



MAW Aneta Splett

★★★★★ 4,9 / 5

49 ocen

**Kompleksowy kurs masażu ciała i twarzy:
Balijski • Lomi Lomi • Korugi • Kobido**

Numer usługi 2026/09/08/203681/3797292

📍 Pabianice

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 68:00 h

📅 28.11.2026 do 21.12.2026

6 800,00 PLN brutto

6 800,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

583,33 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do:

- masażyстів, fizjoterapeutów oraz terapeutów manualnych,
- kosmetologów i pracowników branży wellness i SPA,
- osób pracujących z ciałem, chcących rozszerzyć ofertę o masaże relaksacyjne i liftingujące,
- osób planujących rozpoczęcie działalności w branży beauty, SPA i wellness.

Warunkiem uczestnictwa jest:

- ukończony 18 rok życia,
- brak przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania masażu,
- zdolność do wykonywania pracy manualnej.

Minimalna liczba uczestników

5

Maksymalna liczba uczestników

6

Data zakończenia rekrutacji

27-11-2026

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

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego i bezpiecznego wykonywania masażu ciała (balijskiego, Lomi Lomi) oraz masażu twarzy (Korugi, Kobido), w tym doboru technik do potrzeb klienta, przeprowadzania wywiadu, przygotowania stanowiska pracy oraz stosowania zasad bezpieczeństwa i higieny pracy.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Przygotowuje stanowisko pracy oraz klienta do wykonania masażu	-organizuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami BHP -dobiera środki do masażu -przeprowadza wywiad z klientem -identyfikuje przeciwwskazania	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje masaż ciała metodą balijską i Lomi Lomi	-stosuje techniki masażu zgodnie z metodyką -wykonuje masaż poszczególnych partii ciała -zachowuje płynność i rytm pracy -dostosowuje siłę nacisku	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykonuje masaż twarzy metodą Korugi i Kobido	-stosuje techniki liftingujące i modelujące -wykonuje drenaż limfatyczny twarzy -pracuje na strukturach mięśniowych i powięziowych -zachowuje poprawną kolejność etapów zabiegu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Dobiera techniki masażu do potrzeb klienta	-analizuje potrzeby klienta -dobiera techniki do celu zabiegu -modyfikuje przebieg masażu	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje zasady bezpieczeństwa i higieny pracy	-przestrzega zasad dezynfekcji -stosuje ergonomię pracy -reaguje na sytuacje ryzykowne	Obserwacja w warunkach symulowanych
Komunikuje się z klientem w sposób profesjonalny	-prowadzi rozmowę z klientem -udziela zaleceń po zabiegu -reaguje na dyskomfort klienta	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 rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Dzień 1 – Masaż Balijski

Część teoretyczna:

- Historia masażu balijskiego
- Oddziaływanie masażu na organizm
- Wskazania i przeciwwskazania
- Podstawy ergonomii pracy masażysty
- Zasady BHP oraz przygotowanie stanowiska pracy

Część praktyczna (ćwiczenia w parach):

- Masaż tylnej części ciała bez środków poślizgowych
- Rozluźnianie mięśni głębokich
- Stretching
- Techniki relaksacyjne nóg i pleców

Dzień 2 – Masaż Balijski

Część praktyczna (ćwiczenia w parach):

- Masaż przedniej części ciała (bez środków poślizgowych i na olejku)
- Nauka masażu całościowego

Dzień 3 – Masaż Lomi Lomi

Część teoretyczna:

- Historia masażu Lomi Lomi i filozofia Aloha
- Wpływ masażu na ciało i umysł
- Rola intencji w pracy z klientem
- Wskazania i przeciwwskazania
- Ergonomia pracy masażysty
- Zasady BHP i przygotowanie stanowiska
- Technika zakładania chusty zapewniającej komfort klienta
- Nauka płynnego poruszania się – „kroki fregaty”

Część praktyczna (ćwiczenia w parach):

- Masaż tylnej części ciała (głowa, kark, plecy, ręce, dłonie, nogi)

Dzień 4 – Masaż Lomi Lomi

Część praktyczna (ćwiczenia w parach):

- Masaż przedniej części ciała (nogi, brzuch, ręce, dekolty, szyja, głowa)

Dzień 5 – Masaż Lomi Lomi

Część praktyczna:

- Wykonywanie pełnego rytuału masażu całościowego

Dzień 6 – Masaż Korugi

Część teoretyczna:

- Anatomia twarzy, szyi i dekoltu (mięśnie i kości)
- Procesy starzenia się skóry i tkanek
- Historia i filozofia masażu Korugi
- Efekty zabiegu
- Wskazania i przeciwwskazania
- Przygotowanie do masażu
- Metodyka oraz etapy zabiegu

Część praktyczna:

- Rytuał oczyszczania twarzy
- Relaksacja i stretching bierny
- Akupresura głowy
- Masaż czepca ścięgniętego i mięśni czaszki

Dzień 7 – Masaż Korugi

Część praktyczna:

- Masaż tkanek głębokich
- Masaż szyi i dekoltu
- Techniki modelujące twarz
- Techniki liftingujące
- Drenaż limfatyczny
- Akupresura ucha
- Techniki wyciszające

Dzień 8 – Masaż Kobido

Część teoretyczna:

- Historia masażu Kobido
- Etapy i zasady wykonywania zabiegu
- Wskazania i przeciwwskazania
- Wywiad z klientem i karta zabiegowa
- Anatomia twarzy: układ kostny, mięśniowy i limfatyczny

Część praktyczna:

- Prezentacja masażu przez szkoleniowca
- Rozluźnianie napięć mięśni mimicznych
- Masaż relaksacyjny
- Drenaż limfatyczny twarzy

Dzień 9 – Masaż Kobido

Część praktyczna:

- Techniki liftingujące
- Akupresura
- Wykonanie pełnego zabiegu Kobido

Usługa realizowana jest w formie stacjonarnej. Harmonogram zajęć przedstawiono w godzinach zegarowych (60 minut), co odpowiada 68 godzinom dydaktycznym (45 minut).

Szkolenie obejmuje:

- zajęcia teoretyczne: ok. 20%
- zajęcia praktyczne: ok. 75%
- walidację efektów uczenia się: ok. 5%

Walidacja realizowana jest poprzez obserwację w warunkach symulowanych.

Przerwy nie są wliczane do czasu trwania szkolenia.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 47

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 47 Dzień 1. Masaż balijski - historia, wpływ na ciało, wskazania i przeciwwskaz ania, ergonomia pracy oraz zasady BHP i przygotowani a stanowiska.	Zajęcia	Olga Korolova	28-11-2026	10:00	11:00	01:00
2 z 47 Demonstracja masażu balijskiego przez prowadzącą: przygotowani e klienta, pozycjonowan ie, sekwencja pracy i zasady bezpiecznego wykonywania technik.	Zajęcia	Olga Korolova	28-11-2026	11:00	12:30	01:30
3 z 47 -	Przerwa	-	28-11-2026	12:30	13:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 47 Ćwiczenia w parach masaż tylnej części ciała bez środków poślizgowych: rozluźnianie mięśni głębokich, stretching, masaż nóg i pleców.	Zajęcia	Olga Korolova	28-11-2026	13:00	15:30	02:30
5 z 47 -	Przerwa	-	28-11-2026	15:30	16:00	00:30
6 z 47 Ćwiczenia w parach techniki relaksacyjne tylnej części ciała, utrwalanie sekwencji, korekta techniki i omówienie najczęstszych błędów.	Zajęcia	Olga Korolova	28-11-2026	16:00	18:00	02:00
7 z 47 47 Dzień 2. Masaż balijski - ćwiczenia w parach: masaż przedniej części ciała bez środków poślizgowych oraz techniki relaksacyjne z użyciem olejku.	Zajęcia	Olga Korolova	29-11-2026	10:00	12:30	02:30
8 z 47 -	Przerwa	-	29-11-2026	12:30	13:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 47 Ćwiczenia w parach masaż przedniej części ciała, rozluźnianie mięśni głębokich, stretching i dobór technik do potrzeb klienta.	Zajęcia	Olga Korolova	29-11-2026	13:00	15:30	02:30
10 z 47 -	Przerwa	-	29-11-2026	15:30	16:00	00:30
11 z 47 Wykonywanie całościowego masażu balijskiego, łączenie technik, utrwalanie kolejności zabiegu oraz korekta najczęstszych błędów.	Zajęcia	Olga Korolova	29-11-2026	16:00	18:00	02:00
12 z 47 Dzień 3. Masaż Lomi Lomi historia i filozofia ALOHA, wpływ masażu na ciało i umysł, wskazania, przeciwwskazania, ergonomia i zasady BHP.	Zajęcia	Olga Korolova	05-12-2026	10:00	11:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 47 Demonstracja masażu Lomi Lomi przez prowadzącą: intencja w pracy, zakładanie chusty, przygotowanie klienta i płynne poruszanie się - kroki fregaty.	Zajęcia	Olga Korolova	05-12-2026	11:00	12:30	01:30
14 z 47 -	Przerwa	-	05-12-2026	12:30	13:00	00:30
15 z 47 Ćwiczenia w parach masaż tylnej części ciała: rozprowadzenie olejku, tył głowy, kark, plecy, ręce, dłonie i kończyny dolne.	Zajęcia	Olga Korolova	05-12-2026	13:00	15:30	02:30
16 z 47 -	Przerwa	-	05-12-2026	15:30	16:00	00:30
17 z 47 Ćwiczenia w parach utrwalanie technik masażu tylnej części ciała, płynności ruchu, ergonomii i bezpiecznej pracy z klientem.	Zajęcia	Olga Korolova	05-12-2026	16:00	18:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
18 z 47 Dzień 4. Masaż Lomi Lomi powtórzenie i utrwalenie masażu tylnej części ciała, korekta ułożenia dłoni, przedramion i postawy masażysty.	Zajęcia	Olga Korolova	06-12-2026	10:00	12:30	02:30
19 z 47 -	Przerwa	-	06-12-2026	12:30	13:00	00:30
20 z 47 Ćwiczenia w parach masaż przedniej części ciała: nogi, brzuch, ręce, dekolty, szyja i głowa; zasady komfortu i bezpieczeństwa klienta.	Zajęcia	Olga Korolova	06-12-2026	13:00	15:30	02:30
21 z 47 -	Przerwa	-	06-12-2026	15:30	16:00	00:30
22 z 47 Ćwiczenia w parach łączenie technik masażu przedniej części ciała, korekta płynności, rytmu i ergonomii wykonywania zabiegu.	Zajęcia	Olga Korolova	06-12-2026	16:00	18:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
23 z 47 Dzień 5. Masaż Lomi Lomi wykonywanie pełnego rytuału masażu całościowego, zachowanie ciągłości, rytmu i właściwej ergonomii pracy.	Zajęcia	Olga Korolova	12-12-2026	10:00	12:30	02:30
24 z 47 -	Przerwa	-	12-12-2026	12:30	13:00	00:30
25 z 47 Masaż Kobido - część teoretyczna: historia, zasady zabiegu, podstawy anatomii twarzy, układu mięśniowego i limfatycznego oraz przeciwwskazania.	Zajęcia	Olga Korolova	12-12-2026	13:00	14:00	01:00
26 z 47 Demonstracja masażu Kobido przez prowadzącą: przygotowanie twarzy, kolejność etapów, tempo pracy i zasady prawidłowego wykonywania technik.	Zajęcia	Olga Korolova	12-12-2026	14:00	15:30	01:30
27 z 47 -	Przerwa	-	12-12-2026	15:30	16:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
28 z 47 Ćwiczenia w parach rozluźnianie napięć mięśni mimicznych i struktur mających wpływ na ich funkcjonowanie; korekta wykonywanych technik.	Zajęcia	Olga Korolova	12-12-2026	16:00	18:00	02:00
29 z 47 Dzień 6. Masaż Kobido ćwiczenia w parach: masaż relaksacyjny i drenaż limfatyczny twarzy, kierunki pracy i kontrola siły nacisku.	Zajęcia	Olga Korolova	13-12-2026	10:00	12:30	02:30
30 z 47 -	Przerwa	-	13-12-2026	12:30	13:00	00:30
31 z 47 Ćwiczenia w parach techniki liftingujące i akupresura, dobór technik do potrzeb klienta oraz zasady bezpiecznej pracy w obrębie twarzy	Zajęcia	Olga Korolova	13-12-2026	13:00	15:30	02:30
32 z 47 -	Przerwa	-	13-12-2026	15:30	16:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
33 z 47 Ćwiczenia w parach - wykonanie pełnego zabiegu Kobido, łączenie etapów, utrwalanie sekwencji i korekta najczęstszych błędów.	Zajęcia	Olga Korolova	13-12-2026	16:00	18:00	02:00
34 z 47 Dzień 7. Masaż Kobido wykonanie masażu twarzy z doborem technik do potrzeb klienta; analiza wskazań, przeciwwskazań i oczekiwanych efektów.	Zajęcia	Olga Korolova	19-12-2026	10:00	12:30	02:30
35 z 47 -	Przerwa	-	19-12-2026	12:30	13:00	00:30
36 z 47 Ćwiczenia w parach wykonanie masażu twarzy, korekta techniki, tempa, siły nacisku, ergonomii pracy oraz komunikacji z klientem.	Zajęcia	Olga Korolova	19-12-2026	13:00	15:30	02:30
37 z 47 -	Przerwa	-	19-12-2026	15:30	16:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
38 z 47 Demonstracja masażu Korugi przez prowadzącą: założenia metody, przygotowanie klienta, kolejność etapów i zasady bezpiecznej pracy.	Zajęcia	Olga Korolova	19-12-2026	16:00	18:00	02:00
39 z 47 Dzień 8. Masaż Korugi ćwiczenia w parach: demakijaż, rozciąganie bierne, praca z mięśniami szyi przez ręcznik, akupresura i masaż głowy.	Zajęcia	Olga Korolova	20-12-2026	10:00	12:30	02:30
40 z 47 -	Przerwa	-	20-12-2026	12:30	13:00	00:30
41 z 47 Ćwiczenia w parach wykonywanie poszczególnych etapów masażu Korugi, praca w obrębie szyi, twarzy i głowy oraz korekta techniki.	Zajęcia	Olga Korolova	20-12-2026	13:00	15:30	02:30
42 z 47 -	Przerwa	-	20-12-2026	15:30	16:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
43 z 47 Ćwiczenia w parach łączenie etapów masażu Korugi w spójną sekwencję, dobór intensywności i technik do indywidualnych potrzeb klienta.	Zajęcia	Olga Korolova	20-12-2026	16:00	18:00	02:00
44 z 47 Dzień 9. Masaż Korugi ćwiczenia w parach: wykonywanie pełnej sekwencji zabiegu, utrwalanie technik oraz przygotowanie do walidacji.	Zajęcia	Olga Korolova	21-12-2026	10:00	11:30	01:30
45 z 47 -	Przerwa	-	21-12-2026	11:30	12:00	00:30
46 z 47 Podsumowanie programu, analiza najczęstszych błędów i końcowe ćwiczenia praktyczne z doborem technik masażu do potrzeb klienta.	Zajęcia	Olga Korolova	21-12-2026	12:00	13:00	01:00
47 z 47 -	Walidacja	-	21-12-2026	13:00	14:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	68:00

Rodzaj godzin	Liczba godzin
w tym suma godzin zajęć	58:30
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	08:30
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	79:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 800,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	68:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Olga Korolova

Olga – magister kosmetologii, technik masażysta i trener szkoleniowiec
Doświadczenie zawodowe: ponad 10 lat

Olga zdobywała swoje umiejętności zarówno w trakcie studiów i nauki w szkołach policealnych, jak i na licznych kursach i szkoleniach w kraju i za granicą. Pracowała w renomowanych salonach urody oraz w SPA w 4-gwiazdkowym hotelu. Od 4 lat prowadzi własny gabinet odnowy biologicznej, a jako

trener i szkoleniowiec dzieli się wiedzą, prowadząc kursy dla osób chcących rozwijać swoje kompetencje w zakresie kosmologii i masażu.

Wykształcenie:

Wyższa Szkoła Kosmetyki i Nauk o Zdrowiu w Łodzi – studia magisterskie

Spółeczna Akademia Nauk w Łodzi – kosmologia

Policealna Szkoła Awangarda w Pabianicach – technik masażysta

Policealna Szkoła Medyczna EduMedica w Pabianicach – technik usług kosmetycznych

Szkolenia i kursy specjalistyczne:

Masaże liftingujące twarzy: KOBIDO, KOBIDO Up II z masażem transbukalnym, BelViso, Myolifting Face Massage

Masaże ciała i twarzy: masaż balijski, Lomi Lomi, masaż tkanek głębokich

Kinesiotaping estetyczny (ciało i twarz)

Maderoterapia, lipomodeling massage, limfomodeling massage

Akupunktura kosmetyczna metodą pinezkowania

OnkoDotyk – masaż i praca z pacjentem onkologicznym

Kurs terapeuty SPA

Jako trener i szkoleniowiec, Olga łączy praktykę zawodową z nauczaniem, przekazując uczestnikom kursów zarówno wiedzę teoretyczną, jak i praktyczne umiejętności niezbędne w pracy kosmologa i masażysty.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik, który ukończy kurs, otrzyma Certyfikat w języku polskim, skrypt szkoleniowy w formie papierowej – opracowanie własne w dniu rozpoczęcia kursu, dostęp do wideo z technikami masażu, dostęp do zamkniętej grupy FB dla uczestników kursu, wymiana doświadczeń, wskazówki, pomoc.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa jest ukończenie 18 rok życia.

Informacje dodatkowe

Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych, gdzie 1 godzina szkoleniowa wynosi 45 minut.

Przerwy nie są wliczane do czasu trwania szkolenia. Ze względu na charakter zajęć oraz indywidualne tempo pracy uczestników przerwy mogą odbywać się w różnych godzinach, tak aby nie przerywać wykonywania zabiegów w kluczowych etapach pracy.

Cena szkolenia nie obejmuje kosztów noclegu, transportu oraz pełnego wyżywienia uczestników.

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora ani Partnera Operatora w danym projekcie PSF, Regionalnym Programie lub FERS, ani przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo.

Certyfikat zawiera odniesienie do efektów uczenia się określonych w karcie usługi oraz potwierdza ich osiągnięcie na podstawie przeprowadzonej walidacji.

Adres

ul. Bracka 29H
95-200 Pabianice
woj. łódzkie

Szkolenie realizowane jest w profesjonalnym gabinecie odnowy biologicznej „Naturel” w Pabianicach, przystosowanym do świadczenia usług masażu i zabiegów kosmetycznych.

Gabinet wyposażony jest w stanowiska do masażu (łóżka do masażu), środki higieniczne, preparaty do masażu oraz niezbędne akcesoria umożliwiające realizację zajęć praktycznych.

Każdy uczestnik ma zapewnione stanowisko pracy, co umożliwia wykonywanie zabiegów w warunkach zbliżonych do rzeczywistych. Pomieszczenie spełnia wymagania sanitarne i BHP.

Kontakt



ANETA SPLETT

E-mail szkolenia.maw@gmail.com

Telefon (+48) 669 585 668