



Zostań instruktorem jogi dla dzieci i młodzieży.

Numer usługi 2025/11/04/165576/3126890

6 400,00 PLN brutto

6 400,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

"GRUPA
EDUKACYJNA
AKTYWNE
SZKOLENIA
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ"

★★★★★ 4,9 / 5

120 ocen

📍 Łódź / mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 64 h

📅 17.01.2026 do 15.02.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Sport
Grupa docelowa usługi	Kurs „Zostań instruktorem jogi dla dzieci i młodzieży” to kompleksowe szkolenie skierowane do profesjonalistów związanych z szeroko pojętą edukacją przedszkolną i szkolną, a także do rodziców, opiekunów, animatorów, instruktorów rekreacji ruchowej (w tym instruktorów jogi, fitness i pokrewnych dziedzin), którzy chcą zdobyć nowoczesną wiedzę oraz praktyczne umiejętności pedagogiczne.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	15
Data zakończenia rekrutacji	15-01-2026
Forma prowadzenia usługi	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
Liczba godzin usługi	64
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości TGLS Quality Alliance

Cel

Cel edukacyjny

Celem kursu jest przygotowanie uczestników do profesjonalnego i świadomego prowadzenia zajęć jogi z dziećmi i młodzieżą w różnych środowiskach: przedszkolnym, szkolnym, pozaszkolnym i rekreacyjnym. Program został opracowany z myślą o osobach, które chcą zdobyć lub pogłębić wiedzę i umiejętności w zakresie świadomej pracy z ciałem, oddechem i emocjami u najmłodszych – z poszanowaniem ich potrzeb rozwojowych, emocjonalnych i społecznych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje potrzeby rozwojowe dzieci w wieku przedszkolnym, szkolnym i młodzieżowym.	Opisuje potrzeby rozwojowe dla każdej z trzech grup wiekowych.	Test teoretyczny
	Analizuje studium przypadku i przyporządkowuje zachowania dziecka do etapu rozwojowego	Test teoretyczny
	Dobiera przykładowe aktywności ruchowe adekwatne do potrzeb wskazanej grupy wiekowej	Test teoretyczny
	Podaje poprawne definicje kluczowych pojęć z psychologii rozwojowej	Test teoretyczny
Definiuje podstawowe zagadnienia psychologii rozwojowej i dostosowuje formę zajęć do etapu rozwoju dziecka.	Tworzy konspekt zajęć dopasowany do określonego etapu rozwoju	Test teoretyczny
	Podczas zajęć praktycznych modyfikuje tempo, sposób instrukcji i trudność ćwiczeń w zależności od wieku uczestników	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje zasady pedagogiki zabawy oraz animacji kultury w pracy z grupą dziecięcą.	Prowadzi zabawę lub ćwiczenie integracyjne zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i dostosowania do grupy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Tworzy scenariusz zajęć zawierający elementy zabawowe lub animacyjne wspierające aktywność ruchową	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykorzystuje rekwizyty, narrację, muzykę lub techniki animacyjne w zaplanowany sposób podczas pracy praktycznej	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Rozpoznaje dynamikę pracy grupowej i reaguje na wyzwania wychowawcze.	Identyfikuje sytuacje problemowe na podstawie studium przypadku (np. konflikt, wycofanie, nadpobudliwość)	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Proponuje adekwatne strategie reagowania (np. praca w podgrupach, zmiana aktywności, wyciszenie, pozytywna dyscyplina)	Obserwacja w warunkach symulowanych
Charakteryzuje uproszczoną, przystępną wersję klasycznej filozofii jogi (8-stopniowa ścieżka wg Patanjalego) i przekłada ją na wartości edukacyjne dla dzieci	Przedstawia 8-stopniową ścieżkę jogi w uproszczonej, zrozumiałej formie dla dzieci	Test teoretyczny
	Wskazuje konkretne wartości edukacyjne wynikające z każdego stopnia (np. cierpliwość, uważność, współpraca)	Test teoretyczny
Definiuje uniwersalne zasady moralne, które są fundamentem ćwiczeń jogi i wprowadza je w formie prostych wartości (np. brak agresji, współpraca, uważność) w pracy z dziećmi, wykorzystując odpowiednie gry i zabawy.	W scenariuszu zajęć przyporządkowuje elementy praktyki jogi do odpowiednich wartości edukacyjnych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Przedstawia listę uniwersalnych zasad moralnych w formie prostych wartości dla dzieci	Test teoretyczny
	Projektuje lub prowadzi zabawę/grę wspierającą przyswajanie wybranej wartości	Obserwacja w warunkach symulowanych
	W trakcie zajęć praktycznych wskazuje i komentuje, w jaki sposób konkretna aktywność wspiera daną wartość	Obserwacja w warunkach symulowanych
Buduje atmosferę zajęć zgodną z duchem jogi: bez rywalizacji, szacunek dla ciała i emocji dziecka, wyrozumiałość, empatia, szczerłość w relacji nauczyciel-uczeń.	Organizuje zajęcia tak, aby nie występowała rywalizacja między uczestnikami	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Podczas prowadzenia praktyki reaguje w sposób empatyczny na emocje i potrzeby dzieci	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje język i gesty wspierające szacunek dla ciała i emocji dzieci	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Podczas obserwacji lub nagrania zajęć zachowuje autentyczną, szczerą i wyrozumiałą relację z uczestnikami	Obserwacja w warunkach symulowanych
Definiuje zasady BHP w pracy z dziećmi i dba o bezpieczne środowisko zajęć.	Wskazuje zasady BHP obowiązujące podczas zajęć z dziećmi	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Dostosowuje długość i intensywność zajęć do wieku dzieci.	Opracowuje konspekt zajęć z uwzględnieniem czasu trwania i poziomu intensywności odpowiedniego dla danej grupy wiekowej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	W praktyce modyfikuje tempo ćwiczeń oraz czas poszczególnych aktywności zgodnie z reakcjami dzieci	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Projektuje sekwencję ćwiczeń adekwatną do wieku, poziomu i potrzeb grupy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dobiera konkretne ćwiczenia, techniki i procesy interpersonalne w zależności od wieku, poziomu zaawansowania i specyfiki grupy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Charakteryzuje różne modele organizacyjne i specyfikę zajęć w zależności od miejsca (przedszkole, klub fitness, własna sala).	Opisuje różnice w organizacji zajęć w zależności od miejsca prowadzenia	Test teoretyczny
	Przygotowuje konspekt zajęć dostosowany do konkretnego środowiska i warunków lokalowych	Test teoretyczny
	Wskazuje zalety i ograniczenia każdego modelu organizacyjnego w praktyce prowadzenia zajęć	Test teoretyczny
	Wskazuje różne typy placówek, w których można prowadzić zajęcia jogi dla dzieci	Test teoretyczny
	Identyfikuje możliwości zatrudnienia i modele współpracy z placówkami oświatowymi i kulturalnymi.	Test teoretyczny
Tworzy i prezentuje ofertę zajęć jogi dla dzieci i młodzieży.	Przygotowuje kompletną ofertę zajęć (opis programu, cele, wiek uczestników, czas trwania, koszty)	Test teoretyczny
Promuje swoje usługi w formach online i offline.	Projektuje materiał promocyjny (ulotka, plakat, post na mediach społecznościowych)	Test teoretyczny
	Stosuje różne kanały promocji w zależności od grupy docelowej	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje specyfikę zawodu instruktora/nauczyciela dzieci i młodzieży oraz niezbędne kompetencje. Dobiera asany, techniki oddechowe, relaksacyjne i elementy medytacji adekwatnie do wieku i potrzeb dzieci.	Wskazuje cechy osobowościowe istotne w pracy z dziećmi i młodzieżą (cierpliwość, empatia, komunikatywność, kreatywność)	Test teoretyczny
	Wymienia i opisuje kompetencje edukacyjne, wychowawcze i społeczne wymagane od instruktora	Test teoretyczny
	Przedstawia zestaw ćwiczeń fizycznych, oddechowych i relaksacyjnych dla różnych grup wiekowych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uzasadnia dobór konkretnych technik w odniesieniu do potrzeb rozwojowych dzieci	Test teoretyczny
Stosuje techniki oddechowe, relaksacyjne i medytacyjne do regulowania energii i emocji grupy. Prowadzi gry ruchowe i zabawy interpersonalne w sposób sekwencyjny: najpierw uwolnienie energii, potem wyciszenie i koncentracja.	Prowadzi ćwiczenia oddechowe lub relaksacyjne w celu uspokojenia lub pobudzenia grupy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Obserwuje reakcje dzieci i dostosowuje tempo oraz rodzaj techniki w zależności od nastroju i energii grupy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Organizuje zabawy i gry ruchowe zgodnie z sekwencją: aktywizacja → wyciszenie → koncentracja	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Modyfikuje aktywności w trakcie zajęć w zależności od dynamiki grupy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wyjaśnia cel każdej części i jej wpływ na funkcjonowanie emocjonalne i ruchowe dzieci	Test teoretyczny
Wprowadza proste mantry, afirmacje i elementy wiedzy psychologicznej wspierające rozwój emocjonalny dzieci.	Stosuje krótkie, zrozumiałe dla dzieci afirmacje lub mantry w trakcie zajęć	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wyjaśnia dzieciom znaczenie wartości i emocji w prosty, przystępny sposób	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Obserwuje wpływ wprowadzonych technik na zachowanie i nastrój uczestników i dostosowuje je w praktyce	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje metody budowania autorytetu i pozytywnej relacji z dziećmi.	Stosuje jasną, spokojną komunikację oraz spójne zachowania w relacji nauczyciel–uczeń	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Opisuje zastosowane metody budowania autorytetu (np. ustalanie zasad, konsekwencja, obecność, przykład własny)	Test teoretyczny
	Identyfikuje przyczyny trudnych zachowań w grupie (np. zmęczenie, frustracja, potrzeba uwagi)	Test teoretyczny
	Dobiera adekwatne reakcje na nieodpowiednie zachowania, unikając kar fizycznych i agresji słownej	Test teoretyczny
Rozpoznaje potrzeby dziecka i reaguje konstruktywnie oraz empatycznie na nieodpowiednie zachowania.	Stosuje strategie naprawcze lub wspierające, np. rozmowa, przerwa, zmiana aktywności, indywidualne wsparcie	Test teoretyczny
	Określa zasady dyscypliny obowiązujące podczas zajęć i przekazuje je dzieciom w przystępny sposób	Test teoretyczny
	Monitoruje przestrzeganie zasad i reaguje w sposób nieagresywny, spójny i przewidywalny	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Opisuje przykłady sytuacji dyscyplinujących i sposób ich realizacji zgodny z bezpieczeństwem emocjonalnym dzieci	Test teoretyczny
Buduje motywację dzieci, stosując pochwały, nagrody i wzmacnianie pozytywnych zachowań oraz egzekwuje zasady w sposób konsekwentny i niekrywdzący.	Stosuje pochwały i nagrody adekwatne do wieku i sytuacji	Test teoretyczny
	Wzmacnia pozytywne zachowania w grupie poprzez konkretne działania i komentarze	Test teoretyczny

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

Kurs „Zostań instruktorem jogi dla dzieci i młodzieży” jest adresowany do nauczycieli, wychowawców, instruktorów rekreacji ruchowej, pedagogów, opiekunów, rodziców, animatorów kultury oraz wszystkich osób zainteresowanych prowadzeniem zajęć wspierających rozwój psycho-fizyczny dzieci i młodzieży.

Ukończenie kursu potwierdza zdobytą wiedzę teoretyczną i praktyczną z zakresu prowadzenia zajęć jogi dla dzieci i młodzieży oraz wspierania ich rozwoju poprzez ruch, oddech, relaksację i techniki mindfulness.

Program kursu obejmuje pedagogiczne i psychologiczne podstawy pracy z dziećmi, metodykę prowadzenia zajęć jogi w różnych grupach wiekowych, techniki wspomagające regulację emocji i redukcję stresu, sposoby pracy z grupą i dzieckiem „trudnym”, a także elementy organizacji, promocji i prowadzenia działalności edukacyjno-rozwojowej.

Uczestnicy nabędą narzędzia do skutecznego wspierania dzieci poprzez świadomy ruch i uważność oraz będą gotowi do samodzielnego prowadzenia zajęć w różnych środowiskach (przedszkola, szkoły, świetlice, domy kultury, własna sala).

Warunki organizacyjne:

- Forma zajęć: mieszana
- Minimalna liczba uczestników: 5 osób, maksymalna: 15 osób.
- Kurs obejmuje 64 godzin zajęć (20 godzin teorii + 40 godzin praktyki).
- Przerwy w trakcie zajęć nie wliczają się w czas trwania kursu.
- W przypadku zajęć trwających 8 godzin przewiduje się godzinną przerwę.
- Część zajęć w ramach usługi prowadzona jest w sposób warsztatowy z wykorzystaniem niezbędnego oraz koniecznego sprzętu do realizacji tego typu zajęć w formie praktycznej

Ukończenie kursu „Zostań instruktorem jogi dla dzieci i młodzieży” umożliwia zdobycie specjalistycznej wiedzy i praktycznych umiejętności w zakresie pracy z dziećmi i młodzieżą z wykorzystaniem technik jogi, oddechu, relaksacji i mindfulness. Absolwenci będą mogli:

- prowadzić samodzielne zajęcia jogi dla dzieci i młodzieży w przedszkolach, szkołach, szkołach jogi, domach kultury, świetlicach, ośrodkach wypoczynkowych, centrach fitness oraz w ramach działalności prywatnej,
- tworzyć autorskie programy zajęć wspierające rozwój psycho-fizyczny dzieci i młodzieży,
- wykorzystywać techniki jogi, relaksacji i uważności w pracy pedagogicznej, wychowawczej i opiekuńczej,
- wspierać rozwój emocjonalny i społeczny dzieci poprzez ruch, oddech i świadomy kontakt z ciałem,
- prowadzić różnorodne gry, zabawy i procesy psychologiczne w zakresie treningu interpersonalnego oraz animacji społeczno-kulturalnej,
- rozwijać swoją działalność w branży edukacyjno-rozwojowej, promując profilaktykę zdrowia i dobrostan psychofizyczny najmłodszych.

Kurs nie zastępuje formalnych kwalifikacji pedagogicznych ani zawodowych uprawnień instruktora rekreacji ruchowej, ale stanowi ich wartościowe uzupełnienie i praktyczne narzędzie do codziennej pracy z dziećmi i młodzieżą

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 25

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 25 Joga dziecięca – teoria, fundamenty i filozofia.	Michał Czerny	17-01-2026	09:00	11:00	02:00	Tak
2 z 25 Praktyczne zastosowanie technik jogi w zajęciach jogi dla dzieci – przedstawienie scenariuszy zajęciowych (grupy przedszkolne).	Michał Czerny	17-01-2026	11:00	13:00	02:00	Tak
3 z 25 Szczegóły pracy z ciałem, oddechem i umysłem (w nawiązaniu do przedstawionych scenariuszy).	Michał Czerny	17-01-2026	14:00	18:00	04:00	Tak
4 z 25 Joga dziecięca – teoria, fundamenty i filozofia.	Michał Czerny	18-01-2026	09:00	11:00	02:00	Tak
5 z 25 Praktyczne zastosowanie technik jogi w zajęciach jogi dla dzieci – przedstawienie scenariuszy zajęciowych (grupy przedszkolne i wczesnoszkolne).	Michał Czerny	18-01-2026	11:00	13:00	02:00	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
6 z 25 Szczegóły pracy z ciałem, oddechem i umysłem (w nawiązaniu do przedstawion ych scenariuszy).	Michał Czerny	18-01-2026	14:00	18:00	04:00	Tak
7 z 25 Podstawy pedagogiki i psychologii rozwojowej dziecka (czat/rozmow a na żywo).	Michał Czerny	21-01-2026	17:00	19:00	02:00	Nie
8 z 25 Podstawy pedagogiki i psychologii rozwojowej dziecka (czat/rozmow a na żywo).	Michał Czerny	21-01-2026	19:15	21:15	02:00	Nie
9 z 25 Organizacja i bezpieczeńst wo zajęć dla dzieci (czat/rozmow a na żywo).	Michał Czerny	28-01-2026	17:00	19:00	02:00	Nie
10 z 25 Organizacja i bezpieczeńst wo zajęć dla dzieci (czat/rozmow a na żywo).	Michał Czerny	28-01-2026	19:15	21:15	02:00	Nie

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
11 z 25 Praktyczne zastosowanie technik jogi w zajęciach jogi dla dzieci – przedstawienie scenariuszy zajęciowych (grupy wczesnoszkolne i grupy starszej młodzieży szkolnej).	Michał Czerny	31-01-2026	09:00	11:00	02:00	Tak
12 z 25 Szczegóły pracy z ciałem, oddechem i umysłem (w nawiązaniu do przedstawionych scenariuszy).	Michał Czerny	31-01-2026	11:00	13:00	02:00	Tak
13 z 25 Metodyka prowadzenia zajęć jogi dla dzieci i młodzieży (teoria oraz nauka tworzenia własnych scenariuszy zajęciowych).	Michał Czerny	31-01-2026	14:00	18:00	04:00	Tak
14 z 25 Praktyczne zastosowanie technik jogi w zajęciach jogi dla dzieci – przedstawienie scenariuszy zajęciowych (grupy żłobkowe i grupy o specjalnych potrzebach edukacyjnych).	Michał Czerny	01-02-2026	09:00	11:00	02:00	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
15 z 25 Szczegóły pracy z ciałem, oddechem i umysłem (w nawiązaniu do przedstawion ych scenariuszy).	Michał Czerny	01-02-2026	11:00	13:00	02:00	Tak
16 z 25 Metodyka prowadzenia zajęć jogi dla dzieci i młodzieży (zastosowani e, przećwiczenie oraz prowadzenie przez uczestników poszczególne ch bloków zajęciowych).	Michał Czerny	01-02-2026	14:00	18:00	04:00	Tak
17 z 25 Wyzwania wychowawcz e i praca z dzieckiem „wymagający m” specjalnej uwagi (czat/rozmow a na żywo).	Michał Czerny	04-02-2026	17:00	19:00	02:00	Nie
18 z 25 Wyzwania wychowawcz e i praca z dzieckiem „wymagający m” specjalnej uwagi (czat/rozmow a na żywo).	Michał Czerny	04-02-2026	19:15	21:15	02:00	Nie

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
19 z 25 Zawód instruktora – promocja, współpraca, rozwój zawodowy (+ podsumowani e wiedzy z materiałów online) (czat/rozmow a na żywo).	Michał Czerny	11-02-2026	17:00	19:00	02:00	Nie
20 z 25 Walidacja.	-	11-02-2026	19:15	21:15	02:00	Nie
21 z 25 Praktyczne zastosowanie technik jogi w zajęciach jogi dla dzieci – przedstawieni e scenariuszy zajęciowych (podsumowan ie wiedzy dotyczących technik jogi i scenariuszy zajęciowych).	Michał Czerny	14-02-2026	09:00	11:00	02:00	Tak
22 z 25 Metodyka prowadzenia zajęć jogi dla dzieci i młodzieży (poprowadzen ie przez uczestników całych, stworzonych przez nich scenariuszy zajęciowych).	Michał Czerny	14-02-2026	11:00	13:00	02:00	Tak

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
23 z 25 Metodyka prowadzenia zajęć jogi dla dzieci i młodzieży (poprowadzenie przez uczestników całych, stworzonych przez nich scenariuszy zajęciowych).	Michał Czerny	14-02-2026	14:00	18:00	04:00	Tak
24 z 25 Walidacja.	-	15-02-2026	09:00	13:00	04:00	Tak
25 z 25 Walidacja.	-	15-02-2026	14:00	18:00	04:00	Tak

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 400,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Michał Czerny

Wielokrotnie dyplomowany nauczyciel jogi, oddechu i medytacji z kilkunastoletnim doświadczeniem instruktorskim. Instruktor rekreacji ruchowej o specjalizacji Hatha Joga, pedagog oraz specjalista w dziedzinie profilaktyki i animacji społeczno-kulturalnej. Absolwent licznych kursów instruktorskich prowadzonych przez uznanych nauczycieli, takich jak Sri Sri Ravi Shankar, Janusz Szopa czy Konrad

Kocot.

Nauczyciel antystresowych programów Międzynarodowej Fundacji Art of Living, organizacji posiadającej status konsultanta przy ONZ. Wieloletni animator i organizator wydarzeń kulturalnych dla dzieci, młodzieży i dorosłych, związanych z jogą, rozwojem osobistym oraz kreatywnością.

Twórca innowacyjnego programu jogi holistycznej HOLY YOGA oraz autor i realizator nowatorskiego programu pedagogicznego Joga dla Dzieci. Specjalizuje się w prowadzeniu warsztatów, szkoleń i wyjazdów łączących metody jogi, mindfulness oraz treningu interpersonalnego.

Regularnie prowadzi zajęcia i warsztaty rozwoju osobistego w przedszkolach, szkołach, domach kultury, domach dziecka, świetlicach środowiskowych, centrach fitness, a także na festiwalach oraz w firmach i korporacjach. Współtwórca i założyciel Domu Jogi CHO NA MATE.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały, które uczestnicy otrzymują na własność:

- teczka A4,
- notatnik,
- długopis,
- Manual „Jogi dla Dzieci” – podręcznik dla instruktorów,
- Zbiór zdjęć i filmów z opisem technik jogi, oddechu i medytacji – nośnik cyfrowy,
- materiały niezbędne do przeprowadzenia kursu.

Warunki uczestnictwa

Osoby, które:

- mają ukończone 18 lat,
- nie mają przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania pracy na stanowisku zgodnym z kierunkiem kursu,
- przystąpią do procesu walidacji częściowej i całościowej.

Informacje dodatkowe

1. Zastrzegamy prawo do zmiany harmonogramu, kadry trenerów oraz walidatorów w przypadku zaistnienia nieprzewidzianych okoliczności.
2. Warunkiem ukończenia kursu jest obecność na zajęciach (minimum 80% godzin szkolenia), przystąpienie do procesu walidacji.
3. Po zakończonym kursie uczestnik otrzymuje odpowiednie zaświadczenie.

Warunki techniczne

Usługa będzie prowadzona na platformie ClickMeeting.

Wymagania, które muszą zostać spełnione:

- Procesor dwurdzeniowy 2GHz lub lepszy (zalecany czterordzeniowy);
- 2GB pamięci RAM (zalecane 4GB lub więcej);
- System operacyjny taki jak Windows 10 (zalecany Windows 11), Mac OS wersja 13 (zalecana najnowsza wersja), Linux, Chrome OS.

Ponieważ ClickMeeting jest platformą opartą na przeglądarce, wymagane jest korzystanie z Google Chrome, Mozilla Firefox, Safari, Edge (Chromium), Yandex lub Opera.

Aby móc korzystać z usługi na niektórych urządzeniach mobilnych, konieczne może być pobranie odpowiedniej aplikacji w iTunes App Store lub Google Play Store.

Do korzystania z usługi w pełnym zakresie dźwięku i obrazu, konieczne jest posiadanie kamery internetowej, mikrofonu lub zestawu słuchawkowego, lub głośników podłączonych do urządzenia i rozpoznanych przez urządzenie i nie powinny być one jednocześnie używane przez żadną inną aplikację.

Adres

ul. Piotrkowska 31/5

90-410 Łódź

woj. łódzkie

Kontakt



Patrycja Łaska

E-mail sekretariat@aktywneszkolenie.pl

Telefon (+48) 730 775 766