



## Szkolenie masażu Kobido- Małopolski Pociąg do Kariery - sezon I

Numer usługi 2025/01/10/9521/2494133

1 080,00 PLN brutto

1 080,00 PLN netto

90,00 PLN brutto/h

90,00 PLN netto/h

HDA- Centrum  
Szkolenia,  
Doradztwa  
Finansowego i  
Biznesu Hubert  
Durlik



📍 Gorlice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 12 h

📅 13.06.2025 do 14.06.2025

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Styl życia / Uroda
<b>Identyfikator projektu</b>	Małopolski Pociąg do kariery
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Usługa adresowana także dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery - sezon 1 oraz dla Uczestników Projektu Nowy Start w Małopolsce z EURESem. Szkolenie skierowane również dla osób zainteresowanych własnym rozwojem, pracą w branży Beauty, osób poszukujących nowych możliwości zawodowych i chcących zdobyć praktyczne umiejętności. Kurs przeznaczony zarówno dla osób początkujących, które chcą zgłębić tajniki tej popularnej metody odmładzania skóry, jak i do kosmetologów, kosmetyczek, fizjoterapeutów, pragnących poszerzyć swoją ofertę zabiegów.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	4
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	18
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	12-06-2025
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	12

# Cel

## Cel edukacyjny

Szkolenie potwierdza przygotowanie uczestników do samodzielnego wykonywania masażu twarzy Kobido poprzez zapoznanie ich z technikami, anatomią twarzy oraz praktycznymi umiejętnościami niezbędnymi do skutecznego i profesjonalnego masażu. Uczestnicy zdobędą wiedzę i umiejętności niezbędne do świadczenia wysokiej jakości usług masażu twarzy Kobido, a także nabędą umiejętność dostosowywania technik do indywidualnych potrzeb klienta.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje historie Kobido	Omawia skąd wywodzi się masaż Kobido oraz jakie są jego początki	Test teoretyczny
Uzasadnia przeciwwskazania do wykonania Kobido	Charakteryzują przeciwwskazania do wykonania masażu tj. gorączka, opryszczka, trądzik, stany zapalne skóry, leczenie dermatologiczne	Test teoretyczny
Definiuje anatomie twarzy	Omawia, wymienia, wskazuje położenie mięśni, budowa układu limfatycznego	Test teoretyczny
Rozróżnia czynniki i mechanizmy determinujące starzenie się skóry	Charakteryzuje i wymienia zmiany w naskórku, skórze właściwej, naczyniach krwionośnych, układzie mięśniowym, kostnym i tkance podskórnej	Test teoretyczny
Definiuje zasady BHP i zasady wykonywania masażu	Omawia zasady BHP przed wykonaniem masażu	Test teoretyczny
	Opisuje prawidłowo przygotowane stanowisko do pracy zgodnie z zasadami BHP	Test teoretyczny
Rozróżnia techniki, etapy wykonywania masażu Kobido	Przedstawia techniki i sekwencje ruchów w poszczególnych etapach masażu Kobido: mięśniowo - powięziowym, relaksacyjnym, drenażującym, liftingującym	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą na temat zaawansowanych technik masażu Kobido	Omawia zaawansowane techniki masażu Kobido	Test teoretyczny
	Wskazuje zalecenia i przeciwwskazania zaawansowanych technik masażu	Test teoretyczny
	Opisuje i charakteryzuje techniki pracy nad obszarami problematycznymi	Test teoretyczny
Wykonuje pełną sesję masażu	Charakteryzuje poszczególne kroki i wykonuje masaż Kobido	Test teoretyczny

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

### Warunki uznania kompetencji

**Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?**

Tak, dokument potwierdza uzyskanie kompetencji zawierający opis efektów uczenia się

**Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?**

Tak, dokument potwierdza że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji

**Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?**

Tak, dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji

## Program

### Ramowy program usługi:

#### Dzień 1. Część teoretyczna/ teoretyczna

1. Masaż Kobido – historia powstania, wskazania i przeciwwskazania
2. Ogólne zasady i reguły prowadzenia masażu Kobido, sekrety masażu Kobido
3. Protokół wykonywania masażu Kobido, techniki limfatycznego masażu szyi i głowy, twarzy
4. Masaż Kobido – zasady i etapy przeprowadzania, etapy masażu Kobido, sekwencja zabiegu
5. Diagnoza wiodącego problemu na twarzy i indywidualne planowanie zabiegu, przygotowanie twarzy oraz demakijaż, masaż szyi

#### Dzień 2. Część praktyczna

1. Masaż tkanek głębokich, ćwiczenia części relaksacyjnej masażu, ćwiczenia poznanych technik w parach i na modelach

2. Drenaż limfatyczny Kobido, praca z punktami aktywnymi na twarzy – akupresura Kobido, techniki modelujące
3. Zalecenia dla klienta do pracy w domu, ćwiczenia w parach z wymianą uczestników w parach
4. Modelowanie twarzy i automasaż – sposoby wykonywania
5. Przeprowadzenie testu końcowego

#### Warunki organizacyjne dla przeprowadzenia usługi:

- maksymalna liczba Uczestników/czek kursu: 12

-12 stanowisk warsztatowych: każdy z Uczestników/czek posiada własne stanowisko warsztatowe wyposażone w wszystkie akcesoria potrzebne do masażu Kobido.

Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych, przez godzinę szkoleniową rozumie się 45 min dydaktycznych. Na każdą godzinę szkoleniową przewidziane jest proporcjonalnie 15 min przerwy. Przerwy ustalane są elastycznie jednak nie mniej niż 15 min na każde 2 godziny. Zapewniona jest przerwa 45 min w przypadku zajęć trwających powyżej 6 godzin.

Obowiązkowe dla każdego uczestnika jest uczestnictwo w zajęciach (dopuszczalne jest 20% nieobecności).

Usługa szkoleniowa będzie realizowana w formie zajęć teoretycznych i praktycznych.

Zajęcia teoretyczne: 4

Zajęcia praktyczne: 8

Czas trwania jednego modułu/zjazdu nie przekracza 5 następujących po sobie dni. Czas trwania zajęć łącznie z przerwami nie przekracza 8 godzin zegarowych w ciągu jednego dnia. W trakcie zajęć zaplanowane są regularne przerwy w ilości nie mniejszej niż 15 minut na 2 godziny zegarowe.

Przerwy kawowe, obiadowe nie są wliczane w czas trwania usługi.

#### Praktyczne umiejętności:

Program kursu nastawiony jest na praktyczne ćwiczenia i studia przypadków, co pozwala uczestnikom na zastosowanie zdobytej wiedzy w realnych sytuacjach. Praktyczne podejście gwarantuje, że uczestnicy będą gotowi do efektywnej pracy od razu po ukończeniu szkolenia.

#### Weryfikacja efektów uczenia się:

Program obejmuje weryfikację efektów uczenia się poprzez test teoretyczny, który pozwala na ocenę zdobytej wiedzy i umiejętności. Taki system oceny gwarantuje, że uczestnicy faktycznie przyswoili potrzebne informacje i są gotowi do ich praktycznego zastosowania.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 15</b> Masaż Kobido – historia powstania, wskazania i przeciwwskazania	Anna Kędzior	13-06-2025	15:15	16:00	00:45
<b>2 z 15</b> Ogólne zasady i reguły prowadzenia masażu Kobido, sekrety masażu Kobido	Anna Kędzior	13-06-2025	16:00	16:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 15</b> Przerwa kawowa	Anna Kędzior	13-06-2025	16:45	17:15	00:30
<b>4 z 15</b> Protokół wykonywania masażu Kobido, techniki limfatycznego masażu szyi i głowy, twarzy	Anna Kędzior	13-06-2025	17:15	18:00	00:45
<b>5 z 15</b> Przerwa obiadowa	Anna Kędzior	13-06-2025	18:00	18:45	00:45
<b>6 z 15</b> Masaż Kobido – zasady i etapy przeprowadzania, etapy masażu Kobido, sekwencja zabiegu	Anna Kędzior	13-06-2025	18:45	19:30	00:45
<b>7 z 15</b> Diagnoza wiodącego problemu na twarzy i indywidualne planowanie zabiegu, przygotowanie twarzy oraz demakijaż, masaż szyi	Anna Kędzior	13-06-2025	19:30	20:15	00:45
<b>8 z 15</b> Masaż tkanek głębokich, ćwiczenia części relaksacyjnej masażu, ćwiczenia poznanych technik w parach i na modelach	Anna Kędzior	14-06-2025	08:00	09:30	01:30
<b>9 z 15</b> Przerwa kawowa	Anna Kędzior	14-06-2025	09:30	10:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>10 z 15</b> Drenaż limfatyczny Kobido, praca z punktami aktywnymi na twarzy – akupresura Kobido, techniki modelujące	Anna Kędzior	14-06-2025	10:00	10:45	00:45
<b>11 z 15</b> Zalecenia dla klienta do pracy w domu, ćwiczenia w parach z wymianą uczestników w parach	Anna Kędzior	14-06-2025	10:45	11:30	00:45
<b>12 z 15</b> Przerwa kawowa	Anna Kędzior	14-06-2025	11:30	12:00	00:30
<b>13 z 15</b> Modelowanie twarzy i automasaż – sposoby wykonywania	Anna Kędzior	14-06-2025	12:00	13:30	01:30
<b>14 z 15</b> Przerwa obiadowa	Anna Kędzior	14-06-2025	13:30	14:15	00:45
<b>15 z 15</b> Przeprowadzenie testu końcowego	-	14-06-2025	14:15	15:00	00:45

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 080,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 080,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	90,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Anna Kędzior

Kosmetyczka, nauczycielka praktycznej nauki zawodu, szkoleniowiec, trener beauty. Od 2012 roku prowadzi własne Centrum Szkoleń Kosmetycznych „Fabryka Piękna” Anna Kędzior. Specjalizuje się w kosmetyce pielęgnacyjnej, upiększającej oraz leczniczej, jak również stylizacji oprawy oka, paznokci, dłoni i stóp. Uzyskała uprawnienia pedagogiczne oraz instruktorskie, które pozwoliły kontynuować pracę w wielu szkołach policealnych oraz prowadzić szkolenia dla firm w całej Polsce.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują pakiet edukacyjny: teczka, zeszyt, długopis, oraz materiały szkoleniowe przygotowane przez wykładowców. Każda z Kursantek będzie pracowała przy profesjonalnym stanowisku, wyposażonym we wszystkie potrzebne akcesoria potrzebne do masażu Kobido.

Materiały szkoleniowe zawierają podsumowanie treści szkolenia i odwołania do źródeł wiedzy, na których zostały oparte, z poszanowaniem praw autorskich. Ponadto materiały każdorazowo są dostosowane do poziomu wiedzy uczestników oraz potrzeb związanych z ewentualnymi niepełnosprawnościami.

### Informacje dodatkowe

Usługa adresowana także dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery - Sezon 1 oraz dla Uczestników Projektu Nowy Start w Małopolsce z EURESem. Szkolenie zakończone testem sprawdzającym wiedzę z całego szkolenia oraz wydaniem stosownego zaświadczenia o ukończeniu szkolenia.

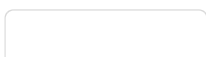
## Adres

ul. 11 Listopada 27  
38-300 Gorlice  
woj. małopolskie

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



Karolina Sendecka



**E-mail** [biuro.hda.gorlice@gmail.com](mailto:biuro.hda.gorlice@gmail.com)

**Telefon** (+48) 570 362 851