



## Szkolenie: "Masaż Tkanek Głębokich i rozluźnianie mięśniowo-powięziowe z anatomią palpacyjną"

Numer usługi 2025/01/21/5241/2515042

3 400,00 PLN brutto

3 400,00 PLN netto

56,67 PLN brutto/h

56,67 PLN netto/h

OŚRODEK  
SZKOLENIOWO-  
WDROŻENIOWY  
MAREK SZARATA  
SP. Z O. O.



📍 Katowice / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 60 h

📅 12.09.2025 do 19.10.2025

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Medycyna
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<p>W szkoleniu mogą wziąć udział fizjoterapeuci i technicy masażyści z co najmniej rocznym doświadczeniem zawodowym w pracy z pacjentem. Od uczestników wymagana jest podstawowa wiedza z zakresu anatomii i budowy ciała człowieka.</p> <p><b>Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu "Małopolski pociąg do kariery - sezon 1" i/lub dla Uczestników Projektu "Nowy start w Małopolsce z EURESem".</b></p>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	32
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	11-09-2025
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	60
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do pracy z pacjentem z wykorzystaniem metody masażu tkanek głębokich.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Definiuje metody masażu głębokiego tkanek miękkich, w tym wskazania i przeciwwskazania do terapii.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Przeprowadza wywiad z pacjentem</li><li>• Omawia metody masażu głębokiego tkanek miękkich i ich zastosowanie w terapii</li><li>• Omawia korzyści płynące z masażu jak: zmniejszenie bólu, zwiększenie zakresów ruchu i stopnia rozluźnienia mięśni, poprawa postawy ciała, zwiększenie gibkości</li></ul>	Obserwacja w warunkach symulowanych
<p>- Definiuje techniki masażu głębokiego w pracy na poszczególnych warstwach mięśniowych oraz łańcuchach mięśniowo-powięziowych,</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Omawia pacjentowi zastosowane techniki masażu głębokiego</li><li>• Omawia oddziaływanie na stan napięcia mięśniowego i powięziowego,</li><li>• Omawia z pacjentem plan pracy w danej jednostce chorobowej</li></ul>	Obserwacja w warunkach symulowanych
<p>- Przygotowuje strategie postępowania w najczęstszych przypadkach klinicznych oraz postępowaniach profilaktycznych w pracy z pacjentem.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Samodzielnie ocenia stan pacjenta i stosuje odpowiednie strategie leczenia.</li><li>• Omawia i dobiera narzędzia do zabiegu z zastosowaniem masażu tkanek głębokich</li><li>• Pracuje efektywniej w porównaniu z klasycznymi metodami pracy z pacjentem.</li></ul>	Obserwacja w warunkach symulowanych
<p>- Pracuje ergonomicznie co skraca czas terapii pacjenta.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• posiada zdolność do autonomicznego i odpowiedzialnego podejmowania się terapii.</li><li>• posiada umiejętność pracuje według najwyższych standardów postępowania medycznego poprzez swoją wiedzę i postawę z zakresu masażu tkanek głębokich.</li><li>• stosuje zasady etyki masażysty np. dyskrecja, cierpliwość, empatia, zrozumienie</li></ul>	Obserwacja w warunkach symulowanych

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

## Warunki uznania kompetencji

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

Dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

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

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?

Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

# Program

Aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie głównego celu, od uczestników wymagana jest podstawowa wiedza z zakresu anatomii i budowy ciała człowieka.

Uczestnicy pracują w parach przy jednym przydzielonym stanowisku pracy do zajęć. A skład stanowiska wchodzi stół do masażu wraz z wyposażeniem. Zajęcia mają charakter praktyczny i odbywają się na uczestnikach kursu. Uczestnicy nie są podzieleni na grupy osobowe.

Wskazana liczba godzin szkolenia (60h) jest określona w godzinach zegarowych.

Dzień 1 Podstawy teoretyczno-praktyczne

9:00-11:00

Wykład wprowadzający część 1: Masaż tkanek głębokich (MTG) i jego korzenie w Integracji Strukturalnej.

11:15-13:00

Wykład wprowadzający część 2: Fizjologia, Anatomia Powięzi i Nauka o Powięzi.

14:00-16:00

Narzędzia stosowane w MTG.

16:15-18:00

Techniki stosowane w MTG.

Dzień 2 Grzbiet

9:00-11:00

Trening jakości czucia kontaktu z tkanką i trening czucia głębokości tkanki.

11:15-13:00

Anatomia palpacyjna wybranych kostnych elementów kręgosłupa.

14:00-16:00

MTG grzbietu: pokaz i praktyka I / zmiana.

16:15-18:00

MTG grzbietu: praktyka II / zmiana i zakończenie pierwszego dnia kursu.

Dzień 3 Tułów

9:00-11:00

Mięśnie brzucha, powłoki brzuszne i przepona: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

11:15-13:00

Mięsień biodrowy i lędźwiowy: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

14:00-16:00

Mięsień czworoboczny lędźwi: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

16:15-18:00

Anatomia palpacyjna obręczy barkowej: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

Dzień 4 Obręcz barkowa i kończyna górna

9:00-11:00

Mięsień piersiowy większy i mniejszy: przywrócenie rotacji zewnętrznej, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

11:15-13:00

Mięsień nadgrzebieniowy, podgrzebieniowy i obły mniejszy: przywrócenie rotacji wewnętrznej, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

14:00-16:00

Anatomia palpacyjna ramienia i stawu łokciowego: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

Mięsień dwugłowy i trójgłowy ramienia: przywrócenie wyprostu i zgięcia, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

16:15-18:00

Anatomia palpacyjna przedramienia i stawu nadgarstkowego, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

Mięśnie zginacze i prostowniki przedramienia: przywrócenie zgięcia i wyprostu w stawie nadgarstkowym, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.

Dzień 5 Podudzie i staw skokowy

9:00-11:00

Mechanotransdukcja – wykład otwarty, screen diagnostyczny.

11:15-13:00

Przód goleni, Mięsień piszczelowy przedni i strzałkowy długi.

14:00-16:00

Zwichnięcie stawu skokowego i zespół troczka prostowników.

16:15-18:00

Kolano i rzepka – staw udowy.

Dzień 6 Udo i miednica

9:00-11:00

Stopa i zespół rozciągnięta podeszwy

11:15-13:00

Przednia strona uda.

14:00-16:00

Syndrom pasma biodrowo-piszczelowego i zespół kolana biegacza.

16:15-18:00

Mięśnie kulszowo-goleniowe, postępowanie regularne i wersja dla sportowców oraz praktyka.

Dzień 7 Górny kwadrant

9:00-11:00

Miednica i rotatory stawu biodrowego.

11:15-13:00

Kręgosłup lędźwiowy – postępowanie.

14:00-16:00

Mięsień czworoboczny grzbietu.

16:15-18:00

Mięśnie przywodzące uda.

Dzień 8 Szyja, twarz i głowa

9:00-11:00

Ramię, staw łokciowy i nadgarstkowy.

11:15-13:00

Mięsień naramienny – zespół przyparcia.

14:00-16:00

Stawy podpotyliczne i skroniowo-żuchwowy.

16:15-18:00

Egzamin na zakończenie pełnego kursu Masażu Tkank Głębokich i rozluźniania mięśniowo-powięziowego z anatomią palpacyjną.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 32

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 32</b> Wykład wprowadzający część 1: Masaż tkanek głębokich (MTG) i jego korzenie w Integracji Strukturalnej.	Piotr Szalański	12-09-2025	09:00	11:00	02:00

---

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>2 z 32</b> Wykład wprowadzający część 2: Fizjologia, Anatomia Powięzi i Nauka o Powięzi.	Piotr Szałański	12-09-2025	11:15	13:00	01:45
<b>3 z 32</b> Narzędzia stosowane w MTG.	Piotr Szałański	12-09-2025	14:00	16:00	02:00
<b>4 z 32</b> Techniki stosowane w MTG.	Piotr Szałański	12-09-2025	16:15	18:00	01:45
<b>5 z 32</b> Trening jakości czucia kontaktu z tkanką i trening czucia głębokości tkanki.	Piotr Szałański	13-09-2025	09:00	11:00	02:00
<b>6 z 32</b> Anatomia palpacyjna wybranych kostnych elementów kręgosłupa.	Piotr Szałański	13-09-2025	11:15	13:00	01:45
<b>7 z 32</b> MTG grzbietu: pokaz i praktyka I / zmiana.	Piotr Szałański	13-09-2025	14:00	16:00	02:00
<b>8 z 32</b> MTG grzbietu: praktyka II / zmiana.	Piotr Szałański	13-09-2025	16:15	18:00	01:45
<b>9 z 32</b> Mięśnie brzucha, powłoki brzuszne i przepona: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Filip Zarzeczny	19-09-2025	09:00	11:00	02:00
<b>10 z 32</b> Mięsień biodrowy i lędźwiowy: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Filip Zarzeczny	19-09-2025	11:15	13:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>11 z 32</b> Mięsień czworoboczny łędźwi: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Filip Zarzeczny	19-09-2025	14:00	16:00	02:00
<b>12 z 32</b> Anatomia palpacyjna obręczy barkowej: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Filip Zarzeczny	19-09-2025	16:15	18:00	01:45
<b>13 z 32</b> Mięsień piersiowy większy i mniejszy: przywrócenie rotacji zewnętrznej, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Filip Zarzeczny	20-09-2025	09:00	11:00	02:00
<b>14 z 32</b> Mięsień nadgrzebieniowy, podgrzebieniowy i obły mniejszy: przywrócenie rotacji wewnętrznej, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Filip Zarzeczny	20-09-2025	11:15	13:00	01:45
<b>15 z 32</b> Anatomia palpacyjna ramienia i stawu łokciowego: pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Filip Zarzeczny	20-09-2025	14:00	16:00	02:00
<b>16 z 32</b> Anatomia palpacyjna przedramienia i stawu nadgarstkowego, pokaz i ćwiczenia w dwóch zmianach.	Filip Zarzeczny	20-09-2025	16:15	18:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>17 z 32</b> Mechanotransdukcja – wykład otwarty, screen diagnostyczny.	Filip Zarzeczny	04-10-2025	09:00	11:00	02:00
<b>18 z 32</b> Przód goleni, Mięsień piszczelowy przedni i strzałkowy długi.	Filip Zarzeczny	04-10-2025	11:15	13:00	01:45
<b>19 z 32</b> Zwichnięcie stawu skokowego i zespół troczka prostowników.	Filip Zarzeczny	04-10-2025	14:00	16:00	02:00
<b>20 z 32</b> Kolano i rzepka – staw udowy.	Filip Zarzeczny	04-10-2025	16:15	18:00	01:45
<b>21 z 32</b> Stopa i syndrom rozciągniętego podszwowego	Filip Zarzeczny	05-10-2025	09:00	11:00	02:00
<b>22 z 32</b> Przednia strona uda.	Filip Zarzeczny	05-10-2025	11:15	13:00	01:45
<b>23 z 32</b> Syndrom pasma biodrowo-piszczelowego i syndrom kolana biegacza.	Filip Zarzeczny	05-10-2025	14:00	16:00	02:00
<b>24 z 32</b> Mięśnie kulszowo-goleniowe, postępowanie regularne i wersja dla sportowców oraz praktyka.	Filip Zarzeczny	05-10-2025	16:15	18:00	01:45
<b>25 z 32</b> Miednica i rotatory stawu biodrowego.	Łukasz Czubaszewski	18-10-2025	09:00	11:00	02:00
<b>26 z 32</b> Kręgosłup lędźwiowy – postępowanie.	Łukasz Czubaszewski	18-10-2025	11:15	13:00	01:45



Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>27 z 32</b> Mięsień czworoboczny grzbietu.	Łukasz Czubaszewski	18-10-2025	14:00	16:00	02:00
<b>28 z 32</b> Mięśnie przywodzące uda.	Łukasz Czubaszewski	18-10-2025	16:15	18:00	01:45
<b>29 z 32</b> Ramię, staw łokciowy i nadgarstkowy.	Łukasz Czubaszewski	19-10-2025	09:00	11:00	02:00
<b>30 z 32</b> Mięsień naramienny – zespół przyparcia.	Łukasz Czubaszewski	19-10-2025	11:15	13:00	01:45
<b>31 z 32</b> Stawy podpotyliczne i skroniowo-żuchwowy.	Łukasz Czubaszewski	19-10-2025	14:00	16:00	02:00
<b>32 z 32</b> Walidacja	-	19-10-2025	16:15	18:00	01:45

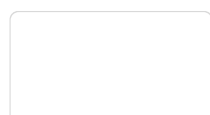
## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 400,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	56,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	56,67 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



**1 z 3**

**Łukasz Czubaszewski**



Fizjoterapeuta, osteopata, nauczyciel Masażu Tkanek Głębokich rekomendowany przez Arta Riggsa. Od 15 lat pracuje zawodowo koncentrując się na pomocy pacjentom bólowym. Współpracuje z wieloma drużynami różnych dyscyplin sportowych w tym klubów ligowych z wielkopolski, amatorskich klubów sportowych i reprezentacji kraju. Prowadzi Centrum Fizjoterapii i Osteopatii w Poznaniu.

Jest byłym wykładowcą poznańskiego AWF. Rozwija swoją wiedzę i zainteresowania w obszarach terapii podczas licznych szkoleń specjalistycznych, konferencji i kongresów naukowych.

dr Nauk o Kulturze Fizycznej, Fizjoterapeuta, Osteopata

Przeprowadził kilkadziesiąt szkoleń z tematu Masaż Tkanek Głębokich od 2010 roku.



2 z 3

### Piotr Szałański

Fizjoterapeuta, Certyfikowany Integrator Strukturalny, Nauczyciel Przedmiotów Zawodowych ze Specjalizacją Medyczną, Nauczyciel Masażu Tkanek Głębokich z rekomendacją Arta Riggsa.

Od 10 lat prowadzi prywatną praktykę terapeutyczną. Od 2012 roku pomaga Pacjentom w rodzinnym Bełchatowie. Był wykładowca AWF Poznań i WSEiT Poznań.

mgr Fizjoterapii, Certyfikowany Integrator Strukturalny, EGSI.

Absolwent AWF Poznań i European Guild of Structural Integration (Praga) oraz Wyższej Szkoły Zarządzania w Częstochowie. Uczestnik licznych szkoleń zawodowych. Systematycznie bierze udział w konferencjach, sympozjach i kongresach z zakresu rehabilitacji ortopedycznej i terapii powięziowej w kraju i za granicą.

Od 2010 roku przeprowadził kilkadziesiąt szkoleń z tematu Masaż Tkanek Głębokich.



3 z 3

### Filip Zarzeczny

Dyplomowany masażysta, terapeuta tkanek miękkich oraz bodyworker. Jest u nas nauczycielem Masażu Tkanek Głębokich

Głównym źródłem inspiracji jest dla niego Art Riggs, twórca tej metody i jego drogowskaz w pracy zawodowej.

Przygodę z masażem rozpoczął w 2012 roku, kiedy to podjął naukę w Studium Medycznym im. Stanisława Liebarta w Lublinie. Od tamtej pory nieustannie poszerza swoją wiedzę i umiejętności, uczestnicząc w różnorodnych szkoleniach i kursach. Zdobywał cenne doświadczenie kliniczne pracując w 1 Wojskowym Szpitalu Klinicznym w Lublinie, gdzie doskonalił swoje umiejętności praktyczne.

Masaż stał się jego pasją, w której dąży do osiągnięcia mistrzostwa. Pierwszym kursem, który ukończył był oczywiście kurs MTG.

Jest także właścicielem firmy "Masaż Filip Zarzeczny", gdzie z pasją i zaangażowaniem pracuje ze swoimi pacjentami. Jego podejście opiera się na indywidualnym dostosowaniu terapii do potrzeb każdego pacjenta, co pozwala na uzyskanie najlepszych efektów terapeutycznych. Właśnie to podejście przekazuje swoim kursantom.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy z uczestników otrzymuje polskojęzyczną wersję książki Arta Riggsa "Wizualny przewodnik po technikach Masażu Tkanek Głębokich".

W ramach kursu otrzymujesz od nas dodatkowo:

Profesjonalne nagranie video całego szkolenia z nami, dostępne na naszej platformie filmowej. Będzie ono dostępne dla Ciebie już zawsze i wszędzie, na każdym Twoim urządzeniu. Dlatego nie musisz zabierać ze sobą aparatu, kamerki, zajmować się rejestrowaniem szkolenia na swoim telefonie, bądź dyktafonie. Możesz po prostu skupić się tylko i wyłącznie na pracy warsztatowej i treningu z nami. A później, kiedy tylko zechcesz, powrócisz sobie do nagrań z każdego dnia i przypomnisz każdą technikę poznaną z nami na kursie Masażu Tkanek Głębokich.

## Warunki uczestnictwa

Szczegółowe warunki udziału w szkoleniu określa Regulamin szkoleń, w tym zgodę uczestnika na użyczenie swojego wizerunku w charakterze zdjęć, filmów zrobionych podczas szkolenia, w którym uczestniczył.

## Adres

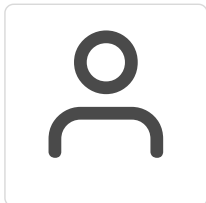
Katowice  
Katowice  
woj. śląskie

Miejsce szkolenia: dokładny adres szkolenia podamy na 2 tygodnie przed rozpoczęciem kursu.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Jolanta Przybyszewska**

**E-mail** szkolenia.mtg@gmail.com

**Telefon** (+48) 662 310 264