

MASAŽA OBRAZA

Ljubljana,
16. maj 2026



NOVO!

Za kakšen tečaj gre

Na enodnevnem intenzivnem tečaju masiramo **obraz, vrat in dekolte**, uporabimo pa **tehnike klasične masaže, limfne drenaže, maderoterapije** (uporaba valjčkov) in **vakuumske masaže** (uporaba ventuz).

Različne tehnike uporabljamo zato, da bi dosegli večji učinek pri sproščanju napetosti in oblikovanju obraza.

Več o klasični masaži

Je osnovna oblika ročne masaže, pri kateri obdelujemo kožo in mišice z namenom vzpostavitve krvnega in limfnega pretoka, zmanjšanja gubic in sproščanja stresa.

Učili se bomo različnih tehnik.

Več o limfni drenaži

Je počasna, nežna in ritmična tehnika, s katero vplivamo na detoksikacijo telesa.

Vedno masiramo v smeri proti limfnim vozlom, z njo pa učinkovito zmanjšamo zabuhlosti in vnetja, ter preprečujemo težave s sinusi.

Več o maderoterapiji



Z valjčki stimuliramo in masiramo kožo ter mišice, in spodbujamo limfni pretok ter prekravitev.

Valjčki so izdelani iz lesa in so odlično dopolnilo k ostalim masažnim tehnikam, saj z njimi mišice učinkovito tonificiramo, kar oblikuje naše obrazne poteze.

Več o uporabi ventuz



Ventuze so posebne silikonske posodice, ki delujejo po principu vakuuma. Ob pritisku na kožo se ustvari podlat, ki dvigne tkivo in spobudi prekrvavitvev.

Kaj dobite?

- **Znanje in praktične veščine,**
- **certifikat,**
- **odlično delovno gradivo,**
- **popuste,**
- **delovne pripomočke v skupni vrednosti 75 €, ki jih na koncu tečaja odnesete domov,**
- **brezplačno utrjevanje znanja v naših prostorih tudi po koncu tečaja,**
- **najvišjo kakovost po zmerni ceni!**



Predavateljica na tečaju



Eva Lenart, mag. kineziologije, diplomantka Akademije za manualno terapijo.

S študijem kineziologije se je začelo tudi zanimanje za masaže in alternativne tehnike zdravljenja. Tako se že od leta 2013 usposablja za različne masažne in terapevtske tehnike, zaključila pa

je tudi študij na Akademiji za manualno terapijo. Kot predavateljica je vedra in strokovna.

Eva vodi tečaje klasične masaže in maderoterapije v Ljubljani in Mariboru.

Program tečaja

Teoretični del (20 %):

- Uvod v masažo obraza (zgodovina, vrste masaž ...)
- Osnove anatomije in fiziologije obraza
- Osnove limfne drenaže obraza
- Osnove uporabe ventuz in njihovo delovanje
- Osnove maderoterapije
- Učinki masaže
- Najpogostejše indikacije za masažo in njihova obravnava
- Kontraindikacije
- Priprava na samostojno delo in poslovna priložnost

Praktični del (80 %):

- Izvajanje masaže obraza, vratu in dekolteja (učenje sproščanja in tonificiranja obraza)
- Limfna drenaža obraza in vratu
- Maderoterapija obraza
- Izvajanje masaže z ventuzami
- Samoobravnava

Udeleženci tečaja se med seboj izmenjujejo, tako da je vsak udeleženec v vlogi stranke in vlogi terapevta.

Certifikat



Po uspešno zaključenem izobraževanju boste prejeli **certifikat**, ki potrjuje vašo usposobljenost in lahko izboljša vaše karijerne možnosti, saj vam omogoča **zaposlitev** v kozmetičnih in masažnih salonih, zdraviliščih, hotelih, fitness centrih, na tujih potniških ladjah, v športnih klubih itd.

Datum in kraj tečaja

Tečaj bo potekal v **1 modulu (1 dan)**:

- sobota, 16. maj 2026, od 9. do 18. ure.

Za tečajnike organiziramo **samostojne in neobvezne vaje** vsako sredo med 12. in 18.30 uro od udeležbe na tečaju naprej.



Tečaj bo potekal v naših učilnicah na Ptujski ulici 19 v Ljubljani (Bežigrad, srednji vhod). Pred stavbo je dovolj brezplačnih parkirnih mest.

Opis poti iz različnih smeri si oglejte na www.higeja.si v rubriki **Ostalo, Kako do nas**.

Oprema na tečaju

Na tečaj pridite v udobni obleki ali trenirki, s seboj prinesite natikače, rjuho, 2 veliki brisači, zvezek, svinčnik in malico.

Med odmori vam bodo na voljo sveže sadje in prigrizki, v pritličju stavbe je tudi avtomat.

Tečaj po ugodni ceni



Tečaj masaže obraza znaša **269 €**.

V ceno so všteti:

- prijavnina
- učbenik
- delovni material
- certifikat
- sveže sadje in prigrizki
- 22 % DDV

Na tečaju prejmete **darilo** (ventuze in pripomočke za maderoterapijo obraza v skupni vrednosti 75 €).



POPUSTI:

- **7 %** za tiste, ki ste se udeležili **dveh ali več naših tečajev**,
- **5 %** za **brezposelne, študente, invalide, upokojence, družinske člane in naše tečajnike**.

Popusti se med seboj ne seštevajo.

Drugi popusti: **10 %** ob nakupu **vrhunskih masažnih miz Sofia** v trgovini Galen.



Tečaj, plačan v celoti ali delno, je lahko tudi lepo darilo. Razveselite svoje bližnje!

Način plačevanja tečaja

1. PRIJAVNINA

Ker je število udeležencev omejeno, upoštevamo prijavo na tečaj šele takrat, ko vplačate **prijavnino**. S tem **rezervirate svoje mesto** na tečaju.

Prijavnino je treba poravnati **do roka prijave oz. do zasedbe mest**. *Pred vplačilom nas obvezno pokličite, da preverimo, če je še kakšno prosto mesto!*

Prijavnine ne vračamo. Če se izbranega tečaja ne morete udeležiti, lahko vplačani znesek uporabite **kadar koli za kateri koli tečaj**, če nas o neudeležbi **pisno** obvestite vsaj 3 dni pred začetkom tečaja, v primeru bolezni (dokazovati z zdravniškim potrdilom!) pa najpozneje 1 dan pred začetkom tečaja.

Prijavnina znaša 100 € in se poravna na transakcijski račun podjetja Higeja d.o.o., Ptujška 19, 1000 Ljubljana, št. **SI56 0400 0027 8859 421**, sklic na številko 00 52. Potrdilo o vplačilu **obvezno** prinesite s seboj na tečaj.

2. KONČNO PLAČILO

Po vplačilu prijavnine preostali znesek poravnajte na transakcijski račun Higeje **do začetka tečaja**. Potrdilo o vplačilu **obvezno** prinesite s seboj na tečaj. Možno je tudi gotovinsko plačilo ob prihodu na tečaj.

Zakaj se udeležiti tečaja? Ker ...

1. smo **zaupanja vredni**, saj smo vodilni na tem področju ter imamo *tradicijo, znanje in izkušnje*, smo pa tudi **registrirani izvajalec za NPK** maser in NPK refleksoterapevt z **uradnim pooblastilom** Ministrstva za delo;
2. vodi tečaj **Eva Lenart**, ki jo odlikujejo bogato teoretično in praktično znanje s področja terapij ter strokovno in študentu prijazno vodenje tečaja;
3. boste pridobili **znanje in praktične veščine**, ki jih lahko **takoj** uporabite v praksi;
4. boste prejeli **odlično delovno gradivo** in **certifikat**, ki potrjuje vašo usposobljenost in lahko izboljša vaše karijerne možnosti;
5. program vključuje **veliko praktičnega dela**;
6. gre za masažo, ki je **zelo učinkovita pri sproščanju napetosti in oblikovanju obraza**;
7. znanje lahko **takoj uporabite tudi na prijateljih, sorodnikih in na sebi**;
8. je **povpraševanje strank**, ženskih in moških, po tovrstnih terapijah veliko;
9. je tečaj namenjen **izkušenim maserjem, začetnikom in ljudem, ki skrbijo za svoj videz** (samomasaža);
10. skrbimo za vas tudi po koncu tečaja, saj sta vam na voljo **pomoč strokovnjakov in neomejena vadba** v naših prostorih ob uporabi naših masažnih miz, olj, brisač ipd. – vse brezplačno;
11. ponujamo **popuste** za naše tečajnike, brezposelne, invalide, upokojene in družinske člane ter ob nakupu vrhunskih masažnih miz Sofia (glej www.galen.si);
12. imate **10 % popust** ob nakupu vrhunskih masažnih miz Sofia;
13. dobite **darilo** v vrednosti 75 €!



Postopek in rok prijave

Če se boste odločili za udeležbo na tečaju, **izpolnite prijavnico**, nam jo pošljite in **vplačajte prijavnino**. Prijavnico lahko izpolnite tudi na www.higeja.si v rubriki **Tečaj anticelulitne maderoterapije** ter nam jo izpolnjeno pošljete na info@higeja.si.

Rok prijave na tečaj je 14. maj 2026.

Kontakti

Sedež in pisarna Higeje:
PTUJSKA ULICA 19, LJUBLJANA

Tečaj masaže obraza izvajamo:
v naših učilnicah na Ptujski 19 v Ljubljani

Telefon: **01 / 54 63 201**
GSM: **041 / 540 942**

E-pošta za informacije in vpis:
info@higeja.si

Transakcijski račun pri OTP banki:
SI56 0400 0027 8859 421

WWW.HIGEJA.SI



www.facebook.com/higeja



[higeja.si](https://www.instagram.com/higeja)

Veselimo se srečanja z vami!

Pred besedo je bil dotik.

