



FIT ACADEMY
MICHAŁ
MOCZULSKI
SPÓŁKA JAWNA

★★★★★ 4,6 / 5

96 ocen

Szkolenie z zakresu dietetyki sportowej

Numer usługi 2025/05/29/161937/2778799

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

📄 Usługa szkoleniowa

🕒 40 h

📅 20.09.2025 do 28.09.2025

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

75,00 PLN brutto/h

75,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Dietetyka

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do:

- Trenerów personalnych, chcących poszerzyć wiedzę na temat diety swoich klientów.
- Dietetyków, którzy chcą rozwinąć kompetencje w zakresie dietetyki sportowej.
- Osób pracujących w branży fitness.
- Studentów kierunków związanych z dietetyką, żywieniem lub sportem.
- Pasjonatów zdrowego stylu życia i osób zajmujących się amatorsko doradztwem żywieniowym.

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem”

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

40

Data zakończenia rekrutacji

19-09-2025

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Liczba godzin usługi

40

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego planowania, wdrażania i monitorowania zbilansowanych strategii żywieniowych dostosowanych do potrzeb osób zdrowych, aktywnych fizycznie oraz wymagających specjalistycznego podejścia dietetycznego, z uwzględnieniem podstaw psychodietetyki oraz zasad skutecznej komunikacji z klientem.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: Określa kaloryczność diety oraz zapotrzebowanie energetyczne w różnych grupach klientów.	Prawidłowo oblicza CPM i PPM oraz dopasowuje wartość energetyczną diety do celu klienta.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Rozróżnia funkcje i źródła makro- i mikroskładników oraz wyjaśnia ich znaczenie w diecie codziennej i sportowej.	Poprawnie przypisuje składniki odżywcze do ich funkcji oraz źródeł pokarmowych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Stosuje podstawowe modele żywieniowe w sporcie oraz dobiera je do potrzeb klienta.	Proponuje adekwatny model żywienia do rodzaju dyscypliny i poziomu aktywności.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Analizuje zasady suplementacji ogólnej i sportowej w oparciu o aktualne badania naukowe.	Omawia mechanizm działania i skuteczność najpopularniejszych suplementów	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Identyfikuje najczęstsze przypadki kliniczne w pracy trenera/dietetyka oraz planuje podejście do klienta ze szczególnymi potrzebami.	Wskazuje możliwe strategie postępowania w przypadku np. insulinooporności, niedoczynności tarczycy itp.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Rozpoznaje sytuacje wymagające podstawowej diagnostyki oraz kieruje klienta na badania laboratoryjne.	Proponuje odpowiedni zestaw badań na podstawie wywiadu zdrowotnego.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Wyjaśnia psychologiczne mechanizmy zmiany nawyków żywieniowych, w tym zajądanie emocji i uzależnienie od jedzenia.	Prawidłowo opisuje czynniki wpływające na zachowania żywieniowe.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Bilansuje dietę, w tym roślinną, z uwzględnieniem suplementacji.	Opracowuje jadłospis zgodny z normami i zaleceniami, uwzględniając potencjalne niedobory.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Umiejętności: Przeprowadza analizę składu ciała i interpretuje jej wyniki.	Prawidłowo ocenia parametry jak masa mięśniowa, tkanka tłuszczowa, nawodnienie itp.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Dobiera strategię suplementacyjną dostosowaną do potrzeb klienta.	Opracowuje plan suplementacji zgodny z celem (np. redukcja, regeneracja, zdrowie ogólne).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Wspiera klienta w zmianie stylu życia, ustala cele SMART i monitoruje postępy.	Tworzy realistyczny plan działania z mierzalnymi wskaźnikami postępu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Reaguje na trudności psychodietetyczne klienta.	Proponuje adekwatne strategie pracy z objawami demotywacji, stresu czy uzależnienia od jedzenia.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Edukować klienta w zakresie żywienia i nawodnienia w kontekście treningu, kontuzji i regeneracji.	Przedstawia zrozumiałe i trafne informacje podczas konsultacji lub materiałów edukacyjnych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne: Komunikuje się z klientem w sposób empatyczny i motywujący.	Prowadzi rozmowę w duchu akceptacji i zrozumienia, wspierając motywację wewnętrzną klienta.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne: Współpracuje interdyscyplinarnie z innymi specjalistami w razie potrzeby.	Inicjuje lub podtrzymuje kontakt z lekarzem, psychologiem itp. w przypadku klienta złożonego.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne: Rozwija się zawodowo i aktualizuje wiedzę.	Uczestniczy w szkoleniach, kursach lub korzysta z aktualnej literatury naukowej.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne: Buduje relację z klientem opartą na zaufaniu i zaangażowaniu.	Utrzymuje długofalową współpracę i pozytywne opinie klientów.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Nasz program szkoleniowy z zakresu dietetyki sportowej został opracowany w oparciu o:

Najlepsze praktyki naukowe – szkolenie bazuje na informacjach zgodnych z

najnowszymi badaniami naukowymi oraz standardami żywieniowymi.

Doświadczenie naszych ekspertów – prowadzący to specjaliści z różnych dziedzin,

w tym praktycy i naukowcy z wieloletnim doświadczeniem.

Systematyzacja wiedzy i praktyki – szkolenie zostało zaprojektowane w taki

sposób, aby przekazać kompleksową wiedzę w przystępnej i logicznej strukturze, która

odpowiada codziennej pracy trenerów personalnych, dietetyków i nie tylko.

Program usługi szkoleniowej ma na celu wszechstronne przygotowanie uczestników do pracy

w obszarze dietetyki i aktywności fizycznej poprzez łączenie wiedzy teoretycznej z

praktycznymi umiejętnościami. Szkolenie jest skierowane do osób pragnących skutecznie

wspierać swoich podopiecznych w zmianie stylu życia, poprawie zdrowia i osiągnięciu celów

sportowych.

PROGRAM USŁUGI :

Moduł I: Podstawy dietetyki i praca z klientem zdrowym

1. Wprowadzenie do tematyki zdrowego stylu życia – rola aktywności fizycznej i

racjonalnego odżywiania w profilaktyce zdrowotnej. Omówienie skutków braku

ruchu oraz nieprawidłowej diety.

2. Nauka ustalania kaloryczności diety dostosowanej do potrzeb klienta.

3. Charakterystyka makroskładników – białek, tłuszczów i węglowodanów:

funkcje, źródła, zapotrzebowanie.

4. Mikroskładniki w diecie – najczęstsze niedobory i trudności w ich

zbilansowaniu.

5. Praktyczne aspekty pracy z klientem – najczęstsze pytania i wątpliwości w

gabinecie dietetycznym.

6. Suplementacja – podstawowe zasady stosowania, kiedy i dlaczego warto ją

wdrożyć.

7. Analiza składu ciała – poprawne przeprowadzenie i interpretacja wyników.

Moduł II: Praca z osobą trenującą

1. Korzyści z aktywności fizycznej – jak efektywnie motywować klienta do zmiany stylu życia.
2. Obliczanie zapotrzebowania energetycznego u osób aktywnych fizycznie.
3. Komponowanie diety osoby trenującej – rozkład makroskładników.
4. Przegląd modeli żywieniowych wykorzystywanych w sporcie: dieta ketogeniczna, post przerywany, rotacja węglowodanowa.
5. Budowanie masy mięśniowej – strategie żywieniowe, suplementacja i monitorowanie postępów.
6. Redukcja masy ciała u sportowców – ustalanie bilansu energetycznego, optymalizacja makroskładników.
7. Suplementy w sporcie – przegląd najczęściej stosowanych substancji i ich skuteczność wg badań naukowych.
8. Odżywianie okołotreningowe i startowe – kluczowe elementy dla osiągnięć sportowych.
9. Żywnienie w okresie kontuzji – jak wspierać regenerację dietą.

Moduł III : Psychodietetyka

1. Wspólne ustalanie celów z klientem – jak pracować metodą SMART.
2. Motywacja w procesie zmiany – jak wspierać klienta zniechęconego lub stojącego w miejscu.
3. Zajadanie emocji – rozpoznawanie mechanizmów i sposoby pomocy.
4. Uzależnienie od jedzenia – jak pracować z osobami mającymi problem z nadmiernym spożyciem słodczy i przekąsek.
5. Kiedy dieta to za mało – rola psychologa/psychodietetyka w procesie zmiany.
6. Trwałość efektów – jak budować nawyki zamiast opierać się na krótkoterminowych dietach.

Moduł IV : Praca z klientem wymagającym specyficznego podejścia

1. Wybrane przypadki kliniczne (hashimoto, niedoczynność tarczycy, insulinooporność, nadciśnienie tętnicze, niedokrwistość z niedoboru żelaza) w pracy trenera personalnego – podstawy dietoterapii i adaptacji planów
2. Żywnienie roślinne – jak bilansować dietę wegańską i wegetariańską, najczęstsze błędy i konieczna suplementacja.
3. Diagnostyka i badania – jakie badania warto zlecić lub zalecić klientowi oraz jak przygotować do ich wykonania.
4. Dieta śródziemnomorska – jej zalety i praktyczne zastosowanie w polskich

realiach.

5. Podsumowanie szkolenia – najważniejsze wnioski i rekomendacje do pracy z klientem.

Usługa jest realizowana w formie godzin dydaktycznych / lekcyjnych (45min).

Łącznie 40 godzin lekcyjnych

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 40

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 40 Znaczenie aktywności fizycznej i zdrowej diety u człowieka – konsekwencje bezruchu i złego odżywiania – dostarczamy argumenty do tego, żeby zachęcać podopiecznego do zmiany stylu życia.	Paulina Nieczypor	20-09-2025	10:00	11:30	01:30
2 z 40 PRZERWA	Paulina Nieczypor	20-09-2025	11:30	11:45	00:15
3 z 40 Jak ustalić kaloryczność diety	Paulina Nieczypor	20-09-2025	11:45	13:00	01:15
4 z 40 Makroskładniki – dokładnie omówienie funkcji, źródeł, zapotrzebowania dla zdrowego człowieka	Paulina Nieczypor	20-09-2025	13:00	14:30	01:30
5 z 40 Przerwa	Paulina Nieczypor	20-09-2025	14:30	15:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 40 Mikroskładniki – ważne i trudne do zbilansowania w diecie	Paulina Nieczypor	20-09-2025	15:00	15:45	00:45
7 z 40 Praktyka w gabinecie – jakie kwestie najczęściej wyjaśniamy	Paulina Nieczypor	20-09-2025	15:45	16:45	01:00
8 z 40 Przerwa	Paulina Nieczypor	20-09-2025	16:45	17:00	00:15
9 z 40 Suplementacja	Paulina Nieczypor	20-09-2025	17:00	17:15	00:15
10 z 40 7. Analiza składu ciała - jak dobrze przeprowadzić i zinterpretować badanie?	Paulina Nieczypor	20-09-2025	17:15	17:30	00:15
11 z 40 1. Korzyści płynące ze sportu – jak przekonać klienta do zmiany?	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	21-09-2025	10:00	10:05	00:05
12 z 40 Jak wyliczyć zapotrzebowanie u osoby trenującej?	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	21-09-2025	10:05	12:20	02:15
13 z 40 Przerwa	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	21-09-2025	12:20	12:50	00:30
14 z 40 Rozkład makroskładników w w diecie osoby trenującej:	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	21-09-2025	12:50	14:20	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 40 Różne modele żywieniowe wykorzystywane w sporcie – dieta keto, IF, carb cycling	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	21-09-2025	14:20	15:05	00:45
16 z 40 Przerwa	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	21-09-2025	15:05	15:20	00:15
17 z 40 Sportowiec a hipertrofia - jak zdrowo zbudować masę mięśniową? Jak wyliczyć zapotrzebowanie kaloryczne, jak śledzić progres, suplementacja sportowa	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	21-09-2025	15:20	15:50	00:30
18 z 40 Sportowiec a redukcja - jak ustalić bilans kaloryczny, optymalne spożycie makroskładników.	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	21-09-2025	15:50	16:20	00:30
19 z 40 Przerwa	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	21-09-2025	16:20	16:35	00:15
20 z 40 Przegląd suplementów - zastosowanie, badania naukowe:	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	21-09-2025	16:35	17:00	00:25
21 z 40 Żywnienie i nawodnienie okołotreningowe / okołostartowe	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	21-09-2025	17:00	17:15	00:15
22 z 40 Żywnienie w okresie kontuzji	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	21-09-2025	17:15	17:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
23 z 40 Jak wspólnie ustalić dobry cel z klientem.	Karolina Osińska	27-09-2025	10:00	11:15	01:15
24 z 40 Klient zdemotywowany - jak zachęcać do dalszej współpracy, utrzymywać klienta w procesie	Karolina Osińska	27-09-2025	11:15	12:30	01:15
25 z 40 Przerwa	Karolina Osińska	27-09-2025	12:30	12:45	00:15
26 z 40 Zażądanie stresu - jak pomóc klientowi	Karolina Osińska	27-09-2025	12:45	13:45	01:00
27 z 40 Czy jedzenie uzależnia? Problem ze słodkimi i słonymi przekąskami.	Karolina Osińska	27-09-2025	13:45	14:45	01:00
28 z 40 Przerwa	Karolina Osińska	27-09-2025	14:45	15:15	00:30
29 z 40 Dlaczego diety nie zawsze są najlepszym rozwiązaniem - kiedy proponować współpracę z psychologiem / psychodietetykiem?	Karolina Osińska	27-09-2025	15:15	16:15	01:00
30 z 40 Przerwa	Karolina Osińska	27-09-2025	16:15	16:30	00:15
31 z 40 Dlaczego utrzymanie efektów redukcji jest takie trudne - czyli budowanie na stałe nawyków vs szybkie diety.	Karolina Osińska	27-09-2025	16:30	17:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
32 z 40 Podstawowe przypadki kliniczne, z którymi się spotka trener personalny:	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	28-09-2025	10:00	14:00	04:00
33 z 40 PRZERWA	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	28-09-2025	14:00	14:30	00:30
34 z 40 Klient na diecie roślinnej - jak bilansować diety wege + suplementacja + podstawowe błędy żywieniowe	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	28-09-2025	14:30	14:45	00:15
35 z 40 Czy trener personalny / dietetyk powinien zlecać badania? Na co warto zwrócić uwagę, jakie badania polecać warto, jak pacjent powinien się do badania przygotować.	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	28-09-2025	14:45	15:30	00:45
36 z 40 PRZERWA	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	28-09-2025	15:30	15:45	00:15
37 z 40 Najzdrowsza dieta świata - co Polacy mogą wprowadzić do swojego życia z diety śródziemnomorskiej?	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	28-09-2025	15:45	16:45	01:00
38 z 40 Przerwa	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	28-09-2025	16:45	17:00	00:15
39 z 40 Podsumowanie szkolenia	Agnieszka Wianecka-Włodarczyk	28-09-2025	17:00	17:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
40 z 40 Walidacja	-	28-09-2025	17:15	17:30	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	75,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	75,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

Karolina Osińska

Absolwentka Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu oraz WSP w Gdańsku

Specjalizuję się w :

- chorobach tarczycy (niedoczynność, nadczynność, Hashimoto)
- zaburzeniach gospodarki węglowodanowej: insulinooporność, cukrzycy typu 1 i 2 - PCOS
- problemach z przewodem pokarmowym: wzdęcia, zaparcia, IBS, SIBO, refluks
- alergiach i nietolerancjach pokarmowych
- dnacie moczaniowej
- przygotowaniu do ciąży, ciąży oraz karmieniu piersią
- poprawie profilu lipidowego
- kompulsywnym objadaniem się (BED)
- jedzeniem pod wpływem emocji i stresu
- jedzeniem nocnym (NES)
- błędnym kołem odchudzania
- obsesyjnymi myślami dotyczącymi jedzenia i kontroli wagi

Prowadząca posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej pięciu lat.



2 z 3

Agnieszka Wianecka-Włodarczyk



Specjalizuję się w dietoterapii otyłości, chorób metabolicznych oraz chorób przewodu pokarmowego. Współpracuję ze sportowcami sportów siłowych oraz wytrzymałościowych. Jako dietetyk sportowy działam w #DietetykaNieNaŻarty i przygotowuję również z zawodników do startów sportowych. Często prowadzi osoby aktywne fizycznie z problemami zdrowotnymi, którzy chcą zadbać równocześnie o poprawę zdrowia i formę sportową. Uczestniczy w licznych szkoleniach oraz konferencjach, dzięki którym stale podnosi swoje kwalifikację

Absolwentka Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu. Prowadząca posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej pięciu lat.



3 z 3

Paulina Nieczypor

Ekspert w prowadzeniu kursów kwalifikacji zawodowych w obszarach takich jak żywienie, zdrowie i sektory zawodowe.

- Certyfikat Poziom 2 z Pracy w Sektorze Zdrowia (The London College of Beauty Therapy Ltd, Wielka Brytania, 2014)
- Certyfikat Poziom 2 z Żywienia i Zdrowia (The London College of Beauty Therapy Ltd, Wielka Brytania, 2014)
- Nagroda Poziom 2 z Bezpieczeństwa Żywności (2010)

Osoba ta posiada bogate doświadczenie we współpracy z instytucjami edukacyjnymi, takimi jak Sunderland College i Preston College. Prowadziła kursy kwalifikacji zawodowych w tematach takich jak:

- Dieta, wartości odżywcze i zdrowie człowieka

Prowadząca posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej pięciu lat.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy kursant otrzymuje:

- certyfikat ukończenia/ zaświadczenie o ukończeniu szkolenia

Warunki uczestnictwa

-Uczestnicy muszą mieć ukończone 18 lat

Informacje dodatkowe

ZAWARTO UMOWĘ Z WUP KRAKÓW NA ROZLICZANIE USŁUG Z WYKORZYSTANIEM ELEKTRONICZNYCH BONÓW SZKOLENIOWYCH W RAMACH PROJEKTU NOWY START W MAŁOPOLSCE Z EURES-em i Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój.

SZKOLENIE ROZLICZANE JEST W RAMACH PRZYZNANYCH BONÓW.

Dla osób korzystających z dofinansowania wymagana jest minimalna frekwencja na poziomie 80% zajęć, potwierdzona listą obecności.

Dla podmiotów/osób uczestniczących w usłudze, które otrzymają dofinansowanie min. 70%, koszt szkolenia jest zwolniony z podatku VAT (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień: § 3 ust. 1 pkt 14).

Warunki techniczne

Wymagane:

- wymagania sieciowe, oprogramowanie - **komputer ze stabilnym połączeniem do Internetu (min 10Mbit/s download i 1Mbit/s upload);**
- **przeglądarka internetowa** Chrome lub Firefox;
- wymagania w sprzęt - dobrej jakości **mikrofon lub słuchawki;**
- rodzaj komunikatora- Szkolenie odbędzie się na platformie ZOOM

Minimalne wymagania sprzętowe:

Procesor jednordzeniowy o taktowaniu co najmniej 1Ghz,

Pamięć RAM – zalecana 4Gb,

w laptopach posiadających jeden lub dwa rdzenie liczba klatek na sekundę jest ograniczona podczas udostępniania ekranu (około 5 klatek na sekundę). Aby uzyskać optymalne wyniki podczas udostępniania ekranu z laptopów, zalecamy wykorzystanie procesora posiadającego cztery procesory lub więcej,

System Linux wymaga procesora lub karty graficznej z obsługą sterownika OpenGL 2.0 lub nowszej wersji.

- **Uczestnik otrzyma link do szkolenia przed rozpoczęciem usługi**
- **Link będzie ważny przez cały okres trwania usługi**

Kontakt



Magdalena Komo-libio

E-mail magdalenakomo.libio@gmail.com

Telefon (+48) 664 037 487