



CENTRUM
ZDROWIA GARBARY
64 SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIA
★★★★★

Szkolenie: Terapia mięśniowo- powięziowych punktów spustowych i mięśniowo powięziowe rozluźnianie

Numer usługi 2025/04/02/178006/2665007

1 700,00 PLN brutto
1 700,00 PLN netto
65,38 PLN brutto/h
65,38 PLN netto/h

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 26 h

📅 15.05.2025 do 18.05.2025

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest dla: - fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy, - studentów powyższych kierunków, - uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego, - Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia, lub zaświadczenia jeśli kursant jest w trakcie nauki.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	24
Data zakończenia rekrutacji	13-05-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	26
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestników do skutecznej diagnostyki i terapii mięśniowo-powięziowych punktów spustowych (MTrPs) oraz mięśniowo-powięziowego rozluźniania (MPR). Szkolenie obejmuje teoretyczne i praktyczne aspekty pracy z dysfunkcjami układu mięśniowo-powięziowego, rozwijając umiejętności palpacji, diagnozy oraz zastosowania technik terapeutycznych, takich jak MPR, PIR i PRT. Uczestnicy zdobędą kompetencje w pracy z pacjentami bólowymi i w analizie przypadków klinicznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza Uczestnik charakteryzuje mechanizmy powstawania punktów spustowych oraz rozróżnia techniki terapeutyczne MPR, PIR i PRT wraz z ich zastosowaniem w pracy z pacjentami bólowymi.	Definiuje pojęcie punktów spustowych i charakteryzuje ich mechanizmy powstawania. Rozróżnia techniki MPR, PIR i PRT oraz uzasadnia ich zastosowanie w terapii. Wymienia wskazania i przeciwwskazania do terapii mięśniowo-powięziowej. Analizuje wpływ punktów spustowych na powstawanie zespołów bólowych układu ruchu.	Test teoretyczny
Umiejętności Uczestnik diagnozuje punkty spustowe oraz planuje i stosuje odpowiednie techniki terapii w zależności od potrzeb pacjenta.	Wykonuje palpacyjne badanie mięśniowo-powięziowe, lokalizując punkty spustowe. Rozróżnia aktywne i utajone punkty spustowe oraz ocenia ich wpływ na dolegliwości bólowe. Dobiera i stosuje techniki MPR, PIR oraz PRT w zależności od diagnozy klinicznej. Projektuje plan terapii na podstawie case study oraz kontroluje skuteczność zastosowanych technik.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Kompetencje społeczne Uczestnik przestrzega zasad etyki zawodowej, organizuje terapię zgodnie z potrzebami pacjenta oraz ocenia skuteczność komunikacji w procesie terapeutycznym.	Komunikuje się w sposób profesjonalny, organizując terapię zgodnie z indywidualnymi potrzebami pacjenta. Przestrzega zasad etyki zawodowej i zapewnia komfort pacjenta podczas terapii. Uzasadnia wybór zastosowanych technik terapeutycznych, kontrolując ich efektywność. Dba o bezpieczeństwo podczas terapii, nadzorując poprawność wykonywania zabiegów.	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?

Tak, dokument potwierdza 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?

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 odwalidacji. Jedna osoba prowadzi szkolenie, druga podpowiada za proces walidacji.

Program

Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły.

Zajęcia praktyczne odbywają się głównie na stołach rehabilitacyjnych, na jeden stół przypadają 2 osoby. Jeśli będzie nieparzysta liczba osób to będzie jedna trójka przy stole. Kursanci wykonują techniki na sobie nawzajem. Każdy uczestnik ma możliwość przećwiczenia każdej z technik. Cały sprzęt wykorzystywany do realizacji szkolenia zapewniony jest przez instytucję. W trakcie trwania szkolenia jest ogólnodostępny dla kursantów.

Czas trwania: 26 godzin zegarowych (w zakres godzinowy kursu są wliczane przerwy i walidacja)

Godziny kursu :

Termin 15-18 maja 2025

Godziny kursu :

- czwartek (15.05) - 11-17
- piątek (16.05) - 9-17
- sobota (17.05) - 9-17
- niedziela (18.05) - 9-13

Teoria+praktyka - część teoretyczna jest zawsze wplatana w ćwiczenia prototypowe - omówienie każdej metody przed przystąpieniem do ćwiczeń.

Dzień 1. Zajęcia teoretyczne:

godziny: 11:00-12:30

Punkty spustowe – definicja, fizjologia i klasyfikacja.

Podstawy zaburzeń bólowych struktura mięśniowa – powięziowa.

Czynniki sprzyjające powstawaniu punktów spustowych.

Zaburzenia postawy – punkty spustowe.

Przeciwwskazania do terapii.

Sposoby lokalizacji i palpacji punktów spustowych – uważność i kryteria jako istotne narzędzie badawcze.

Metody i skuteczne techniki terapeutyczne wspomagające prace na punktach spustowych MPR, PRT, PIR

Dzień 1. Zajęcia praktyczne:

godziny: 12:30-17:00

Opracowanie górnego kwadrantu ciała ze szczególnym uwzględnieniem mięśni oddechowych.

Kliniczne warianty w ujęciu terapeutycznym:

- Napięciowe bóle głowy
- Zaburzenia snu
- Zaburzenia pracy mm. Oddechowych
- Zespół górnego otworu klatki piersiowej TOS
- Bolesny bark – zapalenie stożka rotatorów
- Dysfunkcje stawu skroniowo – żuchwowego TMJ
- Łokieć tenisisty – golfisty
- Zespół cieśni nadgarstka

Mięśnie oddechowe – obręcz barkowa.

Techniki: TP, MPR, PRT, PIR

- Czworoboczny – trapezowy
- MOS – praca z nerwem dodatkowym
- Pochyłe
- Piersiowy większy
- Piersiowy mniejszy
- Podobojczykowy – 1 żebro
- Przepona
- Zębaty przedni

Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .

Dzień 2. Zajęcia praktyczne:

godziny: 9:00-17:00

Terapia w obszarze odcinka szyjnego C – czaszka, obręcz barkowa – kończyna górna.

Kliniczne warianty w ujęciu terapeutycznym:

- Napięciowe bóle głowy
- Zaburzenia snu
- Zaburzenia pracy mm. Oddechowych
- Zespół górnego otworu klatki piersiowej TOS
- Bolesny bark – zapalenie stożka rotatorów
- Dysfunkcje stawu skroniowo – żuchwowego TMJ
- Łokieć tenisisty – golfisty
- Zespół cieśni nadgarstka

Techniki: TP, MPR, PRT, PIR

- Żwacz – praca od strony jamy ustnej TMJ
- Skroniowy – relaksacja

- MOS – n. dodatkowy, n. błędny
- Rotatory zew. i wew. staw ramienny
- Dwugłowy i trójgłowy ramienia
- Prostowniki i zginacze nadgarstka i palców

Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury.

DZIEŃ 3. Zajęcia praktyczne:

godziny: 9:00-17:00

Terapia w obszarze odcinka L-S (opracowanie dolnego kwadrantu, kończyna dolna)

Kliniczne warianty w ujęciu terapeutycznym:

- Zespół pasma biodrowo – piszczelowego ITBS
- Rwa kulszowa – ischialgia
- Shin splints – zespół bolesnego podudzia
- Plantar fasciitis - Ból podeszwy stopy

Techniki: TPMPR, PRT, PIR

- Biodrowo – lędźwiowy
- Więzadło pachwinowe
- Pośladkowy wielki
- Pośladkowy średni
- Gruszkowaty
- Naprężacz powięzi szerokiej
- Krawiecki
- Prosty uda, obszerny boczny, przyśrodkowy
- Dwugłowy uda
- Piszczelowy przedni – troczki

Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .

Dzień 4. Zajęcia praktyczne:

godziny: 9:00-13:00

Terapia w obszarze kończyny dolnej podudzie oraz stopa.

Kliniczne warianty w ujęciu terapeutycznym:

- Zespół pasma biodrowo – piszczelowego ITBS
- Rwa kulszowa – ischialgia
- Shin splints – zespół bolesnego podudzia
- Plantar fasciitis - Ból podeszwy stopy

Techniki: TP, MPR, PRT, PIR

- Brzuchaty łydki
- Płaszczkowaty
- Strzałkowy długi i krótki
- Rozciągnio stopy - łuk boczny

Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .

WALIDACJA

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 46

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 46 Punkty spustowe – definicja, fizjologia i klasyfikacja.	Paweł Szeklicki	15-05-2025	11:00	11:15	00:15
2 z 46 Podstawy zaburzeń bólowych struktura mięśniowo – powięziowa.	Paweł Szeklicki	15-05-2025	11:15	11:30	00:15
3 z 46 Czynniki sprzyjające powstawaniu punktów spustowych.	Paweł Szeklicki	15-05-2025	11:30	11:40	00:10
4 z 46 Zaburzenia postawy – punkty spustowe. Przeciwwskazania do terapii.	Paweł Szeklicki	15-05-2025	11:40	11:50	00:10
5 z 46 Sposoby lokalizacji i palpacji punktów spustowych – uważność i kryteria jako istotne narzędzie badawcze.	Paweł Szeklicki	15-05-2025	11:50	12:00	00:10
6 z 46 Metody i skuteczne techniki terapeutyczne wspomagające prace na punktach spustowych MPR, PRT, PIR	Paweł Szeklicki	15-05-2025	12:00	12:15	00:15
7 z 46 Przerwa	Paweł Szeklicki	15-05-2025	12:15	12:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 46 Mięśnie oddechowe – obręcz barkowa. Techniki: TP, MPR, PRT, PIR. Czworoboczny – trapezowy	Paweł Szeklicki	15-05-2025	12:30	13:00	00:30
9 z 46 MOS – praca z nerwem dodatkowym.	Paweł Szeklicki	15-05-2025	13:00	13:30	00:30
10 z 46 Pochyłe	Paweł Szeklicki	15-05-2025	13:30	14:00	00:30
11 z 46 Piersiowy większy .	Paweł Szeklicki	15-05-2025	14:00	14:30	00:30
12 z 46 Piersiowy mniejszy.	Paweł Szeklicki	15-05-2025	14:30	15:00	00:30
13 z 46 Przerwa	Paweł Szeklicki	15-05-2025	15:00	15:40	00:40
14 z 46 Podobojczykowy – 1 żebro	Paweł Szeklicki	15-05-2025	15:40	16:00	00:20
15 z 46 Przepona	Paweł Szeklicki	15-05-2025	16:00	16:30	00:30
16 z 46 Zębaty przedni	Paweł Szeklicki	15-05-2025	16:30	17:00	00:30
17 z 46 Żwacz – praca od strony jamy ustnej TMJ.	Paweł Szeklicki	16-05-2025	09:00	09:40	00:40
18 z 46 Skroniowy – relaksacja	Paweł Szeklicki	16-05-2025	09:40	10:20	00:40
19 z 46 MOS – n. dodatkowy, n. błędny .	Paweł Szeklicki	16-05-2025	10:20	11:00	00:40
20 z 46 Przerwa	Paweł Szeklicki	16-05-2025	11:00	11:15	00:15
21 z 46 Rotatory zew. I wew. staw ramienny.	Paweł Szeklicki	16-05-2025	11:15	13:15	02:00
22 z 46 Przerwa	Paweł Szeklicki	16-05-2025	13:15	14:00	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
23 z 46 Dwugłowy i trójgłowy ramienia.	Paweł Szeklicki	16-05-2025	14:00	15:10	01:10
24 z 46 Prostowniki i zginacze nadgarstka i palców .	Paweł Szeklicki	16-05-2025	15:10	15:45	00:35
25 z 46 Przerwa	Paweł Szeklicki	16-05-2025	15:45	16:00	00:15
26 z 46 Prostowniki i zginacze nadgarstka i palców.	Paweł Szeklicki	16-05-2025	16:00	17:00	01:00
27 z 46 Techniki: TP,MPR, PRT, PIR. Biodrowo – lędźwiowy	Paweł Szeklicki	17-05-2025	09:00	09:40	00:40
28 z 46 Więzadło pachwinowe	Paweł Szeklicki	17-05-2025	09:40	10:00	00:20
29 z 46 Pośladowy wielki	Paweł Szeklicki	17-05-2025	10:00	10:30	00:30
30 z 46 Pośladowy średni	Paweł Szeklicki	17-05-2025	10:30	11:00	00:30
31 z 46 Przerwa	Paweł Szeklicki	17-05-2025	11:00	11:15	00:15
32 z 46 Gruszkowaty	Paweł Szeklicki	17-05-2025	11:15	12:00	00:45
33 z 46 Naprężacz powięzi szerokiej	Paweł Szeklicki	17-05-2025	12:00	12:40	00:40
34 z 46 Krawiecki	Paweł Szeklicki	17-05-2025	12:40	13:00	00:20
35 z 46 Przerwa	Paweł Szeklicki	17-05-2025	13:00	14:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
36 z 46 Prosty uda, obszerny boczny, przyśrodkowy	Paweł Szeklicki	17-05-2025	14:00	15:45	01:45
37 z 46 Przerwa	Paweł Szeklicki	17-05-2025	15:45	16:00	00:15
38 z 46 Dwugłowy uda.	Paweł Szeklicki	17-05-2025	16:00	16:30	00:30
39 z 46 Piszczelowy przedni. Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .	Paweł Szeklicki	17-05-2025	16:30	17:00	00:30
40 z 46 Brzuchaty tydki	Paweł Szeklicki	18-05-2025	09:00	09:45	00:45
41 z 46 Płaszczkowaty	Paweł Szeklicki	18-05-2025	09:45	10:30	00:45
42 z 46 Przerwa	Paweł Szeklicki	18-05-2025	10:30	11:00	00:30
43 z 46 Strzałkowy długi i krótki	Paweł Szeklicki	18-05-2025	11:00	11:45	00:45
44 z 46 Rozciągnio stopy - łuk boczny	Paweł Szeklicki	18-05-2025	11:45	12:15	00:30
45 z 46 Powtórzenie wybranych zagadnień - dodatkowe pytania	Paweł Szeklicki	18-05-2025	12:15	12:35	00:20
46 z 46 Walidacja	-	18-05-2025	12:35	13:00	00:25

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 700,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 700,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	65,38 PLN
Koszt osobogodziny netto	65,38 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Paweł Szeklicki

Dyplomowany Terapeuta Integracji Strukturalnej (EGSI – Guild for Structural Integration in the tradition of Ida Rolf Ph.D), absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu. Specjalizuje się w terapii powięziowej oraz technikach mięśniowo-powięziowych, co czyni go ekspertem w zakresie pracy z punktami spustowymi i dysfunkcjami tkanek miękkich.

Jego wiedza i umiejętności są poparte licznymi szkoleniami, m.in. z metody Fascial Manipulation L. Stecco (Level I i II) oraz terapii wisceralnej (Szkoła Terapii Wisceralnej i Integratywnych Manualnych Metod Leczenia – Florinda Czeija). Jest założycielem Pomorskiego Centrum Integracji Strukturalnej w Gdańsku, gdzie prowadzi praktykę opartą na holistycznym podejściu do terapii.

W ramach szkolenia Terapia mięśniowo-powięziowych punktów spustowych i mięśniowo-powięziowe rozluźnianie (MPR) Paweł Szeklicki przekazuje uczestnikom nie tylko techniczne aspekty pracy z punktami spustowymi, ale również kliniczne podejście do diagnostyki i terapii zaburzeń mięśniowo-powięziowych. Dzięki swojemu wieloletniemu doświadczeniu oraz interdyscyplinarnej wiedzy, uczy skutecznych metod terapeutycznych, które pozwalają na kompleksowe podejście do pacjentów bólowych. Jego podejście do terapii opiera się na precyzyjnej palpacji, analizie klinicznej oraz wykorzystaniu technik wspomagających, takich jak: MPR, PRT, PIR. Instruktor zwraca szczególną uwagę na skuteczną pracę z powięzią powierzchowną, co stanowi wyróżniający aspekt szkolenia.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymują papierowy skrypt szkoleniowy.

Warunki uczestnictwa

- Przed zapisem na kurs prosimy o kontakt z organizatorem w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.
- W celu dokonania zgłoszenia na kurs należy wysłać maila na adres szkolenia@szkoleniaurzaj.pl lub zadzwonić pod numer +48 663 041 233
- Po potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.

Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest w języku polskim.
- Zgodnie z art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a ustawy o VAT, kurs jest zwolniony z tego podatku.
- Przed zapisaniem się prosimy o wcześniejszy kontakt mailowy: szkolenia@szkoleniauryzaj.pl.

Adres

ul. Konwiktorska 9
00-216 Warszawa
woj. mazowieckie

Sala w budynku Polskiego Związku Niewidomych

Kontakt



MARTA MICHALAK

E-mail szkolenia@szkoleniauryzaj.pl

Telefon (+48) 663 041 233