



CENTRUM  
ZDROWIA GARBARY  
64 SPÓŁKA Z  
OGRA NICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚĆ  
CIA



## Szkolenie: Terapia manualna w ujęciu klinicznym i funkcjonalnym

Numer usługi 2025/04/11/178006/2684623

📍 Poznań / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 92 h

📅 23.05.2025 do 19.10.2025

6 000,00 PLN brutto

6 000,00 PLN netto

65,22 PLN brutto/h

65,22 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kategoria                       | Zdrowie i medycyna / Medycyna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| Sposób dofinansowania           | wsparcie dla osób indywidualnych<br>wsparcie dla pracodawców i ich pracowników                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Grupa docelowa usługi           | Szkolenie skierowane jest dla: <ul style="list-style-type: none"><li>fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy,</li><li>studentów powyższych kierunków,</li><li>uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego,</li><li>Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia, lub zaświadczenia jeśli kursant jest w trakcie nauki.</li></ul> |
| Minimalna liczba uczestników    | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Maksymalna liczba uczestników   | 24                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Data zakończenia rekrutacji     | 21-05-2025                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Forma prowadzenia usługi        | stacjonarna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Liczba godzin usługi            | 92                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 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 do kompleksowego prowadzenia pacjenta – od diagnozy, przez terapię manualną, po trening funkcjonalny i edukację zdrowotną. Uczestnik nabywa wiedzę i umiejętności w zakresie diagnostyki różnicowej, pracy z różnymi układami ciała oraz planowania indywidualnej terapii i ćwiczeń utrwalających efekty leczenia.

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

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                                              | Metoda walidacji                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| <p><b>WIEDZA</b><br/>Rozróżnia objawy bólowe pochodzące z układu mięśniowego, nerwowego, naczyniowego, trzewnego oraz kranialnego.</p> <p>Definiuje techniki mobilizacji, energii mięśniowej oraz metody pracy z układem kranialnym i wisceralnym.</p>                                                                        | <p>Uczestnik przedstawia pisemnie różnice w objawach bólowych pochodzących z różnych układów ciała.</p> <p>Prezentacja na zajęciach w formie opisowej definicji i zastosowania tych technik w kontekście terapii manualnej.</p>                   | <p>Test teoretyczny</p>                    |
| <p><b>UMIEJĘTNOŚCI</b><br/>Obsługuje techniki mobilizacji, energii mięśniowej oraz pracy z bliznami w kontekście terapii manualnej.</p> <p>Planuje ćwiczenia terapeutyczne dla pacjentów, mające na celu utrwalenie efektów terapii manualnej.</p>                                                                            | <p>Wykonanie techniki mobilizacji lub energii mięśniowej na partnerze, z poprawnym wykonaniem</p> <p>Uczestnik opracowuje plan ćwiczeń dla pacjenta na podstawie przeprowadzonej diagnozy i terapii manualnej.</p>                                | <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p> |
| <p><b>KOMPETENCJE SPOŁECZNE</b><br/>Edukacja pacjenta w zakresie samodzielnej terapii, aby kontynuował proces leczenia po zakończeniu terapii gabinetowej.</p> <p>Organizuje proces diagnostyczny i terapeutyczny, uwzględniając współpracę z pacjentem oraz odpowiednie wskazania i przeciwwskazania do pracy manualnej.</p> | <p>Uczestnik prezentuje plan edukacji pacjenta, który uwzględnia samodzielne ćwiczenia i dbałość o zdrowie po zakończeniu terapii.</p> <p>Uczestnik przygotowuje raport z procesu diagnostycznego i terapeutycznego dla konkretnego pacjenta.</p> | <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p> |

# 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 od walidacji. Jedna osoba prowadzi szkolenie, druga podpowiada za proces walidacji.

# Program

## Program

### Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Do dyspozycji prowadzącego będzie flipchart. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły, maty i sprzęt do ćwiczeń.

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.

Na ostatnim module kursanci mogą się przenieść na matę i korzystać ze sprzętu sportowego.

Czas trwania: 92 godziny zegarowe (w zakres godzinowy kursu są wliczane przerwy i walidacja)

### Godziny kursu :

#### **Moduł 1: termin 23-25 maja 2025**

- piątek (23.05) - 9-17
- sobota (24.05) - 9-17
- niedziela (25.05) - 8-16

#### **Moduł 2: termin 6-8 czerwca 2025**

- piątek (06.06) - 10-18
- sobota (07.06) - 10-18
- niedziela (08.06) - 9-16

#### **Moduł 3: termin 27-29 czerwca 2025**

- piątek (27.06) - 10-18
- sobota (28.06) - 10-18
- niedziela (29.06) - 9-16

#### **Moduł 4: termin 12-14 września 2025**

- piątek (12.09) - 10-18
- sobota (13.09) - 10-17:30
- niedziela (14.09) - 9-15:30

#### **Moduł 5: termin 17-19 października 2025**

- piątek (17.10) - 10-18
- sobota (18.10) - 9-18
- niedziela (19.10) - 9-16

## Zakres tematyczny

*Teoria + Praktyka - każde zagadnienie, każda praktyka jest poprzedzana krótką teorią*

**Szkolenie Terapia manualna w ujęciu klinicznym i funkcjonalnym składa się z pięciu modułów, które krok po kroku prowadzą Cię przez proces terapeutyczny, od diagnozy po utrwalenie efektów terapii. Każdy moduł dostarcza Ci konkretnych, praktycznych narzędzi, które pozwolą Ci skutecznie zarządzać zdrowiem pacjentów.**

### **Moduł 1. Diagnostyka.**

Naucz się precyzyjnie diagnozować problemy pacjentów, decydując, czy wymaga on Twojej interwencji, czy może potrzebuje specjalisty z innej dziedziny. Dzięki temu zyskasz pewność, że Twoje działania są zawsze trafne i skuteczne.

### **Moduły 2-4. Klinika. Terapia manualna.**

Otrzymasz dostęp do różnorodnych technik pracy z układami mięśniowo-powięziowym, nerwowym, naczyniowym, stomatognatycznym, trzewnym oraz czaszką. Te moduły zapewnią Ci wszechstronność i elastyczność w podejściu do każdego pacjenta, co przełoży się na lepsze efekty terapii.

### **Moduł 5. Funkcja i Trening Medyczny.**

Kontynuacja pracy klinicznej lub praca równoległa, która pozwoli na utrwalenie efektów terapii oraz nauczanie pacjenta, jak samodzielnie kontynuować ćwiczenia. Twój pacjent zyska nie tylko ulgę, ale i długotrwałą poprawę zdrowia.

### **Edukacja Pacjenta.**

Edukacja jest kluczowym elementem każdego modułu. Dzięki temu Twój pacjent nauczy się samodzielnie zarządzać swoim zdrowiem, co sprawi, że stanie się bardziej niezależny od terapii i terapeuty. To z kolei zwiększy ich zaufanie do Ciebie i Twojej pracy.

WALIDACJA

## **Harmonogram**

Liczba przedmiotów/zajęć: 90

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                   | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 90</div> Wprowadzenie do terapii manualnej. Założenia i filozofia, omawiane koncepty terapeutyczne. Diagnostyka.                 | Rafał Uryzaj | 06-06-2025            | 10:00               | 11:00               | 01:00         |
| <div>2 z 90</div> Kończyna dolna. Anatomia stopy, implikacje kliniczne. Terapia i techniki terapeutyczne w obrębie stawów stopy           | Rafał Uryzaj | 06-06-2025            | 11:00               | 12:00               | 01:00         |
| <div>3 z 90</div> Przerwa                                                                                                                 | Rafał Uryzaj | 06-06-2025            | 12:00               | 12:15               | 00:15         |
| <div>4 z 90</div> Staw skokowy. Techniki terapeutyczne                                                                                    | Rafał Uryzaj | 06-06-2025            | 12:15               | 13:30               | 01:15         |
| <div>5 z 90</div> Staw kolanowy. Anatomia stawu. Kolanowe go, implikacje kliniczne. Techniki terapeutyczne dla strzałkowej i piszczelowej | Rafał Uryzaj | 06-06-2025            | 13:30               | 14:00               | 00:30         |
| <div>6 z 90</div> Przerwa                                                                                                                 | Rafał Uryzaj | 06-06-2025            | 14:00               | 14:45               | 00:45         |
| <div>7 z 90</div> Techniki terapeutyczne dla stawu strzałkowo-piszczelowego, rzepki.                                                      | Rafał Uryzaj | 06-06-2025            | 14:45               | 16:00               | 01:15         |
| <div>8 z 90</div> Techniki terapeutyczne dla stawu kolanowego oraz GOT kończyny dolnej.                                                   | Rafał Uryzaj | 06-06-2025            | 16:00               | 16:45               | 00:45         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                      | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 9 z 90 Staw biodrowy. Anatomia, implikacje kliniczne. Techniki terapeutyczne,                                | Rafał Uryzaj | 06-06-2025            | 16:45               | 18:00               | 01:15         |
| 10 z 90 Miednica. Anatomia, implikacje kliniczne. Techniki diagnostyczne i terapeutyczne.                    | Rafał Uryzaj | 07-06-2025            | 10:00               | 12:00               | 02:00         |
| 11 z 90 Przerwa                                                                                              | Rafał Uryzaj | 07-06-2025            | 12:00               | 12:15               | 00:15         |
| 12 z 90 Spojenie łonowe. Badanie i terapia. Badanie kości krzyżowej.                                         | Rafał Uryzaj | 07-06-2025            | 12:15               | 14:00               | 01:45         |
| 13 z 90 Przerwa                                                                                              | Rafał Uryzaj | 07-06-2025            | 14:00               | 14:45               | 00:45         |
| 14 z 90 Kość krzyżowa. Techniki energii mięśniowej. Przepona miednicza i błona zasłonowa. Badanie i terapia. | Rafał Uryzaj | 07-06-2025            | 14:45               | 16:30               | 01:45         |
| 15 z 90 Kręgosłup lędźwiowy. Anatomia i implikacje kliniczne. Badanie kręgosłupa w leżeniu na brzuchu.       | Rafał Uryzaj | 07-06-2025            | 16:30               | 18:00               | 01:30         |
| 16 z 90 Badanie kręgosłupa lędźwiowego w pozostałych pozycjach. Terapia odcinka lędźwiowego.                 | Rafał Uryzaj | 08-06-2025            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                 | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 17 z 90 Przerwa                                                                         | Rafał Uryzaj | 08-06-2025            | 11:00               | 11:15               | 00:15         |
| 18 z 90 Techniki manipulacji kręgosłupa. Techniki dla kobiet ciężarnych.                | Rafał Uryzaj | 08-06-2025            | 11:15               | 13:00               | 01:45         |
| 19 z 90 Przerwa                                                                         | Rafał Uryzaj | 08-06-2025            | 13:00               | 13:45               | 00:45         |
| 20 z 90 Omówienie postępowania w stanach ostrych odcinka lędźwiowego. Terapia.          | Rafał Uryzaj | 08-06-2025            | 13:45               | 15:00               | 01:15         |
| 21 z 90 Studium przypadku. Praca w grupach. Podsumowanie.                               | Rafał Uryzaj | 08-06-2025            | 15:00               | 16:00               | 01:00         |
| 22 z 90 Jama brzuszna. Anatomia, implikacje kliniczne. Badanie.                         | Rafał Uryzaj | 27-06-2025            | 10:00               | 12:00               | 02:00         |
| 23 z 90 Przerwa                                                                         | Rafał Uryzaj | 27-06-2025            | 12:00               | 12:15               | 00:15         |
| 24 z 90 Przepona. Anatomia, implikacje kliniczne. Diagnostyka dysfunkcji 1 i 2 stopnia. | Rafał Uryzaj | 27-06-2025            | 12:15               | 13:30               | 01:15         |
| 25 z 90 Przepona techniki terapeutyczne dla dysfunkcji 1 i 2 stopnia.                   | Rafał Uryzaj | 27-06-2025            | 13:30               | 14:00               | 00:30         |
| 26 z 90 Przerwa                                                                         | Rafał Uryzaj | 27-06-2025            | 14:00               | 14:45               | 00:45         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                    | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 27 z 90<br>Przepona. Techniki terapeutyczne i autoterapia                                                                  | Rafał Uryzaj | 27-06-2025            | 14:45               | 15:30               | 00:45         |
| 28 z 90 Układ moczowo-płciowy. Anatomia, implikacje kliniczne. Terapia                                                     | Rafał Uryzaj | 27-06-2025            | 15:30               | 16:30               | 01:00         |
| 29 z 90 Układ pokarmowy. Anatomia, implikacje kliniczne. Terapia                                                           | Rafał Uryzaj | 27-06-2025            | 16:30               | 18:00               | 01:30         |
| 30 z 90 Klatka piersiowa. Anatomia, implikacje kliniczne. Badanie odcinka piersiowego kręgosłupa.                          | Rafał Uryzaj | 28-06-2025            | 10:00               | 12:00               | 02:00         |
| 31 z 90 Przerwa                                                                                                            | Rafał Uryzaj | 28-06-2025            | 12:00               | 12:15               | 00:15         |
| 32 z 90 Techniki terapeutyczne dla odcinka piersiowego                                                                     | Rafał Uryzaj | 28-06-2025            | 12:15               | 14:00               | 01:45         |
| 33 z 90 Przerwa                                                                                                            | Rafał Uryzaj | 28-06-2025            | 14:00               | 14:45               | 00:45         |
| 34 z 90 Badanie i terapia żeber.                                                                                           | Rafał Uryzaj | 28-06-2025            | 14:45               | 16:00               | 01:15         |
| 35 z 90 Rozluźnianie klatki piersiowej, ogólne techniki terapeutyczne dla żeber, punkty Jonesa. Manipulacja k. piersiowego | Rafał Uryzaj | 28-06-2025            | 16:00               | 18:00               | 02:00         |



| Przedmiot / temat zajęć                                                                                   | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>36 z 90</b> Kąty żylne w relacji z układem limfatycznym. terapia                                       | Rafał Uryzaj | 29-06-2025            | 09:00               | 10:00               | 01:00         |
| <b>37 z 90</b> Mostek. Badanie.                                                                           | Rafał Uryzaj | 29-06-2025            | 10:00               | 11:00               | 01:00         |
| <b>38 z 90</b> Przerwa                                                                                    | Rafał Uryzaj | 29-06-2025            | 11:00               | 11:15               | 00:15         |
| <b>39 z 90</b> Mostek. Techniki terapeutyczne.                                                            | Rafał Uryzaj | 29-06-2025            | 11:15               | 13:00               | 01:45         |
| <b>40 z 90</b> Przerwa                                                                                    | Rafał Uryzaj | 29-06-2025            | 13:00               | 13:45               | 00:45         |
| <b>41 z 90</b> Ostre epizody odcinka piersiowego. Postępowanie terapeutyczne.                             | Rafał Uryzaj | 29-06-2025            | 13:45               | 14:30               | 00:45         |
| <b>42 z 90</b> Odcinek szyjny kręgosłupa. Anatomia, implikacje kliniczne. Badanie i terapia. Stany ostre. | Rafał Uryzaj | 29-06-2025            | 14:30               | 15:30               | 01:00         |
| <b>43 z 90</b> Studium przypadku. Podsumowanie.                                                           | Rafał Uryzaj | 29-06-2025            | 15:30               | 16:00               | 00:30         |
| <b>44 z 90</b> Anatomia i znaczenie nerwów czaszkowych. Badanie nerwów dla celów klinicznych.             | Rafał Uryzaj | 12-09-2025            | 10:00               | 12:00               | 02:00         |
| <b>45 z 90</b> Przerwa                                                                                    | Rafał Uryzaj | 12-09-2025            | 12:00               | 12:15               | 00:15         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                      | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>46 z 90</b> Staw skroniowo-żuchwowy. Wprowadzenie, anatomia, implikacje kliniczne. Badanie stawu.                         | Rafał Uryzaj | 12-09-2025            | 12:15               | 14:00               | 01:45         |
| <b>47 z 90</b> Przerwa                                                                                                       | Rafał Uryzaj | 12-09-2025            | 14:00               | 14:45               | 00:45         |
| <b>48 z 90</b> Techniki terapeutyczne dla mięśni nad- i podgnykowych                                                         | Rafał Uryzaj | 12-09-2025            | 14:45               | 15:45               | 01:00         |
| <b>49 z 90</b> Techniki terapeutyczne dla żuchwy, dna jamy ustnej, języka.                                                   | Rafał Uryzaj | 12-09-2025            | 15:45               | 16:45               | 01:00         |
| <b>50 z 90</b> Techniki terapeutyczne dla mięśni żucia. Techniki intraoralne.                                                | Rafał Uryzaj | 12-09-2025            | 16:45               | 18:00               | 01:15         |
| <b>51 z 90</b> Kompleks barkowy. Anatomia, implikacje kliniczne. Ciasnoty kompleksu barkowego. Diagnostyka.                  | Rafał Uryzaj | 13-09-2025            | 10:00               | 12:00               | 02:00         |
| <b>52 z 90</b> Przerwa                                                                                                       | Rafał Uryzaj | 13-09-2025            | 12:00               | 12:15               | 00:15         |
| <b>53 z 90</b> Techniki uwalniania górnego kwadrantu ciała przez kończynę górną. Techniki mobilizacji głowy kości ramiennej. | Rafał Uryzaj | 13-09-2025            | 12:15               | 14:00               | 01:45         |
| <b>54 z 90</b> Przerwa                                                                                                       | Rafał Uryzaj | 13-09-2025            | 14:00               | 14:15               | 00:15         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                        | Prowadzący   | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 55 z 90 Staw mostkowo-obojczykowy i obojczykowo-barkowy. Badanie i terapia     | Rafał Uryzaj | 13-09-2025            | 14:15               | 16:00               | 01:45         |
| 56 z 90 Praca z łopatką i jej relacja z kompleksem barkowym.                   | Rafał Uryzaj | 13-09-2025            | 16:00               | 16:30               | 00:30         |
| 57 z 90 Staw łokciowy. Anatomia, implikacje kliniczne. Techniki terapeutyczne, | Rafał Uryzaj | 13-09-2025            | 16:30               | 17:30               | 01:00         |
| 58 z 90 Nadgarstek. anatomia, implikacje kliniczne. Terapia.                   | Rafał Uryzaj | 14-09-2025            | 09:00               | 10:00               | 01:00         |
| 59 z 90 Nerw błędny i badanie HRV.                                             | Rafał Uryzaj | 14-09-2025            | 10:00               | 11:00               | 01:00         |
| 60 z 90 Przerwa                                                                | Rafał Uryzaj | 14-09-2025            | 11:00               | 11:15               | 00:15         |
| 61 z 90 Bóle głowy. Rodzaje bólów głowy. Postępowanie terapeutyczne.           | Rafał Uryzaj | 14-09-2025            | 11:15               | 12:30               | 01:15         |
| 62 z 90 Przepony funkcjonalne. Techniki terapeutyczne.                         | Rafał Uryzaj | 14-09-2025            | 12:30               | 13:00               | 00:30         |
| 63 z 90 Przerwa                                                                | Rafał Uryzaj | 14-09-2025            | 13:00               | 13:45               | 00:45         |
| 64 z 90 Blizny. Założenia terapii. Techniki terapeutyczne.                     | Rafał Uryzaj | 14-09-2025            | 13:45               | 14:45               | 01:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                             | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>65 z 90</b> Studium przypadku. Podsumowanie.                                                                     | Rafał Uryzaj    | 14-09-2025            | 14:45               | 15:30               | 00:45         |
| <b>66 z 90</b> Wprowadzenie do treningu medycznego i omówienie założeń prawidłowego funkcjonowania ciała ludzkiego. | Marcin Wałowski | 17-10-2025            | 10:00               | 11:15               | 01:15         |
| <b>67 z 90</b> Przerwa                                                                                              | Marcin Wałowski | 17-10-2025            | 11:15               | 11:30               | 00:15         |
| <b>68 z 90</b> Kręgosłup- wyjaśnienie prawidłowej post. ciała oraz towarzyszących dysfunkcji kręgosłupa. Ćwiczenia  | Marcin Wałowski | 17-10-2025            | 11:30               | 13:00               | 01:30         |
| <b>69 z 90</b> Przerwa obiadowa                                                                                     | Marcin Wałowski | 17-10-2025            | 13:00               | 13:45               | 00:45         |
| <b>70 z 90</b> Lokalna praca z poszczególnymi odc kręgosłupa - Szyjny. Ćwiczenia                                    | Marcin Wałowski | 17-10-2025            | 13:45               | 15:45               | 02:00         |
| <b>71 z 90</b> Przerwa                                                                                              | Marcin Wałowski | 17-10-2025            | 15:45               | 16:00               | 00:15         |
| <b>72 z 90</b> Lokalna praca z poszczególnymi odc kręgosłupa - Piersiowy. Ćwiczenia                                 | Marcin Wałowski | 17-10-2025            | 16:00               | 18:00               | 02:00         |
| <b>73 z 90</b> Lokalna praca z poszczególnymi odc kręgosłupa - Lędźwiowy. Ćwiczenia                                 | Marcin Wałowski | 18-10-2025            | 09:00               | 10:45               | 01:45         |
| <b>74 z 90</b> Przerwa                                                                                              | Marcin Wałowski | 18-10-2025            | 10:45               | 11:00               | 00:15         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                    | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>75 z 90</b> Poprawa mobilności żeber i omówienie zdrowego oddychania.                                   | Marcin Wałowski | 18-10-2025            | 11:00               | 11:30               | 00:30         |
| <b>76 z 90</b> Kończyna dolna - omówienie kluczowych założeń związanych ze stabilnością i mobilnością nóg. | Marcin Wałowski | 18-10-2025            | 11:30               | 12:00               | 00:30         |
| <b>77 z 90</b> Przerwa                                                                                     | Marcin Wałowski | 18-10-2025            | 12:00               | 12:15               | 00:15         |
| <b>78 z 90</b> Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw skokowy. Ćwiczenia            | Marcin Wałowski | 18-10-2025            | 12:15               | 13:45               | 01:30         |
| <b>79 z 90</b> Przerwa obiadowa                                                                            | Marcin Wałowski | 18-10-2025            | 13:45               | 14:30               | 00:45         |
| <b>80 z 90</b> Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw kolanowy. Ćwiczenia           | Marcin Wałowski | 18-10-2025            | 14:30               | 16:15               | 01:45         |
| <b>81 z 90</b> Przerwa                                                                                     | Marcin Wałowski | 18-10-2025            | 16:15               | 16:30               | 00:15         |
| <b>82 z 90</b> Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw biodrowy. Ćwiczenia           | Marcin Wałowski | 18-10-2025            | 16:30               | 18:00               | 01:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                  | Prowadzący      | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 83 z 90 Kończyna górna - wyjaśnienie budowy i funkcji ręki oraz towarzyszących jej najczęstszych dysfunkcji i problemów. | Marcin Wałowski | 19-10-2025            | 09:00               | 10:00               | 01:00         |
| 84 z 90 Omówienie podstawowych założeń biomechanicznych jak budować siłę oraz stabilność w kończynie górnej.             | Marcin Wałowski | 19-10-2025            | 10:00               | 10:30               | 00:30         |
| 85 z 90 Przerwa                                                                                                          | Marcin Wałowski | 19-10-2025            | 10:30               | 10:45               | 00:15         |
| 86 z 90 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw ramienny. Ćwiczenia                                | Marcin Wałowski | 19-10-2025            | 10:45               | 12:15               | 01:30         |
| 87 z 90 Przerwa                                                                                                          | Marcin Wałowski | 19-10-2025            | 12:15               | 12:30               | 00:15         |
| 88 z 90 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw łokciowy. Ćwiczenia                                | Marcin Wałowski | 19-10-2025            | 12:30               | 13:00               | 00:30         |
| 89 z 90 Przerwa obiadowa                                                                                                 | Marcin Wałowski | 19-10-2025            | 13:00               | 14:30               | 01:30         |
| 90 z 90 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw nadgarstkowy. Ćwiczenia                            | Marcin Wałowski | 19-10-2025            | 14:30               | 16:00               | 01:30         |

# Cennik

## Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 6 000,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 6 000,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 65,22 PLN    |
| Koszt osobogodziny netto                  | 65,22 PLN    |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

### Marcin Wałowski

Fizjoterapeuta z ponad 13-letnim doświadczeniem, absolwent AWF w Poznaniu. Specjalizuje się w terapii tkanek miękkich, korekcji wad postawy i redukcji bólu. Łączy fizjoterapię ze zdrowym stylem życia, wykorzystując wiedzę z zakresu treningu medycznego i żywienia. Doświadczenie zdobywał zarówno w gabinecie, jak i w SPA & Wellness, co pozwoliło mu lepiej zrozumieć potrzeby ciała i mechanizmy problemów psychosomatycznych.

Dzięki empatii i cierpliwości buduje zaufanie pacjentów, co sprzyja skutecznej rehabilitacji. Prowadzi praktykę w Poznaniu i Warszawie, stale podnosząc swoje kwalifikacje – jest w trakcie studiów na Akademii Osteopatii i ukończył liczne szkolenia z terapii manualnej, masażu oraz treningu funkcjonalnego.

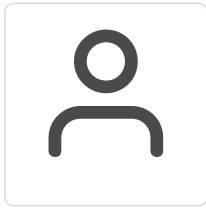
Dzięki swojej wiedzy, licznym ukończonym kursom oraz doświadczeniu klinicznemu i dydaktycznemu od ponad 5 lat zajmuje się walidacją szkoleń w Centrum Szkoleniowym Rafał Uryzaj. Wierzy, że „nie ma rzeczy niemożliwych, są jedynie wymagające więcej czasu”, a jego optymizm i energia inspirują klientów do systematycznej pracy nad sobą.



2 z 3

### Rafał Uryzaj

Fizjoterapeuta i dyplomowany osteopata z ponad 15-letnim doświadczeniem. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu na kierunku fizjoterapia. Założyciel i dyrektor Centrum Szkoleniowego Rafała Uryzaja oraz Roczego Studium Terapii Tkanek Miękkich. Autor badań naukowych, publikacji oraz bestsellerowej książki „Anatomia Masażu Tkanek Głębokich”. Członek Krajowej Izby Fizjoterapii (KIF) i Klubu „Ludzie Masażu”. Wydawca i autor książki Anatomia Masażu Tkanek Głębokich. Jego głównym nurtem zainteresowań jest osteopatia, praca strukturalna i integracja ciała w celu jego balansowania i harmonizacji. Mówi o sobie, że jako osoba stale żądna wiedzy, oprócz jej przekazywania od 2008 roku, nieustannie podnosi swoje kwalifikacje, by być lepszym terapeutą, nauczycielem i człowiekiem.



3 z 3

## Łukasz Skibiński

Łukasz jest doświadczonym fizjoterapeutą i dyplomowanym osteopatą, który od 2013 roku z pasją i zaangażowaniem pomaga pacjentom w odzyskaniu zdrowia i sprawności. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach oraz Akademii Osteopatii w Krakowie, Łukasz nieustannie poszerza swoją wiedzę, uczestnicząc w licznych kursach i szkoleniach z zakresu osteopatii, fizjoterapii, dietetyki, treningu personalnego oraz terapii manualnej. W swojej pracy łączy tradycyjne metody terapeutyczne z nowoczesnymi podejściami, dzięki czemu jest w stanie zaoferować pacjentom kompleksową pomoc.

Jako instruktor szkoleń, Łukasz prowadzi kursy „MTG” oraz „Diagnostyka różnicowa z wnioskowaniem klinicznym”, dzieląc się swoją szeroką wiedzą z innymi specjalistami. Dzięki zdobytym doświadczeniom oraz licznym szkoleniom, jest w stanie skutecznie diagnozować i prowadzić terapię pacjentów w oparciu o indywidualne potrzeby. Łukasz specjalizuje się w pracy z układem mięśniowo-powięziowym, nerwowym, trzewnym oraz w diagnostyce i terapii bólów kręgosłupa, stawów, a także w rehabilitacji po urazach. Dbą o to, by pacjenci nie tylko odzyskali sprawność, ale również nauczyli się, jak dbać o swoje zdrowie na co dzień.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje:

- na każdym module osobny skrypt szkoleniowy
- materiały zdjęciowe i video po każdym module

### Warunki uczestnictwa

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.

### 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@szkoleniaurazaj.pl](mailto:szkolenia@szkoleniaurazaj.pl).

## Adres

ul. Garbary 64  
61-758 Poznań  
woj. wielkopolskie

Centrum Osteopatii i Ruchu, ul. Garbary 64 Poznań



## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**MARTA MICHALAK**

**E-mail** [szkolenia@szkoleniauryzaj.pl](mailto:szkolenia@szkoleniauryzaj.pl)

**Telefon** (+48) 663 041 233