



## Sekret młodości twarzy – szkolenie z masażu Kobido.

Numer usługi 2026/06/19/12005/3637671

3 517,80 PLN brutto

2 860,00 PLN netto

219,86 PLN brutto/h

178,75 PLN netto/h

166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

EMAT HRC Elżbieta Matysiak

★★★★★ 5,0 / 5

1 865 ocen

📍 Dąbrowa Górnicza

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 19.09.2026 do 20.09.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Szkolenie skierowane jest do: kosmetologów, kosmetyczek, masażystów, fizjoterapeutów, osób planujących rozpoczęcie działalności w branży beauty, wellness i SPA, osób zainteresowanych poszerzeniem kompetencji zawodowych w zakresie naturalnych metod liftingu i masażu twarzy.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	2
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	4
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	18-09-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do samodzielnego i prawidłowego wykonywania masażu Kobido poprzez zdobycie wiedzy teoretycznej oraz umiejętności praktycznych w zakresie technik relaksacyjnych, liftingujących i stymulujących mięśnie twarzy.

### Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik/Uczestniczka omawia podstawowe założenia masażu Kobido.	Uczestnik/Uczestniczka wyjaśnia historię i pochodzenie masażu Kobido.	Wywiad swobodny
	Uczestnik/Uczestniczka omawia znaczenie masażu Kobido w pracy terapeutycznej i kosmetycznej.	Wywiad swobodny
Uczestnik/Uczestniczka wyjaśnia wpływ masażu Kobido na organizm człowieka.	Uczestnik/Uczestniczka opisuje działanie masażu na tkanki twarzy.	Wywiad swobodny
	Uczestnik/Uczestniczka wyjaśnia wpływ zabiegu na dobrostan klienta.	Wywiad swobodny
Uczestnik/Uczestniczka analizuje wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu.	Uczestnik/Uczestniczka identyfikuje wskazania do zabiegu.	Wywiad swobodny
	Uczestnik/Uczestniczka klasyfikuje przeciwwskazania względne i bezwzględne.	Wywiad swobodny
Uczestnik/Uczestniczka przygotowuje stanowisko pracy.	Uczestnik/Uczestniczka stosuje zasady higieny.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik/Uczestniczka organizuje stanowisko zgodnie z zasadami bezpieczeństwa.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik/Uczestniczka zachowuje ergonomię pracy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik/Uczestniczka przygotowuje klienta do zabiegu.	Uczestnik/Uczestniczka przeprowadza wywiad.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik/Uczestniczka informuje klienta o przebiegu zabiegu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik/Uczestniczka zapewnia odpowiednie warunki do wykonania masażu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik/Uczestniczka wykonuje techniki masażu Kobido.	Uczestnik/Uczestniczka wykonuje techniki zgodnie z metodyką.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik/Uczestniczka zachowuje właściwą kolejność etapów zabiegu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik/Uczestniczka utrzymuje ciągłość procedury.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik/Uczestniczka dostosowuje masaż do indywidualnych potrzeb klienta.	Uczestnik/Uczestniczka dobiera siłę nacisku.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik/Uczestniczka dostosowuje przebieg zabiegu do potrzeb klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik/Uczestniczka przeprowadza profesjonalny wywiad.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik/Uczestniczka komunikuje się zgodnie ze standardami obsługi klienta.	Uczestnik/Uczestniczka przekazuje zalecenia pozabiegowe.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik/Uczestniczka komunikuje się w sposób zrozumiały i profesjonalny.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik/Uczestniczka stosuje zasady etyki zawodowej.	Uczestnik/Uczestniczka zapewnia klientowi komfort.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik/Uczestniczka zapewnia bezpieczeństwo.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik/Uczestniczka przestrzega zasad etyki zawodowej.	Obserwacja w warunkach symulowanych

## 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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

# Program

## Program szkolenia – 16 godzin zegarowych

### DZIEŃ 1 – 18.09.2026

#### 09:30–10:30

Wprowadzenie do masażu Kobido:

- historia i filozofia masażu,
- znaczenie Kobido w terapii manualnej twarzy,
- działanie zabiegu.

#### 10:30–10:45

Przerwa (wliczona w czas usługi)

#### 10:45–12:15

Wskazania i przeciwwskazania do masażu Kobido:

- kwalifikacja klienta,
- zasady bezpieczeństwa.

#### 12:15–12:30

Przerwa (wliczona w czas usługi)

#### 12:30–14:00

Przygotowanie do zabiegu:

- organizacja stanowiska pracy,
- zasady higieny,
- przygotowanie klienta.

#### 14:00–14:15

Przerwa (wliczona w czas usługi)

#### 14:15–15:45

Etapy i techniki masażu Kobido:

- omówienie sekwencji zabiegowej,
- pokaz instruktorski.

#### 15:45–16:00

Przerwa (wliczona w czas usługi)

#### 16:00–17:30

Nauka technik Kobido krok po kroku.

### DZIEŃ 2 – 19.09.2026

#### 09:30–10:30

Powtarzanie sekwencji i doskonalenie techniki.

#### 10:30–10:45

Przerwa (wliczona w czas usługi)

#### 10:45–12:15

Praca nad płynnością, rytmem ruchów i ergonomią pracy.

**12:15–12:30**

Przerwa (wliczona w czas usługi)

**12:30–14:00**

Ćwiczenia praktyczne:

- • pełna sekwencja masażu Kobido.

**14:00–14:15**

Przerwa (wliczona w czas usługi)

**14:15–15:45**

Wykonanie pełnej procedury masażu Kobido pod nadzorem instruktora.

**15:45–16:15**

Samodzielne wykonanie zabiegu wraz z indywidualną korektą instruktora.

**16:15–16:30**

Przerwa (wliczona w czas usługi)

**16:30–17:30**

Walidacja usługi.

**Zakres walidacji:**

- • obserwacja uczestnika podczas wykonania pełnej procedury masażu Kobido,
- ocena osiągnięcia efektów uczenia się,
- informacja zwrotna dla uczestnika.

**Warunki organizacyjne**

- • liczebność grupy: 2–4 osoby,
- każdy uczestnik wykonuje zabieg samodzielnie pod nadzorem trenera,
- zapewnione stanowisko pracy wraz z wyposażeniem,
- szkolenie realizowane w formie stacjonarnej.

**Informacje organizacyjne**

- • łączny wymiar usługi: **16 godzin zegarowych**,
- zajęcia teoretyczne: **4 godziny**,
- zajęcia praktyczne: **11 godzin**,
- walidacja: **1 godzina**,
- przerwy są wliczane do czasu trwania usługi.

Metody weryfikacji obecności: lista obecności podpisywana przez uczestników w każdym dniu usługi.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 19

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 19</b> Wprowadzenie do masażu Kobido.	Zajęcia	Gabriela Grzechuła	19-09-2026	09:30	10:30	01:00
<b>2 z 19</b> -	Przerwa	-	19-09-2026	10:30	10:45	00:15
<b>3 z 19</b> Wskazania i przeciwwskazania do masażu Kobido.	Zajęcia	Gabriela Grzechuła	19-09-2026	10:45	12:15	01:30
<b>4 z 19</b> -	Przerwa	-	19-09-2026	12:15	12:30	00:15
<b>5 z 19</b> Przygotowanie do zabiegu.	Zajęcia	Gabriela Grzechuła	19-09-2026	12:30	14:00	01:30
<b>6 z 19</b> -	Przerwa	-	19-09-2026	14:00	14:15	00:15
<b>7 z 19</b> Etapy i techniki masażu Kobido.	Zajęcia	Gabriela Grzechuła	19-09-2026	14:15	15:45	01:30
<b>8 z 19</b> -	Przerwa	-	19-09-2026	15:45	16:00	00:15
<b>9 z 19</b> Nauka technik Kobido krok po kroku.	Zajęcia	Gabriela Grzechuła	19-09-2026	16:00	17:30	01:30
<b>10 z 19</b> Powtarzanie sekwencji i doskonalenie techniki.	Zajęcia	Gabriela Grzechuła	20-09-2026	09:30	10:30	01:00
<b>11 z 19</b> -	Przerwa	-	20-09-2026	10:30	10:45	00:15
<b>12 z 19</b> Praca nad płynnością, rytmem ruchów i ergonomią pracy.	Zajęcia	Gabriela Grzechuła	20-09-2026	10:45	12:15	01:30
<b>13 z 19</b> -	Przerwa	-	20-09-2026	12:15	12:30	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>14 z 19</b> Ćwiczenia praktyczne.	Zajęcia	Gabriela Grzechuła	20-09-2026	12:30	14:00	01:30
<b>15 z 19</b> -	Przerwa	-	20-09-2026	14:00	14:15	00:15
<b>16 z 19</b> Wykonanie pełnej procedury masażu Kobido pod nadzorem instruktora.	Zajęcia	Gabriela Grzechuła	20-09-2026	14:15	15:45	01:30
<b>17 z 19</b> Samodzielne wykonanie zabiegu wraz z indywidualną korektą instruktora.	Zajęcia	Gabriela Grzechuła	20-09-2026	15:45	16:15	00:30
<b>18 z 19</b> -	Przerwa	-	20-09-2026	16:15	16:30	00:15
<b>19 z 19</b> -	Walidacja	-	20-09-2026	16:30	17:30	01:00

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:00
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

## Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2024 r. o podatku od towarów i usług, jeśli usługa w

całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 517,80 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 860,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	219,86 PLN
Koszt osobogodziny netto	178,75 PLN

## Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Gabriela Grzechuła

Magister fizjoterapii, refleksolog, terapeuta Tradycyjnej Medycyny Chińskiej, fitoterapeuta, masażystka oraz szkoleniowiec i wykładowca akademicki. Ukończyła Akademię Wychowania Fizycznego w Katowicach, zdobywając wykształcenie w zakresie fizjoterapii. W swojej pracy zawodowej kieruje się holistycznym podejściem do zdrowia człowieka, łącząc wiedzę z zakresu medycyny akademickiej z metodami naturalnymi oraz praktykami Tradycyjnej Medycyny Chińskiej. Swoje kompetencje w zakresie TCM rozwijała w Instytucie Medycyny Chińskiej w Krakowie. Jest również absolwentką Instytutu Medycyny Klasztornej w Katowicach, gdzie uzyskała tytuł zawodowy Zielarz-Fitoterapeuta. Dodatkowo ukończyła liczne szkolenia i warsztaty z zakresu fitoterapii dotyczące wspierania zdrowia dzieci i dorosłych. W Międzynarodowej Akademii Refleksologii zdobyła kwalifikacje refleksologa.

Obecnie prowadzi wykłady z zakresu Tradycyjnej Medycyny Chińskiej oraz refleksoterapii stóp w Instytucie Zielarstwa Polskiego, gdzie pełni również funkcję promotora.

Doświadczenie w pracy z ciałem zdobywa od czasu studiów, kiedy rozpoczęła praktykę jako masażystka. Ukończyła kurs masażu klasycznego o profilu rozszerzonym oraz liczne szkolenia specjalistyczne, m.in. z masażu gorącymi kamieniami, stemplami ziołowymi, bańką chińską, masażu Lomi Lomi Nui, Peloha, masażu ajurwedyjskich (Abhyanga, Shirodara, Udvartana), masażu balijskiego oraz masażu twarzy Kobido. W swojej pracy łączy różnorodne techniki manualne.

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzymuje:

- autorski skrypt szkoleniowy w formie PDF,
  - konspekt pełnej sekwencji masażu Kobido,
  - materiały dotyczące wskazań i przeciwwskazań,
  - kartę procedury zabiegowej,
  - formularz wywiadu z klientem,
  - notatnik i materiały piśmiennicze,
  - certyfikat/zaświadczenie ukończenia szkolenia.

## Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa jest zarejestrowanie się i założenie konta w Bazie Usług Rozwojowych, zapisanie się na szkolenie za pośrednictwem Bazy oraz spełnienie wszystkich warunków określonych przez operatora, do którego składają Państwo dokumenty o dofinansowanie.

## Informacje dodatkowe

Po zakończeniu udziału w usłudze rozwojowej, uczestnik otrzyma odpowiednie zaśw./certyfikat o jej ukończeniu oraz dokona oceny usługi w BUR.

Warunkiem uzyskania zaśw./certyfikatu jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć usługi rozwojowej.

## Adres

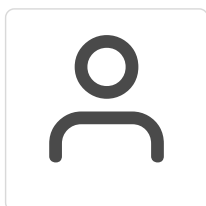
ul. Łukasińskiego 11  
41-300 Dąbrowa Górnicza  
woj. śląskie

Zajęcia realizowane będą w gabinecie Bliżej Natury Gabinet Masażu i Naturoterapii,  
ul. Łukasińskiego 11 w Dąbrowie Górniczej, wejście od głównej ulicy.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**Barbara Pituła-Janecka**

**E-mail** [b.janecka@emat.com.pl](mailto:b.janecka@emat.com.pl)

**Telefon** (+48) 513 465 197