczych do warsztatów. (TEORIA)	Zajęcia	Agata Skorupa	23-11-2026	09:30	10:00	00:30
3 z 13 Przygotowanie skryptu z automasażu twarzy i technik towarzyszących. Przygotowanie upominków dla klientek. Informacja dla klienta – jak przygotować się do warsztatów. (TEORIA)	Zajęcia	Agata Skorupa	23-11-2026	10:00	10:30	00:30
4 z 13 -	Przerwa	-	23-11-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 13 Plan działania – krok po kroku – czego uczyć klienta – sens wykonywania automasażu technikami opracowanym i na warsztatach. Prowadzenie warsztatów w dużych grupach i sesjach indywidualnych. (TEORIA)	Zajęcia	Agata Skorupa	23-11-2026	10:45	11:15	00:30
6 z 13 Teoria automasażu twarzy. Dobór kosmetyków wspierających masaż (TEORIA)	Zajęcia	Agata Skorupa	23-11-2026	11:15	12:00	00:45
7 z 13 Praktyczne techniki – wykonanie masażu przez uczestników szkolenia. Pokaz i wykonywanie automasażu twarzy techniką mięśniowo – powięziową. (PRAKTYKA)	Zajęcia	Agata Skorupa	23-11-2026	12:00	12:45	00:45
8 z 13 -	Przerwa	-	23-11-2026	12:45	13:15	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 13 Praktyczne techniki – wykonanie masażu przez uczestników szkolenia. Pokaz i wykonywanie automasażu twarzy techniką mięśniowo – powięziową. (PRAKTYKA)	Zajęcia	Agata Skorupa	23-11-2026	13:15	15:00	01:45
10 z 13 -	Przerwa	-	23-11-2026	15:00	15:15	00:15
11 z 13 Układanie indywidualnego planu automasażu dla klienta. Przygotowanie do roli trenera (PRAKTYKA)	Zajęcia	Agata Skorupa	23-11-2026	15:15	15:45	00:30
12 z 13 Układanie indywidualnego planu automasażu dla klienta. Przygotowanie do roli trenera (PRAKTYKA)	Zajęcia	Agata Skorupa	23-11-2026	15:45	16:30	00:45
13 z 13 -	Walidacja	-	23-11-2026	16:30	17:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	08:00
w tym suma godzin zajęć	06:30
w tym suma godzin walidacji	00:30

Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma przerw	01:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	09:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 690,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 690,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	211,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	211,25 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	08:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Agata Skorupa

Trenerka z ponad 10-letnim doświadczeniem zawodowym w branży beauty i fizjoterapii – doświadczenie zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących usługi. Terapeutka manualna, szkoleniowiec i wykładowczyni akademicka. Od 2021 roku prowadzi wykłady oraz laboratoria dla studentów i absolwentów kierunku kosmetologia, m.in. na Wyższej Szkole Informatyki i Zarządzania w Rzeszowie.

Wieloletni praktyk w zakresie terapii estetycznej, masażu i pracy z układem limfatycznym – przez ponad 10 lat związana z Podkarpackim Centrum Rehabilitacji, gdzie pracowała z pacjentami z obrzękami. Swoje kwalifikacje systematycznie rozwija na szkoleniach z zakresu kosmetologii, masażu, fizjoterapii i osteopatii – kwalifikacje nabywane sukcesywnie, nie wcześniej niż 5 lat przed

zgłoszeniem usługi.

Organizuje szkolenia, warsztaty i wystąpienia dla specjalistów z branży beauty, pomagając im wdrażać skuteczne rozwiązania w pracy gabinetowej. Ceniona za umiejętność przekazywania wiedzy w sposób przystępny i inspirujący. Po ukończeniu szkolenia uczestnik zyskuje pełne zrozumienie terapeutycznego celu każdej techniki oraz gotowość do ich świadomego stosowania w praktyce gabinetowej.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje:

- skrypt szkoleniowy
- certyfikat

Warunki uczestnictwa

W szkoleniu mogą wziąć udział osoby, które spełniają poniższe warunki:

1. **Posiadają wykształcenie lub doświadczenie zawodowe** w jednym z obszarów: kosmetologia, fizjoterapia, masaż, wellness, coaching zdrowia, praca w SPA lub prowadzenie zajęć grupowych w obszarze zdrowia i urody.
2. **Znają podstawy anatomii twarzy** oraz posiadają ogólne rozeznanie w zakresie pielęgnacji skóry lub technik manualnych.

Informacje dodatkowe

Cena kursu nie zawiera kosztów wyżywienia, zakwaterowania i podróży.

Szkolenie jest zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 26 podpunkt a ustawa o VAT lub w przypadku kursów dofinansowanych ze środków publicznych w min. 70% zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 29 c.

Godziny przerw są orientacyjne - w zależności od dynamiki i tempa grupy- mogą ulec zmianie.

Adres

al. Aleja Jana Pawła II 31

31-864 Kraków

woj. małopolskie

Sala „Szkoleniowo-rehabilitacyjna”
obok AWF-u –przy Parku Lotników

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



DOMINIKA KOPEĆ

E-mail akademia@medicalsport.pl

Telefon (+48) 504 550 107