

**HARMONOGRAM SZKOLENIA**
„Head Spa”

W ramach projektu Z WIGOREM DO PRACY współfinansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego Plus w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Łódzkiego 2021-2027

Termin szkolenia: 15.09.2025r.- 16.09.2025r. (20 godz.).

Organizator szkolenia: Go!Beauty Małgorzata Kraus, ul. Gałęckiego 9, 96-100 Skierniewice

Miejsce szkolenia: ul. Gałęckiego 9, 96-100 Skierniewice

Dzień 1 – 9:00–19:00 (10 godzin: 3 teoretyczne, 7 praktyczne)

Godzina	Temat	Forma
09:00 – 09:30	Powitanie, omówienie programu, wprowadzenie do Head Spa (historia, filozofia, znaczenie)	Teoria
09:30 – 10:30	Anatomia i fizjologia skóry głowy (budowa, cykl wzrostu włosa, ukrwienie, unerwienie)	Teoria
10:30 – 11:00	Przerwa kawowa	
11:00 – 11:30	Wskazania i przeciwwskazania do zabiegu, zasady bezpieczeństwa i higieny	Teoria
11:30 – 13:00	Przygotowanie stanowiska klienta: dobór produktów, aromaterapia, relaksacja	Praktyka
13:00 – 14:00	Przerwa obiadowa	
14:00 – 16:00	Techniki masażu na sucho: rozluźnianie napięć, poprawa krążenia, akupresura, trening technik	Praktyka
16:00 – 16:15	Przerwa kawowa	
16:15 – 18:15	Techniki masażu na mokro: mycie skóry głowy, peeling, maski, ampulki, masaż pod prysznicem	Praktyka
18:15 – 19:00	Podsumowanie dnia, pytania i odpowiedzi	Praktyka + Teoria

Dzień 2 – 9:00–19:00 (10 godzin: 2 teoretyczne, 8 praktyczne)

Godzina	Temat	Forma
09:00 – 09:30	Powtórka materiału z dnia poprzedniego, krótkie pytania i dyskusja	Teoria
09:30 – 11:00	Masaż karku, szyi i ramion – techniki relaksacyjne wspomagające zabieg	Praktyka
11:00 – 11:15	Przerwa kawowa	
11:15 – 13:15	Integracja zabiegów i rytuał Head Spa: łączenie technik masażu, aromaterapia, pielęgnacja	Praktyka
13:15 – 14:15	Przerwa obiadowa	
14:15 – 16:45	Stylizacja i suszenie włosów po zabiegu	Praktyka
16:45 – 17:00	Przerwa kawowa	
17:00 – 18:00	Ewaluacja i omówienie efektów: ocena praktyczna, dyskusja	Praktyka + Teoria
18:00 – 19:00	Test wiedzy, wręczenie zaświadczeń, zakończenie szkolenia	Teoria