



## Serwis zawieszę w rowerach.

Numer usługi 2026/02/17/17461/3341646

3 200,00 PLN brutto

3 200,00 PLN netto

160,00 PLN brutto/h

160,00 PLN netto/h

166,67 PLN cena rynkowa ⓘ

LOVEBIKE SPÓŁKA  
Z OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 5,0 / 5

13 ocen

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 20:00 h

📅 08.09.2026 do 09.09.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Techniczne / Mechanika i mechatronika

### Grupa docelowa usługi

Kurs jest skierowany w szczególności do: entuzjastów, chcących poszerzyć wiedzę i umiejętności w zakresie rowerowej amortyzacji i sztyc regulowanych również pracowników sklepów i serwisów rowerowych oraz do wszystkich chcących usystematyzować materiał oraz samodzielnie wykonywać podstawowe przeglądy amortyzatorów, damperów oraz sztyc regulowanych.

### Minimalna liczba uczestników

1

### Maksymalna liczba uczestników

1

### Data zakończenia rekrutacji

31-07-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

20

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnego ustawiania amortyzacji w rowerze, wyszukiwania informacji o amortyzacji przeznaczonej do serwisu oraz realizacji przeglądów amortyzatorów, damperów i sztyc regulowanych na poziomie podstawowym.

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

| Efekty uczenia się                           | Kryteria weryfikacji   | Metoda walidacji                    |
|--|--|-------------------------------------|
| umie wykonać regulacje zawieszenia w rowerze | dobiera narzędzia, rozpoznaje rodzaje zawiesznień i ustala regulacje do sposobu użytkowania roweru | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| zna interwały serwisowe amortyzatorów        | rozdzieli typy przeglądów amortyzacji i wie kiedy jaki zoastować                                   | 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

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

1. wstęp
2. omówienie teoretyczne amortyzatorów: systematykę pod względem budowy oraz przeznaczenia widelców amortyzowanych
3. omówienie teoretyczne damperów: systematykę pod względem budowy oraz przeznaczenia
4. omówienie teoretyczne sztyc regulowanych: systematykę pod względem budowy oraz przeznaczenia
5. ćwiczenia z regulacji zawieszenia uwzględniające ustawianie do typu terenu i preferencji rowerzysty
6. omówienie interwałów serwisowych, wyszukiwania informacji ze stron producentów na temat produktów i serwisu amortyzacji
7. ćwiczenia w zakresie przeglądu podstawowego widelca RockShox lub Fox
8. ćwiczenia z zakresu przeglądu podstawowego dampera RockShox lub Fox
9. ćwiczenia z zakresu przeglądu podstawowego sztycy regulowanej RockShox lub Fox
10. ćwiczenia podsumowujące

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 0

| Przedmiot / temat | Prowadzący | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------|------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| Brak wyników.     |            |                       |                     |                     |               |

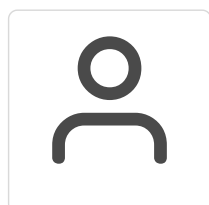
## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|---|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 3 200,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 3 200,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 160,00 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                  | 160,00 PLN   |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Krzysztof Kur

Mechanik rowerowy z dwudziestoletnim stażem zawodowym, właściciel i kierownik serwisu rowerowego Bicykleta. Specjalista w zakresie systemów amortyzacji w rowerach. Posiada ponad 750 godzin doświadczenia w zakresie edukacji osób dorosłych.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzyma materiały szkoleniowe m.in. systematyki zawieszzeń, interwałów serwisowych.

# Adres

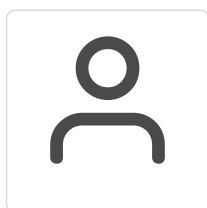
ul. Jana Styki 11A  
03-928 Warszawa  
woj. mazowieckie

serwis zawieszon Bicykleta

## Udogodnienia w miejscu realizacji uslugi

- Wi-fi
- Laboratorium komputerowe
- Narzdzia i sprzet do amortyzatorow, damperow i sztyc regulowanych.

# Kontakt



**KATARZYNA PRZYBYSZ-MICHAŁOWSKA**

**E-mail** [info@mechanikrowerowy.pl](mailto:info@mechanikrowerowy.pl)

**Telefon** (+48) 601 752 146