



Malowana Centrum
Szkoleniowe -
Sylwia Obrzut

★★★★★ 4,9 / 5
269 ocen

Holistyczny Rytuał Kobido – Naturalne Techniki + Cyfrowa Dokumentacja

Numer usługi 2026/09/25/194463/3836588

📍 Bielsko-Biała
🏠 Usługa szkoleniowa
📅 stacjonarna
👥 Zajęcia grupowe
🕒 16:00 h
📅 21.11.2026 do 22.11.2026

4 450,00 PLN brutto
4 450,00 PLN netto
278,13 PLN brutto/h
278,13 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 osób dorosłych zainteresowanych rozwojem kwalifikacji zawodowych w zakresie manualnych technik masażu twarzy oraz nowoczesnych usług beauty.

Szkolenie dedykowane jest w szczególności:

- kosmologom,
- kosmetyczkom,
- masażystom,
- fizjoterapeutom,
- osobom wykonującym zabiegi pielęgnacyjne twarzy,
- osobom planującym rozpoczęcie działalności w branży beauty,
- osobom zainteresowanym rozwojem kwalifikacji w zakresie holistycznych technik masażu twarzy.

W szkoleniu mogą uczestniczyć również osoby rozpoczynające rozwój zawodowy w branży beauty.

- Usługa skierowana jest do osób chcących rozwijać kwalifikacje związane z organizacją usług zgodnie z zasadami zielonej gospodarki, racjonalnym gospodarowaniem materiałami oraz wykorzystaniem narzędzi cyfrowych wspierających dokumentację zabiegową i organizację usług beauty.
- umiejętności pracy w kontakcie z klientem

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

4

Data zakończenia rekrutacji

20-11-2026

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestnika do wykonywania manualnych technik masażu Kobido zgodnie z zasadami bezpieczeństwa, ergonomii pracy oraz organizacji usług beauty. Szkolenie rozwija kwalifikacje związane z racjonalnym gospodarowaniem materiałami, ograniczaniem ilości odpadów oraz wykorzystaniem narzędzi cyfrowych wspierających dokumentację zabiegową, prowadzenie e-karty klienta i analizę efektów wykonywanych usług.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Organizuje stanowisko pracy do wykonywania masażu Kobido zgodnie z zasadami higieny, ergonomii i organizacji usług beauty	przygotowuje stanowisko pracy zgodnie z zasadami BHP i organizacji usług beauty	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Analizuje wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu Kobido	rozdziela wskazania i przeciwwskazania do wykonania usługi	Test teoretyczny
Rozpoznaje podstawowe struktury mięśniowe twarzy, szyi i dekoltu wykorzystywane podczas masażu Kobido	identyfikuje obszary mięśniowe wykorzystywane podczas wykonywania masażu	Test teoretyczny
Wykonuje techniki masażu Kobido zgodnie z kolejnością procedury zabiegowej	wykonuje sekwencję masażu zgodnie z procedurą zabiegową	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Dobiera tempo i intensywność technik masażu do potrzeb klienta	dopasowuje techniki pracy do rodzaju skóry i napięcia tkanek	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Organizuje proces wykonywania usług zgodnie z zasadami racjonalnego gospodarowania materiałami	ogranicza zużycie materiałów i produktów podczas wykonywania usługi	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Stosuje zasady segregacji odpadów powstających podczas wykonywania usług beauty	klasyfikuje odpady zgodnie z zasadami organizacji pracy w gabinecie beauty	Test teoretyczny
Wykonuje dokumentację zabiegową z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych	przygotowuje dokumentację fotograficzną „przed i po” oraz elektroniczną kartę klienta	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Przekazuje klientowi zalecenia dotyczące pielęgnacji pozabiegowej	omawia zalecenia pielęgnacyjne po wykonaniu masażu	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Komunikuje się z klientem zgodnie z zasadami etyki i organizacji usług beauty	stosuje zasady komunikacji podczas wykonywania usług	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Stosuje zasady ochrony danych osobowych podczas prowadzenia dokumentacji klienta	rozdziela zasady bezpiecznego przechowywania dokumentacji zabiegowej	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Wykorzystuje narzędzia cyfrowe wspierające organizację usług beauty	wykorzystuje rozwiązania cyfrowe do organizacji dokumentacji i planowania usług	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://my-ps.eu/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://my-ps.eu/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Fundacja My Personality Skills
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Fundacja My Personality Skills

Program

Usługa rozwojowa przygotowuje uczestników do wykonywania manualnych technik masażu Kobido zgodnie z zasadami bezpieczeństwa, ergonomii pracy oraz nowoczesnej organizacji usług beauty.

Usługa powiązana jest z założeniami Regionalnej Strategii Innowacji Województwa Śląskiego 2030 oraz Programu Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego 2019–2030 w zakresie technologii procesowych, technologii gospodarowania odpadami oraz technologii informacyjno-komunikacyjnych wspierających organizację usług beauty.

Szkolenie rozwija zielone kompetencje poprzez:

- racjonalne gospodarowanie materiałami i preparatami,
- ograniczanie ilości odpadów zabiegowych,
- stosowanie zasad GOZ i Less Waste,

- organizację pracy ograniczającą nadmierne zużycie produktów jednorazowych,
- stosowanie ergonomicznych i zasobooszczędnych metod pracy.

Usługa rozwija również kompetencje cyfrowe związane z:

- prowadzeniem elektronicznej dokumentacji klienta,
- wykonywaniem dokumentacji fotograficznej zabiegów,
- organizacją usług beauty z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych,
- ochroną danych osobowych i bezpieczeństwem dokumentacji zabiegowej.

Forma realizacji usługi

Szkolenie realizowane jest w formie warsztatowej w mikrogrupie maksymalnie 4 uczestników. Każdy uczestnik pracuje przy indywidualnym stanowisku wyposażonym w narzędzia, preparaty oraz materiały niezbędne do realizacji części praktycznej.

Usługa realizowana jest w formie zajęć grupowych z praktyką wykonywaną na modelkach lub uczestnikach szkolenia. Forma warsztatowa umożliwia bieżącą korektę techniki pracy oraz indywidualne wsparcie instruktora.

Warunki organizacyjne realizacji usługi

Każdy uczestnik posiada dostęp do:

- indywidualnego stanowiska pracy,
- łóżka kosmetycznego,
- preparatów do masażu,
- materiałów higienicznych,
- produktów do dezynfekcji,
- narzędzi wspierających dokumentację cyfrową usług beauty.

Przerwy organizacyjne są wliczone w czas realizacji usługi zgodnie z harmonogramem szkolenia. Usługa realizowana jest w godzinach zegarowych.

Organizacja walidacji

Walidacja efektów uczenia się prowadzona jest przez podmiot zewnętrzny – Fundację My Personality Skills – z zachowaniem rozdzielności funkcji pomiędzy procesem szkolenia, walidacji i certyfikacji zgodnie z Regulaminem BUR.

Osoba prowadząca walidację nie uczestniczy w procesie kształcenia uczestników.

Walidacja obejmuje:

- test teoretyczny,
- obserwację w warunkach rzeczywistych,

Po pozytywnym zakończeniu procesu walidacji uczestnik otrzymuje certyfikat potwierdzający uzyskanie kwalifikacji niewłączonej do ZSK:

Masażysta Kobido z elementami zrównoważonego rozwoju

Termin realizacji usługi obejmuje również okres oczekiwania na wydanie certyfikatu przez podmiot certyfikujący zgodnie z procedurą certyfikacji. Certyfikat zostanie wydany bezpośrednio po pozytywnym wyniku walidacji tj w dniu zakończenia szkolenia .

PROGRAM SZKOLENIA – 16 GODZIN ZEGAROWYCH

Prowadzący usługę

Justyna Polak

Ramowy podział godzin

- część teoretyczna – 4 godziny,
- część praktyczna – 9,5 godziny,
- walidacja efektów uczenia się – 0,5 godziny,

- przerwy – 2 godziny.

Łączny czas usługi: 16 godzin zegarowych.

DZIEŃ 1 (06:00–14:00)

Łączny czas dnia szkoleniowego: 8 godzin zegarowych

(w tym 1 godzina przerwy)

Podstawy masażu Kobido i organizacja usług beauty

- organizacja stanowiska pracy zgodnie z zasadami BHP i ergonomii,
- zasady GOZ i Less Waste w branży beauty,
- budowa mięśni twarzy, szyi i dekoltu,
- wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu,
- wpływ masażu na układ limfatyczny i krążeniowy,
- racjonalne gospodarowanie materiałami zabiegowymi.

Moduł cyfryzacji usług beauty

- prowadzenie e-karty klienta,
- dokumentacja fotograficzna zabiegów,
- organizacja dokumentacji cyfrowej,
- analiza efektów zabiegowych z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych,
- zasady ochrony danych osobowych.

Pokaz instruktorski – techniki masażu Kobido

- przygotowanie stanowiska pracy,
- techniki rozgrzewające,
- techniki liftingujące,
- drenaż limfatyczny,
- techniki wyciszające,
- dokumentacja cyfrowa zabiegu.

Warsztat praktyczny – podstawowe techniki Kobido

- nauka sekwencji masażu Kobido,
- ćwiczenia praktyczne na modelkach lub w parach,
- dobór technik do potrzeb klienta,
- dokumentacja fotograficzna zabiegu,
- korekta techniki pracy przez instruktora.

Przerwa

1 godzina – wliczona w czas realizacji usługi.

DZIEŃ 2 (06:00–14:00)

Łączny czas dnia szkoleniowego: 8 godzin zegarowych

(w tym 1 godzina przerwy oraz 0,5 godziny walidacji)

Zaawansowane techniki masażu Kobido

- pogłębiona analiza anatomii twarzy,
- zaawansowane techniki liftingujące,
- techniki drenujące,

- praca na punktach napięciowych,
- tempo i rytm masażu Kobido,
- planowanie cyklu zabiegowego.

Pokaz instruktorski i praktyka

- demonstracja zaawansowanych technik,
- analiza napięć mięśniowych twarzy,
- ćwiczenie technik liftingujących,
- dokumentowanie efektów w systemie cyfrowym,
- organizacja pracy zgodnie z zasadami ergonomii i GOZ.

Warsztat praktyczny – pełny rytuał Kobido

- wykonanie pełnej sekwencji masażu,
- dopasowanie technik do potrzeb klienta,
- analiza efektów zabiegowych,
- dokumentacja fotograficzna i zapis parametrów zabiegu,
- przygotowanie do procesu walidacji.

Przerwa

1 godzina – wliczona w czas realizacji usługi.

Walidacja efektów uczenia się – 0,5 godziny

- test teoretyczny,
- obserwacja wykonania masażu Kobido

SZCZEGÓŁOWY HARMONOGRAM USŁUGI

DZIEŃ 1

Łączny czas realizacji: 06:00–14:00

(8 godzin zegarowych, w tym 1 godzina przerwy)

06:00–8:00

Podstawy masażu Kobido oraz organizacja usług beauty – część teoretyczna

Prowadzący: Justyna Polak

Zakres:

- organizacja stanowiska pracy zgodnie z zasadami BHP i ergonomii,
- zasady GOZ i Less Waste w usługach beauty,
- budowa mięśni twarzy, szyi i dekoltu,
- wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu,
- wpływ masażu na układ limfatyczny i krążeniowy,
- racjonalne gospodarowanie materiałami zabiegowymi.

Forma pracy:

- zajęcia grupowe,
- pokaz instruktorski.

8:00–9:00

Cyfrowa organizacja usług beauty i dokumentacja zabiegowa

Prowadzący: Justyna Polak

Zakres:

- prowadzenie e-karty klienta,
- dokumentacja fotograficzna zabiegów,
- organizacja dokumentacji cyfrowej,
- analiza efektów zabiegowych,
- zasady ochrony danych osobowych.

Forma pracy:

- zajęcia grupowe,
- ćwiczenia praktyczne z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych.

9:00–10:00

Pokaz instruktorski – techniki masażu Kobido

Prowadzący: Justyna Polak

Zakres:

- przygotowanie stanowiska pracy,
- techniki rozgrzewające,
- techniki liftingujące,
- drenaż limfatyczny,
- techniki wyciszające,
- dokumentacja cyfrowa zabiegu.

Forma pracy:

- pokaz instruktorski.

10:00–11:00

Przerwa

Przerwa wliczona w czas realizacji usługi.

11:00–14:00

Warsztat praktyczny – podstawowe techniki Kobido

Prowadzący: Justyna Polak

Zakres:

- nauka sekwencji masażu Kobido,
- ćwiczenia praktyczne na modelkach lub w parach,
- dobór technik do potrzeb klienta,
- dokumentacja fotograficzna zabiegu,
- organizacja stanowiska pracy zgodnie z zasadami ergonomii,
- korekta techniki pracy przez instruktora.

Forma pracy:

- praktyka indywidualna,
- praca na modelkach lub uczestnikach szkolenia,
- każdy uczestnik pracuje przy indywidualnym stanowisku wyposażonym w łóżko kosmetyczne, preparaty do masażu oraz materiały higieniczne.

DZIEŃ 2

Łączny czas realizacji: 06:00–14:00

(8 godzin zegarowych, w tym 1 godzina przerwy oraz 0,5 godziny walidacji)

06:00–8:00

Zaawansowane techniki masażu Kobido – część teoretyczna

Prowadzący: Justyna Polak

Zakres:

- pogłębiona analiza anatomii twarzy,
- zaawansowane techniki liftingujące,
- techniki drenujące,
- praca na punktach napięciowych,
- tempo i rytm masażu Kobido,
- planowanie cyklu zabiegowego.

Forma pracy:

- zajęcia grupowe,
- pokaz instruktorski.

8:00–10:00

Pokaz instruktorski i praktyka – techniki liftingujące

Prowadzący: Justyna Polak

Zakres:

- demonstracja zaawansowanych technik,
- analiza napięć mięśniowych twarzy,
- ćwiczenie technik liftingujących,
- dokumentowanie efektów w systemie cyfrowym,
- organizacja pracy zgodnie z zasadami ergonomii i GOZ.

Forma pracy:

- praktyka indywidualna,
- praca na modelkach lub uczestnikach szkolenia,
- każdy uczestnik realizuje ćwiczenia przy indywidualnym stanowisku pracy.

10:00–11:00

Przerwa

Przerwa wliczona w czas realizacji usługi.

12:00–13:30

Warsztat praktyczny – pełny rytuał Kobido

Prowadzący: Justyna Polak

Zakres:

- wykonanie pełnej sekwencji masażu,
- dopasowanie technik do potrzeb klienta,
- analiza efektów zabiegowych,
- dokumentacja fotograficzna i zapis parametrów zabiegu,
- przygotowanie do procesu walidacji,
- organizacja stanowiska pracy zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i ergonomii.

Forma pracy:

- praktyka indywidualna,

- praca na modelkach lub uczestnikach szkolenia,
- każdy uczestnik realizuje zabieg przy indywidualnym stanowisku pracy.

13:30–14:00

WALIDACJA EFEKTÓW UCZENIA SIĘ

Prowadzący walidację: Fundacja My Personality Skills

Walidacja prowadzona jest z zachowaniem rozdzielności funkcji pomiędzy procesem szkolenia, walidacji i certyfikacji zgodnie z wymaganiami BUR.

Osoba prowadząca walidację nie uczestniczy w procesie szkoleniowym.

Metody walidacji:

- test teoretyczny,
- obserwacja w warunkach rzeczywistych,

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 10

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 10 Podstawy masażu Kobido oraz organizacja usług beauty – część teoretyczna	Zajęcia	Justyna Polak	21-11-2026	06:00	08:00	02:00
2 z 10 Cyfrowa organizacja usług beauty i dokumentacja zabiegowa	Zajęcia	Justyna Polak	21-11-2026	08:00	09:00	01:00
3 z 10 Pokaz instruktorski techniki masaż Kobido	Zajęcia	Justyna Polak	21-11-2026	09:00	10:00	01:00
4 z 10 -	Przerwa	-	21-11-2026	10:00	11:00	01:00
5 z 10 Warsztat praktyczny – podstawowe techniki Kobido	Zajęcia	Justyna Polak	21-11-2026	11:00	14:00	03:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 10 Zaawansowane techniki masażu Kobido – część teoretyczna	Zajęcia	Justyna Polak	22-11-2026	06:00	08:00	02:00
7 z 10 Pokaz instruktorski i praktyka – techniki liftingujące	Zajęcia	Justyna Polak	22-11-2026	08:00	10:00	02:00
8 z 10 -	Przerwa	-	22-11-2026	10:00	11:00	01:00
9 z 10 Warsztat praktyczny – pełny rytuał Kobido	Zajęcia	Justyna Polak	22-11-2026	11:00	13:30	02:30
10 z 10 -	Walidacja	-	22-11-2026	13:30	14:00	00:30

Podsumowanie

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

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 450,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 450,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	278,13 PLN
Koszt osobogodziny netto	278,13 PLN
W tym koszt walidacji brutto	250,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	250,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	550,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	550,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Justyna Polak

Justyna Polak

Justyna Polak – masażystka i szkoleniowiec z ponad 10-letnim doświadczeniem, specjalizująca się w holistycznej pielęgnacji twarzy, fizjoterapii estetycznej oraz masażach kobido i tkanek głębokich.

Jako ekspertka i trenerka w branży beauty i wellness, od lat z pasją dzieli się swoją wiedzą, prowadząc szkolenia, w których przeszkoliła już setki kursantów. Od 2020 do 2025 roku aktywnie rozwijała swoje kompetencje, biorąc udział w specjalistycznych kursach, m.in. z zakresu Facelift Marie Margo, Facemodelingu, Kobido, terapii bruksizmu oraz fizjoterapii wdowiego garbu.

Ma za sobą ponad 140 godzin dydaktycznych jako szkoleniowiec – z sukcesem prowadzi warsztaty i kursy, traktując każdego uczestnika indywidualnie i z pełnym zaangażowaniem. Jej podejście do nauczania cechuje rzetelność, przejrzystość oraz ogromna empatia.

Jest autorką i twórczynią unikalnych szkoleń, takich jak:

Rytuał Kobido

Lifting i laminacja rzęs

Rytuał Head Spa – pierwszego w Polsce szkolenia, które łączy dwa niezależne zabiegi: masaż Kobido i Head Spa w jednym kompleksowym programie.

W swojej pracy łączy wiedzę, doświadczenie i uważność na potrzeby drugiego człowieka.

Nagrody i wyróżnienia:



I miejsce – Lash Wrap Global Lash Lift Artist Award 2020



III miejsce – Lights, Camera, Lift! Global Artist Award 2021

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje w trakcie usługi:

- materiały dydaktyczne obejmujące zagadnienia związane z manualnymi technikami masażu Kobido oraz organizacją usług beauty,
- możliwość wykonywania ćwiczeń praktycznych podczas zajęć warsztatowych,
- indywidualne wsparcie instruktora podczas części praktycznej,
- dostęp do stanowiska wyposażonego w preparaty, materiały oraz wyposażenie niezbędne do realizacji usługi,
- możliwość wykonywania dokumentacji zabiegowej z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych.

Uczestnik otrzymuje po zakończeniu usługi:

- dokument potwierdzający udział w usłudze rozwojowej,
- po pozytywnym zakończeniu procesu walidacji certyfikat potwierdzający uzyskanie kwalifikacji niewłączonej do ZSK:
- „Specjalista holistycznych technik masażu Kobido”,
- dostęp do dodatkowych materiałów edukacyjnych,
- możliwość korzystania ze wsparcia poszkoleniowego przez okres 3 miesięcy od zakończenia usługi.

Warunki uczestnictwa

Usługa skierowana jest do osób dorosłych zainteresowanych rozwojem kwalifikacji zawodowych w obszarze manualnych technik masażu twarzy oraz nowoczesnych usług beauty. W szkoleniu mogą uczestniczyć przedsiębiorcy, pracownicy sektora MŚP, osoby planujące rozpoczęcie działalności gospodarczej oraz osoby rozpoczynające rozwój zawodowy w branży beauty. Nie jest wymagane wcześniejsze doświadczenie zawodowe.

Uczestnik zobowiązany jest do udziału w procesie walidacji efektów uczenia się oraz przestrzegania zasad organizacyjnych i bezpieczeństwa obowiązujących podczas realizacji usługi.

W związku z realizacją procesu dokumentacji usługi, walidacji oraz wymagań związanych z monitoringiem i kontrolą usług rozwojowych uczestnik wyraża zgodę na wykonywanie dokumentacji fotograficznej lub audiowizualnej związanej z realizacją usługi.

Cena usługi nie obejmuje kosztów dojazdu, zakwaterowania oraz kosztów niezwiązanych bezpośrednio z realizacją usługi rozwojowej.

Informacje dodatkowe

- Karta usługi została przygotowana zgodnie z aktualnym Regulaminem Bazy Usług Rozwojowych, w tym w zakresie zasad powierzania usług.

Adres

ul. 11 Listopada 46
43-300 Bielsko-Biała
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Sylwia Obrzut

E-mail sylwia3d@gmail.com

Telefon (+48) 780 019 778