

## Harmonogram

**Nazwa Beneficjenta:** Warmińsko-Mazurski Zakład Doskonalenia Zawodowego w Olsztynie

**Placówka realizująca kurs:** Centrum Edukacji w Lidzbarku Warmińskim

**Numer projektu:** FEWM.07.08-IP.01-0018/24

**Tytuł projektu:** Nowe umiejętności - większe możliwości

**Nazwa szkolenia zawodowego/kursu:** Masaż klasyczny

**Nr kursu:** 11/075/2025

**Uczestników:** 1 w tym kobiet: 1, mężczyzn: 0

**Termin realizacji:** 12.05.2025-17.06.2025



Fundusze Europejskie  
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



## 1. Harmonogram

| Data realizacji | Godziny realizacji zajęć od-do | Temat zajęć                                                                                            | Wykładowca      | Miejsce realizacji zajęć/nazwa instytucji (miejscowość, ulica, nr lokalu) |
|-----------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------|
| 12.05.2025      | 15:30-17:00                    | Biologiczne uwarunkowania układu czuciowego.                                                           | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński                                    |
|                 | 17:00-17:45                    | Budowa i funkcje narządów i układów ustroju człowieka                                                  | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński                                    |
|                 | 17:45-18:00                    | PRZERWA                                                                                                |                 |                                                                           |
|                 | 18:00-18:45                    | Budowa i funkcje narządów i układów ustroju człowieka                                                  | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński                                    |
|                 | 18:45-19:30                    | Charakterystyka procesów funkcjonowania narządów i układów ustroju człowieka oraz ich współzależność.  | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński                                    |
| 19.05.2025      | 15:30-16:15                    | Charakterystyka procesów funkcjonowania narządów i układów ustroju człowieka oraz ich współzależność.  | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński                                    |
|                 | 16:15-17:00                    | Określenie osi i płaszczyzn ciała oraz kierunki ruchu w stawach.                                       | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński                                    |
|                 | 17:00-17:15                    | PRZERWA                                                                                                |                 |                                                                           |
|                 | 17:15-18:00                    | Określenie osi i płaszczyzn ciała oraz kierunki ruchu w stawach.                                       | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński                                    |
|                 | 18:00-19:30                    | Reakcje zachodzące w narządach i układach ustroju człowieka w trakcie i po masażu.                     | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński                                    |
| 23.05.2025      | 15:30-17:00                    | Źródła bodźca mechanicznego, zależność reakcji tkanek pod wpływem pobudzania bodźcem mechanicznym.     | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński                                    |
|                 | 17:00-17:45                    | Anatomia topograficzna człowieka                                                                       | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński                                    |
|                 | 17:45-18:00                    | PRZERWA                                                                                                |                 |                                                                           |
|                 | 18:00-18:45                    | Anatomia topograficzna człowieka                                                                       | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński                                    |
|                 | 18:45-19:30                    | Dobór technik i chwytów w celu uzyskania oczekiwanych reakcji w tkankach, narządach i układach ustroju | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński                                    |



Fundusze Europejskie  
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez  
Unię Europejską



|            |             |                                                                                                                                                |                 |                                        |
|------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------------|
| 27.05.2025 | 15:30-17:45 | Dobór technik i chwytów w celu uzyskania oczekiwanych reakcji w tkankach, narządach i układach ustroju                                         | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
|            | 17:45-18:00 | PRZERWA                                                                                                                                        |                 |                                        |
|            | 18:00-18:45 | Dobór technik i chwytów w celu uzyskania oczekiwanych reakcji w tkankach, narządach i układach ustroju                                         | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
|            | 18:45-19:30 | Masaż klasyczny całościowy                                                                                                                     | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
| 03.06.2025 | 15:30-17:00 | Masaż klasyczny odcinkowy                                                                                                                      | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
|            | 17:00-17:15 | PRZERWA                                                                                                                                        |                 |                                        |
|            | 17:15-18:00 | Masaż klasyczny odcinkowy                                                                                                                      | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
|            | 18:00-19:30 | Techniki i chwyt masażu klasycznego wg zasad warstwowego odkształcania tkanek, kierunku przepływu krwi żyłnej i limfy oraz reaktywności tkanek | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
| 04.06.2025 | 15:30-17:00 | Techniki i chwyt masażu klasycznego wg zasad warstwowego odkształcania tkanek, kierunku przepływu krwi żyłnej i limfy oraz reaktywności tkanek | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
|            | 17:00-17:15 | PRZERWA                                                                                                                                        |                 |                                        |
|            | 17:15-18:45 | Wskazania i przeciwwskazania do wykonania masażu klasycznego                                                                                   | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
| 10.06.2025 | 15:30-17:00 | Zasady wykonania masażu klasycznego                                                                                                            | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
|            | 17:00-17:15 | PRZERWA                                                                                                                                        |                 |                                        |
|            | 17:15-18:00 | Charakterystyka dokumentacji zabiegowej.                                                                                                       | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
| 11.06.2025 | 15:30-16:15 | Klasyfikacja masażu                                                                                                                            | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
|            | 16:15-16:30 | PRZERWA                                                                                                                                        |                 |                                        |
|            | 16:30-17:15 | Metody masażu                                                                                                                                  | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
|            | 17:15-18:00 | Organizacja miejsca pracy masażysty.                                                                                                           | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
| 17.06.2025 | 15:30-17:45 | Masaż klasyczny całościowy                                                                                                                     | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
|            | 17:45-18:00 | PRZERWA                                                                                                                                        |                 |                                        |
|            | 18:00-18:45 | Masaż klasyczny całościowy                                                                                                                     | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |
|            | 18:45-19:30 | Masaż klasyczny odcinkowy                                                                                                                      | Ulatowska Aneta | ul. Orła Białego 7; Lidzbark Warmiński |



Fundusze Europejskie  
dla Warmii i Mazur

Dofinansowane przez  
Unię Europejską

