



## Kurs Fizjoterapia biegacza PRO

Numer usługi 2026/02/25/140486/3361512

1 990,00 PLN brutto

1 990,00 PLN netto

99,50 PLN brutto/h

99,50 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

ENEDU Sp. z o.o.

★★★★★ 4,8 / 5

730 ocen

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

🕒 20:00 h

📅 05.12.2026 do 06.12.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Medycyna
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<b>Kurs jest skierowany do :</b> studentów fizjoterapii, fizjoterapeutów, trenerów personalnych oraz trenerów biegania. Jedynie dla absolwentów szkolenia Fizjoterapia biegacza BASIC.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	5
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	30
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	25-11-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	20
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do zaawansowanej analizy biegu oraz planowania terapii u biegaczy na podstawie wywiadu, badania funkcjonalnego i analizy wideo. Uczestnik rozwija umiejętność wyciągania klinicznie istotnych wniosków oraz wdrażania skutecznych strategii terapeutycznych i prewencyjnych w najczęstszych kontuzjach biegowych.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Opisuje kompleksową analizę biegu i interpretuje jej wyniki w kontekście klinicznym.	Identyfikuje kluczowe parametry biegu oraz potencjalne predyktory kontuzji.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Wskazuje elementy istotne klinicznie.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Formułuje wnioski diagnostyczne na podstawie połączenia wywiadu, badania.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Planuje indywidualny plan terapii i prewencji kontuzji biegowych.	Dobiera odpowiednie narzędzia terapeutyczne (trening, mobilizacje, stretching).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Opisuje wybór metod w odniesieniu do konkretnego przypadku klinicznego.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Identyfikuje progresję obciążeń treningowych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Wskazuje działania prewencyjne zmniejszające ryzyko nawrotu kontuzji.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

# Program

**Łączna liczba dni, w których zostanie przekazana wiedza oraz umiejętności praktyczne opisane w programie:**

2 dni

**Liczba godzin kursu:** 20h dydaktycznych, co stanowi 15h zegarowych

**W harmonogramie ujęto również przerwy** - łącznie 2h zegarowych w ciągu 2 dni.

Przerwy w czasie kursu dostosowane będą do tempa pracy uczestników szkolenia oraz ich potrzeb.

**Godziny przerw są podane orientacyjnie- w zależności od dynamiki i tempa grupy- mogą ulec zmianie.**

Przerwy nie są wliczone w liczbę godzin usługi.

**W zakresie ewaluacji dodatkowo jest stosowana ankieta satysfakcji, którą kursanci uzupełniają po zakończeniu części szkoleniowej.**

**Zakres tematyczny:**

## Dzień I

- Powtórka zagadnień z kursu Fizjoterapia biegacza BASIC
- Sesja pytań i odpowiedzi, omówienie doświadczeń z pracy z pacjentami, burza mózgów
- Praca w parach – tworzenie przypadku klinicznego, badanie, wypełnianie karty pacjenta
- Wstęp do analizy biegu – kluczowe parametry i predyktory kontuzji
- Analiza biegu na bieżni mechanicznej – od rozgrzewki po nagranie wideo
- Na co zwracać uwagę, a co nie ma znaczenia klinicznego
- Nagrania biegu uczestników i ich wstępna analiza

## Dzień II

- Analiza biegu i wyciąganie wniosków – wywiad + badanie + analiza = diagnoza
- Tworzenie planu terapii
- Strategie leczenia pacjenta – narzędzia terapeutyczne
- Zastosowanie strategii w najczęstszych kontuzjach biegowych
- Leczenie poprzez trening, mobilizacje i stretching – dobór metod
- Aplikacja metod treningowych do konkretnych przypadków
- Omówienie najciekawszych przypadków na forum
- Prewencja kontuzji biegowych

Po części szkoleniowej jest przeznaczony 15 minut na wypełnienie testu.

**Warunku organizacyjne dla przeprowadzenia szkolenia:** Kursanci pracują w parach. Podczas ćwiczeń praktycznych uczestnicy mają do dyspozycji 1 leżankę na dwie osoby.

**Warunki niezbędne do spełnienia przez uczestników, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie określonego celu:** szkolenie jest skierowane do studentów fizjoterapii, fizjoterapeutów, trenerów personalnych oraz trenerów biegania.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 21

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 21</b> Powtórka zagadnień z kursu Fizjoterapia biegacza Basic	Łukasz Kłos	05-12-2026	09:00	09:15	00:15
<b>2 z 21</b> Sesja pytań i odpowiedzi, omówienie doświadczeń z pracy z pacjentami, burza mózgów	Łukasz Kłos	05-12-2026	09:15	10:00	00:45
<b>3 z 21</b> Przerwa	Łukasz Kłos	05-12-2026	10:00	10:15	00:15
<b>4 z 21</b> Praca w parach – tworzenie przypadku klinicznego, badanie, wypełnianie karty pacjenta	Łukasz Kłos	05-12-2026	10:15	10:45	00:30
<b>5 z 21</b> Wstęp do analizy biegu – kluczowe parametry i predyktory kontuzji	Tomasz Fijołek	05-12-2026	10:45	11:30	00:45
<b>6 z 21</b> Analiza biegu na bieżni mechanicznej	Tomasz Fijołek	05-12-2026	11:30	12:30	01:00
<b>7 z 21</b> Od rozgrzewki po nagranie wideo	Tomasz Fijołek	05-12-2026	12:30	13:15	00:45
<b>8 z 21</b> Przerwa	Tomasz Fijołek	05-12-2026	13:15	14:00	00:45
<b>9 z 21</b> Na co zwracać uwagę, a co nie ma znaczenia klinicznego	Tomasz Fijołek	05-12-2026	14:00	16:00	02:00
<b>10 z 21</b> Nagrania biegu uczestników i ich wstępna analiza	Tomasz Fijołek	05-12-2026	16:00	18:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>11 z 21</b> Analiza biegu i wyciąganie wniosków – wywiad + badanie + analiza = diagnoza	Łukasz Kłos	06-12-2026	09:00	09:30	00:30
<b>12 z 21</b> Tworzenie planu terapii	Łukasz Kłos	06-12-2026	09:30	10:30	01:00
<b>13 z 21</b> Przerwa	Łukasz Kłos	06-12-2026	10:30	10:45	00:15
<b>14 z 21</b> Strategie leczenia pacjenta – narzędzia terapeutyczne	Łukasz Kłos	06-12-2026	10:45	11:30	00:45
<b>15 z 21</b> Zastosowanie strategii w najczęstszych kontuzjach biegowych	Łukasz Kłos	06-12-2026	11:30	13:30	02:00
<b>16 z 21</b> Przerwa	Tomasz Fijołek	06-12-2026	13:30	14:15	00:45
<b>17 z 21</b> Leczenie poprzez trening, mobilizacje i stretching – dobór metod	Tomasz Fijołek	06-12-2026	14:15	15:00	00:45
<b>18 z 21</b> Aplikacja metod treningowych do konkretnych przypadków	Tomasz Fijołek	06-12-2026	15:00	15:45	00:45
<b>19 z 21</b> Omówienie najciekawszych przypadków na forum	Tomasz Fijołek	06-12-2026	15:45	16:30	00:45
<b>20 z 21</b> Prewencja kontuzji biegowych	Tomasz Fijołek	06-12-2026	16:30	16:45	00:15
<b>21 z 21</b> Walidacja	-	06-12-2026	16:45	17:00	00:15

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 990,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 990,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	99,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	99,50 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

### Łukasz Kłós

Fizjoterapeuta, Terapeuta manualny OMT

Specjalista Ortopedycznej Terapii Manualnej posiadający międzynarodowy dyplom OMT zgodny ze standardami International Federation of Orthopaedic Manipulative Physical Therapists (IFOMPT). Organizacja ta podlega pod Światową Federację Fizjoterapii (WCPT) i nadzoruje program kształcenia w tym zakresie od USA, przez Europę po Australię. Jest to kilkuletni program międzynarodowej specjalizacji w Ortopedycznej Terapii Manualnej obejmujący 1000 godzin szkoleniowych z zakresu treningu rehabilitacyjnego, manipulacji stawowych, neuromobilizacji, anatomii, osteopatii trzewnej, fizjologii, radiologii i kursów klinicznych prowadzonych przez specjalistów danej dziedziny z całego świata.

Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie. Tytuł magistra fizjoterapii na tej uczelni uzyskał w 2010 roku. Swoją przygodę z fizjoterapią zaczął jeszcze przed studiami, uczęszczając zaraz po szkole średniej do Studium Medycznego o takim samym profilu – Fizjoterapia.

Zaraz po skończeniu studiów podjąłem pracę i po dziś dzień nieprzerwalnie praktykuję i zdobywam doświadczenie zawodowe. Obecnie prowadzę własny gabinet w Warszawie na Ursynowie i poprzez kolejne cykle szkoleń w Ortopedycznej Terapii Manualnej. Opisane doświadczenie nawiązuje do ponad ostatnich pięciu lat.



2 z 2

### Tomasz Fijołek

Fizjoterapeuta, Terapeuta manualny OMT

Specjalista Ortopedycznej Terapii Manualnej posiadający międzynarodowy dyplom OMT zgodny ze

standardami International Federation of Orthopaedic Manipulative Physical Therapists (IFOMPT). Organizacja ta podlega pod Światową Federację Fizjoterapii (WCPT) i nadzoruje program kształcenia w tym zakresie od USA, przez Europę po Australię. Jest to kilkuletni program międzynarodowej specjalizacji w Ortopedycznej Terapii Manualnej obejmujący 1000 godzin szkoleniowych z zakresu treningu rehabilitacyjnego, manipulacji stawowych, neuromobilizacji, anatomii, osteopatii trzewnej, fizjologii, radiologii i kursów klinicznych prowadzonych przez specjalistów danej dziedziny z całego świata

Jest absolwentem Wyższej Szkoły Fizjoterapii we Wrocławiu. Tytuł ten uzyskałem w 2011 roku, natomiast przygodę z dodatkowym kształceniem się w zawodzie Fizjoterapeuty rozpocząłem już na studiach licencjackich. Chęć niesienia pomocy ludziom i jak najefektywniejszej pracy z ludzkim ciałem popchnęła mnie w kierunku terapii manualnej.

Opisane doświadczenie nawiązuje do ponad ostatnich pięciu lat.

Do dziś dnia zgłębi jej tajniki na szkoleniach z zakresu OMT (Ortopedycznej Terapii Manualnej wg standardów IFOMPT), kształcąc się także w innych kierunkach i odłamach fizjoterapii.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzyma skrypt obejmujący całość omawianego materiału oraz certyfikat.

### Warunki uczestnictwa

Przed wystaniem zgłoszenia prosimy o zapis przez stronę [www.enedu.pl](http://www.enedu.pl) w celu rezerwacji miejsca na szkoleniu.

Wszelkie informacje o obowiązujących procedurach znajdują się w regulaminie szkoleń dostępnym na stronie [www.enedu.pl](http://www.enedu.pl)

### Informacje dodatkowe

Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych.

Cena kursu nie obejmuje kosztów dojazdu oraz zakwaterowania.

Każdego dnia przewidziane są przerwy dla uczestników szkolenia.

Podstawa zwolnienia z VAT: Art. 43 ust.1 pkt 26 lit. a Ustawy o VAT.

**W zakresie ewaluacji dodatkowo jest stosowana ankieta satysfakcji, którą kursanci uzupełniają po zakończeniu części szkoleniowej.**

## Adres

ul. Eugeniusza Romera 10/b2

02-784 Warszawa

woj. mazowieckie

Centrum Wiedzy Praktycznej

ul. Eugeniusza Romera 10 lokal b2

(drugie piętro)

02-784 Warszawa

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Wiktoria Rębisz**

**E-mail** [dofinansowania@enedu.pl](mailto:dofinansowania@enedu.pl)

**Telefon** (+48) 730 333 802