



## Masaż Kobido -liftingujący masaż twarzy z podejściem holistycznym i pinezkowaniem

Numer usługi 2026/06/19/17267/3637900

5 990,00 PLN brutto  
5 990,00 PLN netto  
187,19 PLN brutto/h  
187,19 PLN netto/h  
162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

I. Akademia MSP

Ochrony Zdrowia i

Urody Monika

Sekita-Pilch II.

Akademia Nauki

Jazdy MSP Monika

Sekita-Pilch

★★★★★ 4,6 / 5

77 ocen

📍 Gorzów Wielkopolski

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 32:00 h

📅 03.08.2026 do 06.08.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Medycyna
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Szkolenie przeznaczone jest dla osób zainteresowanych masażem Kobido -liftingującym masażem twarzy z podejściem holistycznym - piknikowanie
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	2
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	4
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	31-07-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest nabycie wiedzy oraz umiejętności praktycznych pozwalających na bezpieczne i zgodne z zasadami wykonywanie zabiegów Kobido -liftingujący masaż twarzy z podejściem holistycznym, pinezkowanie, nabycie nowego zakresu wiedzy teoretycznej i umiejętności praktycznych. Zajęcia praktyczne odbywają się przy udziale modelek. Uczestnik zdobędzie umiejętności zastosowania odpowiednich masażu do problemu skóry, liftingu oraz umiejętność samodzielnego wykonania zabiegu różnymi technikami.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p><b>Wiedza:</b></p> <p>Uczestnik kursu zdobywa zaawansowaną wiedzę z zakresu anatomii, struktury tkanek, oraz fizjologii.</p> <p>Poznaje różne techniki zastosowania masażu w medycynie estetycznej i prawidłowej jej technice masażu.</p> <p>Uczestnik zapoznaje się z zasadami bezpieczeństwa, przeciwwskazaniami do zabiegu, aby zapewnić pacjentom jak najwyższy poziom opieki.</p> <p><b>Umiejętności:</b></p> <p>Kursant rozwija umiejętność precyzyjnego planowania i wykonywania zabiegu Kobido - liftingujący masaż twarzy z podejściem holistycznym, pinezkowanie z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb i oczekiwań pacjenta.</p> <p>Doskonali technikę masażu ucząc się jak prawidłowo wykonywać masaż.</p> <p>Nabywa umiejętności oceny i korygowania i liftingu kształtu twarzy w sposób estetyczny.</p> <p>Zdobywa zdolność do identyfikacji potencjalnych problemów i skutecznego radzenia sobie z nimi, w tym rozpoznawania i reagowania na różne sytuacje stresowe po zabiegu.</p> <p><b>Kompetencje społeczne:</b></p> <p>Kursant rozwija umiejętność komunikacji z pacjentem, ucząc się jak skutecznie rozmawiać o oczekiwaniach oraz wyjaśniać możliwe wyniki i efekty związane z zabiegiem.</p> <p>Zyskuje kompetencje w zakresie budowania zaufania i nawiązywania relacji z pacjentem, co jest kluczowe dla komfortu i satysfakcji pacjenta z przebiegu zabiegu.</p> <p>Uczy się pracy w zespole medycznym, w tym współpracy z innymi specjalistami, co pozwala na kompleksową opiekę nad pacjentem/klientem.</p> <p>Rozwija odpowiedzialność zawodową i etyczną, z naciskiem na dobro pacjenta oraz przestrzeganie standardów profesjonalnych.</p>	<p>Uczestnik otrzymuje studium przypadku, w którym musi zidentyfikować odpowiednie techniki zastosowania Kobido -liftingujący masaż twarzy z podejściem holistycznym, pinezkowanie w medycynie estetycznej i masażu, uwzględniając specyficzne potrzeby pacjenta, oraz wskazać możliwe ryzyka i sposób ich minimalizacji.</p> <p>Uczestnik musi przeprowadzić zabiegi na pacjentach/klientach pod nadzorem instruktora. Instruktor ocenia precyzję i technikę wykonywania zabiegu oraz umiejętność dostosowania się do bieżącej sytuacji.</p> <p>Uczestnik musi wykazać się umiejętnością rozpoznawania i reagowania na potrzeby podczas zabiegu.</p>	<p>Obserwacja w warunkach rzeczywistych</p>

# 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

### I. Anatomia Twarzy i Mięśnie Wyrazowe

**Cel:** Zdobyć wiedzę o podstawowych strukturach anatomicznych twarzy oraz o funkcji mięśni wyrazowych.

#### Zakres tematyczny:

##### 1. Budowa anatomiczna twarzy:

- Podstawowa struktura kości twarzy (kość nosowa, jarzmowa, szczęka, żuchwa).
- Rozmieszczenie i funkcje mięśni twarzy, ich przyczepy oraz wpływ na mimikę.

##### 2. Mięśnie wyrazowe:

- Charakterystyka i rola mięśni wyrazowych, takich jak mięsień czołowy, okrężny oka, jarzmowy większy i mniejszy, mięśnie okolicy ust.
- Związek pomiędzy napięciem mięśni a ekspresją emocji i zmarszczkami mimicznymi.

##### 3. Zastosowanie wiedzy anatomicznej w masażu liftingującym:

- Omówienie punktów nacisku oraz sposobu pracy z mięśniami wyrazowymi w masażu Kobido.
- Związek pomiędzy masażem a redukcją napięć w mięśniach wyrazowych.

#### Metody dydaktyczne:

- Wykład teoretyczny z prezentacją multimedialną.
- Ćwiczenia praktyczne z użyciem modeli anatomicznych.

### II. Ćwiczenia Uelastyczniające Dłonie i Palce

**Cel:** Rozwinięcie zręczności i elastyczności dłoni, niezbędnej do precyzyjnego wykonywania masażu Kobido.

#### Zakres tematyczny:

##### 1. Rozgrzewka mięśni dłoni i palców:

- Ćwiczenia poprawiające elastyczność i siłę palców.

##### 2. Techniki rozciągające:

- Rozciąganie mięśni nadgarstków, palców, oraz mobilizacja stawów.

### 3. Ćwiczenia wzmacniające chwyt i kontrolę:

- Ćwiczenia na piłkach, elastycznych taśmach i specjalnych przyrządach do wzmacniania dłoni.

#### Metody dydaktyczne:

- Ćwiczenia praktyczne wykonywane w parach oraz indywidualnie.

## III. Podstawowe Wiadomości o Masażu

**Cel:** Przekazanie podstawowych informacji o masażu, jego historii, technikach i wpływie na ciało człowieka.

#### Zakres tematyczny:

##### 1. Wprowadzenie do masażu:

- Historia masażu i jego rola w kulturze Wschodu i Zachodu.
- Klasyfikacja masażu: masaż leczniczy, relaksacyjny, kosmetyczny, liftingujący.

##### 2. Podstawowe techniki masażu:

- Ugniatanie, głaskanie, oklepywanie, rozcieranie.

##### 3. Zasady bezpieczeństwa w masażu:

- Przeciwwskazania do masażu i ryzyka związane z jego wykonywaniem.

#### Metody dydaktyczne:

- Wykład z elementami dyskusji i demonstracji technik.

## IV. Techniki Zabiegowe w Masażu Liftingującym Kobido

**Cel:** Zapoznanie z różnorodnymi technikami stosowanymi w masażu Kobido i ich wpływem na skórę i mięśnie twarzy.

#### Zakres tematyczny:

##### 1. Techniki relaksacyjne:

- Techniki odprężające i redukujące napięcia mięśniowe.

##### 2. Techniki liftingujące:

- Głębokie ugniatanie mięśni twarzy, mobilizacja mięśni i tkanek.

##### 3. Techniki drenażu limfatycznego:

- Techniki poprawiające krążenie limfatyczne i zmniejszające obrzęki.

#### Metody dydaktyczne:

- Demonstracja technik, praktyczne ćwiczenia wykonywane w parach.

## V. Wpływ Masażu na Ustrój

**Cel:** Zrozumienie wpływu masażu na różne układy ciała: nerwowy, krwionośny, oddechowy, tkanki i skórę.

#### Zakres tematyczny:

##### 1. Wpływ masażu na układ nerwowy:

- Redukcja stresu, poprawa samopoczucia, relaksacja.

##### 2. Wpływ na układ krwionośny:

- Poprawa mikrokrażenia i dotlenienie tkanek.

##### 3. Wpływ na układ oddechowy:

- Regulacja oddechu, rozluźnienie mięśni.

##### 4. Wpływ na tkanki i skórę:

- Zwiększenie elastyczności skóry, poprawa jędrności, regeneracja.

#### Metody dydaktyczne:

- Analiza przypadków, prezentacje wyników badań naukowych.

## VI. Ruchy Masażu Kobido i Ich Znaczenie

**Cel:** Opanowanie konkretnych ruchów stosowanych w masażu Kobido oraz zrozumienie ich znaczenia terapeutycznego i kosmetycznego.

**Zakres tematyczny:**

- 1. Rodzaje ruchów:**
  - Głaskanie, rozcieranie, ugniatanie, drenaż limfatyczny, wibracje.
- 2. Sekwencje ruchów:**
  - Kolejność i dynamika ruchów w masażu liftingującym.
- 3. Znaczenie terapeutyczne ruchów:**
  - Jak poszczególne ruchy wpływają na ujędrnienie i relaksację mięśni twarzy.

**Metody dydaktyczne:**

- Ćwiczenia praktyczne z instrukcją.

## VII. Przygotowanie Miejsca Pracy oraz Preparatów i Środków do Masażu

**Cel:** Zapewnienie odpowiednich warunków pracy i higieny w przygotowaniu stanowiska do masażu.

**Zakres tematyczny:**

- 1. Organizacja miejsca pracy:**
  - Przygotowanie łóżka do masażu, odpowiednie oświetlenie, atmosfera.
- 2. Środki i preparaty do masażu:**
  - Wybór odpowiednich olejków, kremów, akcesoriów.
- 3. Higiena i bezpieczeństwo pracy:**
  - Dezynfekcja, użycie jednorazowych materiałów, dbanie o higienę dłoni.

**Metody dydaktyczne:**

- Prezentacja i omówienie zasad organizacji pracy.

## VIII. Przygotowanie Pacjenta do Masażu

**Cel:** Nauczenie technik przygotowania pacjenta, omówienie zaleceń przed i po zabiegu.

**Zakres tematyczny:**

- 1. Omówienie przeciwwskazań do masażu:**
  - Wywiad z pacjentem, identyfikacja ewentualnych przeciwwskazań.
- 2. Przygotowanie pacjenta:**
  - Instrukcja do odpowiedniego ułożenia ciała i rozluźnienia.
- 3. Zalecenia po masażu:**
  - Wskazówki dotyczące pielęgnacji skóry i regeneracji.

**Metody dydaktyczne:**

- Ćwiczenia w formie odgrywania scenek z pacjentem.

## IX. Technika Wykonania Liftingującego Masażu Kobido Twarzy, Szyi i Dekoltu, Pinezkowanie

**Cel:** Opanowanie kompletnej techniki masażu Kobido z uwzględnieniem różnych obszarów twarzy, szyi i dekoltu.

**Zakres tematyczny:**

- 1. Masaż twarzy i pinezkowanie:**
  - Kolejność ruchów i technik dostosowanych do różnych części twarzy.

## 2. Masaż szyi i dekoltu:

- Praca z tkankami szyi i dekoltu w kontekście poprawy napięcia skóry.

## 3. Integracja technik:

- Sekwencja ruchów i ich zastosowanie w pełnym zabiegu liftingującym.

### Metody dydaktyczne:

- Demonstracja i praktyczne wykonanie pełnego masażu pod nadzorem instruktora.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 17

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 17 Zajęcia praktyczne	Zajęcia	MONIKA SEKITA-PILCH	03-08-2026	09:00	11:30	02:30
2 z 17 -	Przerwa	-	03-08-2026	11:30	12:00	00:30
3 z 17 Zajęcia praktyczne	Zajęcia	MONIKA SEKITA-PILCH	03-08-2026	12:00	16:30	04:30
4 z 17 -	Przerwa	-	03-08-2026	16:30	17:00	00:30
5 z 17 Zajęcia praktyczne	Zajęcia	MONIKA SEKITA-PILCH	04-08-2026	10:00	12:30	02:30
6 z 17 -	Przerwa	-	04-08-2026	12:30	13:00	00:30
7 z 17 Zajęcia praktyczne	Zajęcia	MONIKA SEKITA-PILCH	04-08-2026	13:00	17:30	04:30
8 z 17 -	Przerwa	-	04-08-2026	17:30	18:00	00:30
9 z 17 Zajęcia praktyczne	Zajęcia	MONIKA SEKITA-PILCH	05-08-2026	08:00	11:30	03:30
10 z 17 -	Przerwa	-	05-08-2026	11:30	12:00	00:30
11 z 17 Zajęcia praktyczne	Zajęcia	MONIKA SEKITA-PILCH	05-08-2026	12:00	15:30	03:30
12 z 17 -	Przerwa	-	05-08-2026	15:30	16:00	00:30
13 z 17 Zajęcia teoretyczne	Zajęcia	MONIKA SEKITA-PILCH	06-08-2026	08:00	10:30	02:30
14 z 17 -	Przerwa	-	06-08-2026	10:30	11:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 17 Zajęcia praktyczne	Zajęcia	MONIKA SEKITA-PILCH	06-08-2026	11:00	15:00	04:00
16 z 17 -	Walidacja	-	06-08-2026	15:00	15:30	00:30
17 z 17 -	Przerwa	-	06-08-2026	15:30	16:00	00:30

## Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	32:00
w tym suma godzin zajęć	27:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	04:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	37:15

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	5 990,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	5 990,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	187,19 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	187,19 PLN

### Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	32:00

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## MONIKA SEKITA-PILCH

kosmetologia i medycyna estetyczna,

22 lata w zawodzie, 19 lat pracy jako wykładowca, instruktor praktycznej nauki zawodu. Autorka czterech podręczników do nauki zawodu technik usług kosmetycznych (na poziomie kształcenia policealnego) i zawodu kosmetolog (na poziomie szkolnictwa wyższego).

Autorką licznych publikacji z zakresu trychologii, kosmetologii i medycyny estetycznej oraz podologii. Na stałe współpracuje z czasopismami branżowymi oraz czasopiśmie naukowym.

wyższe, tytuł zawodowy; specjalista zabiegów estetycznych i Anti-aging, mgr kosmetolog, mgr pedagog,

Ponad 300 przeprowadzonych kursów, szkoleń, warsztatów, seminariów, instruktaży. Specjalizuje się w terapiach łączonych, tworzy programy autorskie, którymi osiąga najlepsze rezultaty w odmładzaniu oraz niwelowaniu mankamentów urody i redukcji tkanki tłuszczowej.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

autorski skrypt szkoleniowy,

prezentacja multimedialna,

formularz wywiadu i kwalifikacji klienta

### Informacje dodatkowe

Szkolenie ma głównie charakter praktyczny. Zakończone jest certyfikatem.

Jeśli nie znalazłaś/znalazłeś szkolenia, które Cię interesuje zadzwoń pod numer telefonu

506 615 971

Zadbamy o to, abyś mógł zrealizować szkolenie dobrane specjalnie do Twoich potrzeb!

- Skrypt szkoleniowy
- Materiały i produkty do części praktycznej
- Przerwa kawowa i obiadowa

Podstaw zwolnienia z VAT Art. 43 ust. 1

## Adres

ul. Targowa 9/412

66-400 Gorzów Wielkopolski

woj. lubuskie

Dodatkowa lokalizacja Akademia MSP, Wrocław, Bacciarellego 4A

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe

## Kontakt



**Monika Sekita-Pilch**

**E-mail** [dyrektor@akademiamsp.eu](mailto:dyrektor@akademiamsp.eu)

**Telefon** (+48) 506 615 971