



## Szkolenie: Diagnostyka i terapia tkanek miękkich

Numer usługi 2026/03/19/178006/3418496

6 398,00 PLN brutto

6 398,00 PLN netto

52,44 PLN brutto/h

52,44 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

CENTRUM  
ZDROWIA GARBARY  
64 SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚ  
CIĄ

★★★★★ 4,8 / 5

219 ocen

📍 Bydgoszcz

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 122:00 h

📅 15.05.2026 do 05.07.2026

## Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

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.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

30

Data zakończenia rekrutacji

14-05-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

122

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 prowadzi do samodzielnego i bezpiecznego prowadzenia procesu diagnostyczno-terapeutycznego u pacjentów z dysfunkcjami narządu ruchu. Uczestnik nabędzie umiejętność przeprowadzania wywiadu, diagnostyki różnicowej, doboru technik manualnych i ćwiczeń oraz planowania kompleksowej terapii i edukacji pacjenta, dostosowanej do jego indywidualnych potrzeb.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<b>WIEDZA</b> Uczestnik definiuje, opisuje i różnicuje najczęstsze dysfunkcje narządu ruchu w obrębie kończyny dolnej, górnej, kręgosłupa i jamy brzusznej oraz wyjaśnia zasady diagnostyki różnicowej, interpretacji testów klinicznych i znaczenie czerwonych flag w praktyce terapeutycznej.	Poprawnie rozróżnia źródła dolegliwości, dobiera testy diagnostyczne i wskazuje przeciwwskazania oraz sytuacje wymagające konsultacji specjalistycznej	Test teoretyczny
<b>UMIEJĘTNOŚCI</b> Uczestnik przeprowadza, analizuje i interpretuje badanie funkcjonalne i palpacyjne, wykonuje testy kliniczne dla poszczególnych obszarów ciała oraz różnicuje strukturalne i funkcjonalne przyczyny bólu, formułując wnioski kliniczne i podejmując decyzje terapeutyczne.	Samodzielnie wykonuje badanie, dobiera odpowiednie testy oraz interpretuje ich wyniki w kontekście problemu pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
<b>KOMPETENCJE SPOŁECZNE</b> Uczestnik podejmuje odpowiedzialne decyzje diagnostyczne, pracuje zgodnie z zasadami bezpieczeństwa pacjenta oraz współpracuje z innymi specjalistami, kierując pacjenta do dalszej diagnostyki w uzasadnionych przypadkach.	Podejmuje adekwatne decyzje kliniczne i respektuje granice kompetencji zawodowych.	Obserwacja w warunkach symulowanych

# 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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

# 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.

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.

### Godziny kursu :

#### **Moduł 1: Masaż tkanek głębokich 1, termin 15-17 maja 2026**

- piątek - 09-17
- sobota - 09-17
- niedziela - 08-16

#### **Moduł 2: Terapia mięśniowo-powięziowych punktów spustowych (MTrPS) i mięśniowo powięziowe rozluźnianie (MPR), termin 28-31 maja 2026**

- czwartek - 11-17
- piątek - 9-17
- sobota - 9-17
- niedziela - 9-13

#### **Moduł 3: Diagnostyka różnicowa z wnioskowaniem klinicznym, termin 05-07 czerwca 2026**

- piątek - 9-17
- sobota - 9-17
- niedziela - 8-16

#### **Moduł 4: Masaż tkanek głębokich 2, termin 26-28 czerwca 2026**

- piątek - 9-17
- sobota - 9-17
- niedziela - 8-16

#### **Moduł 5: Aktywna terapia ruchowa w fizjoterapii, termin 03-05 lipca 2026**

- piątek - 10-18
- sobota - 9-17
- niedziela - 8-16

Program Moduł 1:

## **Zakres tematyczny.**

### **Część teoretyczna kursu masaż tkanek głębokich:**

- Definicja masażu tkanek głębokich i przedstawienie filozofii koncepcji.
- Zasady masażu tkanek głębokich.
- Rodzaj chwytów stosowanych w MTG i kierunek ruchów.
- Narzędzia pracy w MTG.
- Ergonomia pracy terapeuty.
- Sposób myślenia zgodnie z koncepcją MTG i strategię pracy w MTG.
- Czytanie ciała i zasady strukturalnej pracy z ciałem.
- Plan pracy w serii spotkań terapeutycznych

### **Część praktyczna kursu masaż tkanek głębokich:**

- Ocena wizualna ciała (bodyreading)
- Badanie całego ciała (screening ciała)
- Stawianie diagnozy
- Diagnostyka naczyniowa, neurologiczna, diagnostyka różnicowa jamy brzusznej, testy kliniczne i ortopedyczne
- Relacja struktur w taśmach mięśniowo-powięziowych i transmisja napięć w ich obrębie
- Palpacja struktur poddawanych terapii
- Struktury mięśniowo-powięziowe oraz aspekty terapeutyczne i diagnostyczne podejmowane podczas kursu

### **Terapia w obrębie taśm: tylnej, przedniej powierzchownej i głębokiej, bocznej, skośne**

Moduł II:

#### **Dzień 1. Zajęcia teoretyczne:**

- Punkty spustowe – definicja, fizjologia i klasyfikacja.
- Podstawy zaburzeń bólowych struktura mięśniowo – powięziowa.
- Czynniki sprzyjające powstawaniu punktów spustowych.
- Zaburzenia postawy – punkty spustowe.
- Przeciwwskazania do terapii.
- Sposoby lokalizacji i palpacji punktów spustowych – uważność i kryteria jako istotne narzędzie badawcze.
- Metody i skuteczne techniki terapeutyczne wspomagające prace na punktach spustowych MPR, PRT, PIR

#### **Dzień 1. Zajęcia praktyczne:**

##### **Opracowanie górnego kwadrantu ciała ze szczególnym uwzględnieniem mięśni oddechowych.**

Kliniczne warianty w ujęciu terapeutycznym:

- Napięciowe bóle głowy
- Zaburzenia snu
- Zaburzenia pracy mm. Oddechowych
- Zespół górnego otworu klatki piersiowej TOS
- Bolesny bark – zapalenie stożka rotatorów
- Dysfunkcje stawu skroniowo – żuchwowego TMJ
- Łokieć tenisisty – golfisty
- Zespół cieśni nadgarstka

Mięśnie oddechowe – obręcz barkowa.

Techniki: TP, MPR, PRT, PIR

- Czworoboczny – trapezowy
- MOS – praca z nerwem dodatkowym
- Pochyłe
- Piersiowy większy
- Piersiowy mniejszy
- Podobojczykowy – 1 żebro
- Przepona
- Zębaty przedni

Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTRPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .

## **Dzień 2. Zajęcia praktyczne:**

### **Terapia w obszarze odcinka szyjnego C – czaszka, obręcz barkowa – kończyna górna.**

Kliniczne warianty w ujęciu terapeutycznym:

- Napięciowe bóle głowy
- Zaburzenia snu
- Zaburzenia pracy mm. Oddechowych
- Zespół górnego otworu klatki piersiowej TOS
- Bolesny bark – zapalenie stożka rotatorów
- Dysfunkcje stawu skroniowo – żuchwowego TMJ
- Łokieć tenisisty – golfisty
- Zespół cieśni nadgarstka

Techniki: TP, MPR, PRT, PIR

- Żwacz – praca od strony jamy ustnej TMJ
- Skroniowy – relaksacja
- MOS – n. dodatkowy, n. błędny
- Rotatory zew. I wew. staw ramienny
- Dwugłowy i trójgłowy ramienia
- Prostowniki i zginacze nadgarstka i palców

Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury.

## **DZIEŃ 3. Zajęcia praktyczne:**

### **Terapia w obszarze odcinka L-S (opracowanie dolnego kwadrantu, kończyna dolna)**

Kliniczne warianty w ujęciu terapeutycznym:

- Zespół pasma biodrowo – piszczelowego ITBS
- Rwa kulszowa – ischialgia
- Shin splints – zespół bolesnego podudzia
- Plantar fasciitis - Ból podeszwy stopy

Techniki: TP,MPR, PRT, PIR

- Biodrowo – lędźwiowy
- Więzadło pachwinowe
- Pośladkowy wielki
- Pośladkowy średni
- Gruszkowaty
- Naprężacz powięzi szerokiej
- Krawiecki
- Prosty uda, obszerny boczny, przyśrodkowy
- Dwugłowy uda
- Piszczelowy przedni – troczki

Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .

## **Dzień 4. Zajęcia praktyczne:**

### **Terapia w obszarze kończyny dolnej podudzie oraz stopa.**

Kliniczne warianty w ujęciu terapeutycznym:

- Zespół pasma biodrowo – piszczelowego ITBS
- Rwa kulszowa – ischialgia
- Shin splints – zespół bolesnego podudzia
- Plantar fasciitis - Ból podeszwy stopy

Techniki: TP, MPR, PRT, PIR

- Brzuchaty łydki
- Płaszczkowaty

- Strzałkowy długi i krótki
- Rozciągnio stopy - łuk boczny

Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .

Moduł III:

#### **Staw skokowy**

- **Część teoretyczna**
- Omówienie struktur stawu skokowego poddawane testom. Szczegółowe omówienie najczęstszych dysfunkcji występujących w rejonie stawu skokowego.
- **Część praktyczna i testy kliniczne**

#### **Staw kolanowy**

- **Część teoretyczna** Omówienie struktur stawu kolanowego poddawanych testom. | Szczegółowe omówienie najczęstszych dysfunkcji występujących w rejonie stawu kolanowego.
- **Część praktyczna i testy kliniczne**

#### **Staw biodrowy**

- **Część teoretyczna** Omówienie struktur stawu biodrowego poddawanych testom. Szczegółowe omówienie najczęstszych dysfunkcji występujących w rejonie stawu biodrowego.
- **Część praktyczna i testy kliniczne.**

#### **Staw krzyżowo-biodrowy i spojenie łonowe**

- **Część teoretyczna** Omówienie struktur stawu krzyżowo – biodrowego oraz spojenia łonowego poddawane testom. Szczegółowe omówienie najczęstszych dysfunkcji występujących w rejonie stawu krzyżowo – biodrowego oraz spojenia łonowego.
- **Część praktyczna i testy kliniczne.**

#### **Jama brzuszna**

- **Część teoretyczna** Omówienie struktur jamy brzusznej poddawanych testom. Omówienie najczęstszych dysfunkcji występujących w rejonie jamy brzusznej.
- **Część praktyczna i testy kliniczne.**

#### **Odcinek piersiowy kręgosłupa**

- **Część teoretyczna** Omówienie struktur odcinka piersiowego poddawanych testom. Omówienie najczęstszych dysfunkcji występujących w rejonie odcinka piersiowego kręgosłupa.
- **Część praktyczna i testy kliniczne.**

#### **Odcinek szyjny kręgosłupa**

- **Część teoretyczna** Omówienie struktur odcinka szyjnego poddawanych testom. Najczęstsze dysfunkcje występujące w rejonie szyjnego odcinka kręgosłupa.
- **Część praktyczna i testy kliniczne.**

#### **Obręcz barkowa**

- **Część teoretyczna** Omówienie struktur obręczy barkowej poddawanych testom. Szczegółowe omówienie najczęstszych dysfunkcji występujących w rejonie stawu barkowego.
- **Część praktyczna i testy kliniczne.**

#### **Staw łokciowy**

- **Część teoretyczna** Omówienie struktur stawu łokciowego poddawanych testom. Szczegółowe omówienie najczęstszych dysfunkcji występujących w rejonie stawu łokciowego.
- **Część praktyczna i testy kliniczne.**

#### **Nadgarstek i ręka**

- **Część teoretyczna** Omówienie struktur stawu łokciowego poddawanych testom. Szczegółowe omówienie najczęstszych dysfunkcji występujących w rejonie nadgarstka i ręki.
- **Część praktyczna i testy kliniczne.**

Moduł IV:

#### **Część teoretyczna kursu masaż tkanek głębokich:**

- Definicja masażu tkanek głębokich i przedstawienie filozofii koncepcji.
- Zasady masażu tkanek głębokich.
- Rodzaj chwytów stosowanych w MTG i kierunek ruchów.
- Narzędzia pracy w MTG.
- Ergonomia pracy terapeuty.
- Sposób myślenia zgodnie z koncepcją MTG i strategię pracy w MTG.
- Czytanie ciała i zasady strukturalnej pracy z ciałem.
- Plan pracy w serii spotkań terapeutycznych

#### **Część praktyczna kursu masaż tkanek głębokich:**

- Ocena wizualna ciała (bodyreading)
- Badanie całego ciała (screening ciała)
- Stawianie diagnozy
- Diagnostyka naczyniowa, neurologiczna, diagnostyka różnicowa jamy brzusznej, testy kliniczne i ortopedyczne
- Relacja struktur w taśmach mięśniowo-powięziowych i transmisja napięć w ich obrębie
- Palpacja struktur poddawanych terapii
- Struktury mięśniowo-powięziowe oraz aspekty terapeutyczne i diagnostyczne podejmowane podczas kursu

#### **Praca w obrębie taśm: tylnej, przedniej, skośnej, bocznej, kończyn górnych**

Moduł V:

#### **Dzień 1 – Kręgosłup: Postawa, stabilizacja i mobilność.**

- Zasady prawidłowej postawy i najczęstsze dysfunkcje.
- Mobilność vs. stabilność kręgosłupa (odcinek C, Th, L).
- Wzorce obręczy barkowej i biodrowej.
- Ćwiczenia funkcjonalne: aktywna mobilizacja, stabilizacja, torowanie prawidłowych wzorców ruchowych.

#### **Dzień 2 – Klatka piersiowa, kończyna dolna i oddech.**

- Praca z żebrami i przeponą – ruch a oddychanie.
- Kompleksowa praca nad stawem skokowym, kolanowym i stopą: mobilność, stabilność, reedukacja chodu.
- Ćwiczenia ekscentryczne, propriocepcja, stabilizacja dynamiczna i statyczna.
- Analiza wzorców kompensacyjnych kończyny dolnej.

#### **Dzień 3 – Staw biodrowy i kończyna górna.**

- Mobilność i kontrola biodra – klucz do zdrowej miednicy i dolnego odcinka pleców.
- Funkcjonalna stabilizacja łopatki i stawu ramiennego.
- Praca nad stawami łokciowym i nadgarstkiem – integracja kończyny górnej w ruchu globalnym.

Walidacja umiejętności prowadzona przez walidatora usługi. Walidator nie ingeruje w proces kształcenia.

Do przeprowadzenia walidacji wykorzystane zostaną metody: obserwacja w warunkach symulowanych (w trakcie trwania kursu) oraz "test teoretyczny" dla części teoretycznej przeprowadzony po zakończeniu części edukacyjnej kursu.

Wyniki walidacji podawane są po usłudze.

## **Harmonogram**

Liczba pozycji harmonogramu: 125

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>1 z 125</b></p> <p>Wprowadzenie do metody MTG, jej filozofii i zastosowania. Ocena wizualna oraz screeningowe badanie ciała pacjenta.</p>	Łukasz Skibiński	15-05-2026	09:00	11:00	02:00
<p><b>2 z 125</b> Przerwa</p>	Łukasz Skibiński	15-05-2026	11:00	11:15	00:15
<p><b>3 z 125</b></p> <p>Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu w pozycji leżącej.</p>	Łukasz Skibiński	15-05-2026	11:15	13:00	01:45
<p><b>4 z 125</b> Przerwa obiadowa</p>	Łukasz Skibiński	15-05-2026	13:00	13:45	00:45
<p><b>5 z 125</b></p> <p>Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu z włączeniem funkcji zginania grzbietu, elongacji, skrętu tułowia i wyprostu</p>	Łukasz Skibiński	15-05-2026	13:45	15:45	02:00
<p><b>6 z 125</b></p> <p>Omówienie oraz opracowanie mięśni podpotylicznych, czepca ścięgnistego i mięśnia czołowego.</p>	Łukasz Skibiński	15-05-2026	15:45	17:00	01:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>7 z 125</b></p> <p>Omówienie oraz opracowanie struktur głowy w tym mięśni żwacza, skroniowego badanie funkcjonalne odcinka szyjnego, terapia mięśnia mostkowo-obojczykowo-sutkowego</p>	Łukasz Skibiński	16-05-2026	09:00	11:00	02:00
<p><b>8 z 125</b> Przerwa</p>	Łukasz Skibiński	16-05-2026	11:00	11:15	00:15
<p><b>9 z 125</b></p> <p>Omówienie i wykonania badania jamy brzusznej, omówienie i opracowanie rejonu powłok brzusznych w tym mięśni prostego brzucha, skośnych zewnętrznych brzucha i mięśni piramidowych.</p>	Łukasz Skibiński	16-05-2026	11:15	13:00	01:45
<p><b>10 z 125</b> Przerwa</p>	Łukasz Skibiński	16-05-2026	13:00	13:45	00:45
<p><b>11 z 125</b> Ocena wizualna klatki piersiowej, omówienie typów, opracowanie globalnej terapii klatki piersiowej, mięśni piersiowych większych, mniejszych, podobojczykowych.</p>	Łukasz Skibiński	16-05-2026	13:45	15:45	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>12 z 125</b></p> <p>Omówienie i opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatki, prostowników głowy i szyi w pozycji siedzącej.</p>	Łukasz Skibiński	16-05-2026	15:45	17:00	01:15
<p><b>13 z 125</b></p> <p>Opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatki, prostowników głowy i szyi w pozycji leżącej.</p>	Łukasz Skibiński	17-05-2026	08:00	10:00	02:00
<p><b>14 z 125</b></p> <p>Omówienie i opracowanie mięśni pochyłych przednich i przepony.</p>	Łukasz Skibiński	17-05-2026	10:00	10:15	00:15
<p><b>15 z 125</b> Przerwa</p>	Łukasz Skibiński	17-05-2026	10:15	10:30	00:15
<p><b>16 z 125</b></p> <p>Omówienie i opracowanie mięśnia lędźwiowego i biodrowego</p>	Łukasz Skibiński	17-05-2026	10:30	12:45	02:15
<p><b>17 z 125</b> Przerwa obiadowa</p>	Łukasz Skibiński	17-05-2026	12:45	13:15	00:30
<p><b>18 z 125</b></p> <p>Omówienie i opracowanie mięśnia czworobocznego lędźwi w pozycji leżącej.</p>	Łukasz Skibiński	17-05-2026	13:15	14:30	01:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>19 z 125</b> Omówienie i opracowanie mięśnia pośladkowego wielkiego i gruszkowatego	Łukasz Skibiński	17-05-2026	14:30	15:40	01:10
<b>20 z 125</b> Omówienie i opracowanie tkanek w rejonie kości krzyżowej i ogonowej. ~podsumowanie i zakończenie 1 modułu.	Łukasz Skibiński	17-05-2026	15:40	16:00	00:20
<b>21 z 125</b> Punkty spustowe – definicja, fizjologia i klasyfikacja.	Paweł Szeklicki	28-05-2026	11:00	11:15	00:15
<b>22 z 125</b> Podstawy zaburzeń bólowych struktura mięśniowo – powięziowa.	Paweł Szeklicki	28-05-2026	11:15	11:30	00:15
<b>23 z 125</b> Czynniki sprzyjające powstawaniu punktów spustowych.	Paweł Szeklicki	28-05-2026	11:30	11:40	00:10
<b>24 z 125</b> Zaburzenia postawy – punkty spustowe. Przeciwwskazania do terapii.	Paweł Szeklicki	28-05-2026	11:40	11:50	00:10
<b>25 z 125</b> Sposoby lokalizacji i palpacji punktów spustowych – uważność i kryteria jako istotne narzędzie badawcze.	Paweł Szeklicki	28-05-2026	11:50	12:00	00:10

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>26 z 125</b> Metody i skuteczne techniki terapeutyczne wspomagające prace na punktach spustowych MPR, PRT, PIR	Paweł Szeklicki	28-05-2026	12:00	12:15	00:15
<b>27 z 125</b> Przerwa	Paweł Szeklicki	28-05-2026	12:15	12:30	00:15
<b>28 z 125</b> Mięśnie oddechowe – obręcz barkowa. Techniki: TP, MPR, PRT, PIR. Czworoboczny – trapezowy	Paweł Szeklicki	28-05-2026	12:30	13:00	00:30
<b>29 z 125</b> MOS – praca z nerwem dodatkowym.	Paweł Szeklicki	28-05-2026	13:00	13:30	00:30
<b>30 z 125</b> Pochyłe	Paweł Szeklicki	28-05-2026	13:30	14:00	00:30
<b>31 z 125</b> Piersiowy większy .	Paweł Szeklicki	28-05-2026	14:00	14:30	00:30
<b>32 z 125</b> Piersiowy mniejszy.	Paweł Szeklicki	28-05-2026	14:30	15:00	00:30
<b>33 z 125</b> Przerwa	Paweł Szeklicki	28-05-2026	15:00	15:40	00:40
<b>34 z 125</b> Podobojczykowy – 1 żebro	Paweł Szeklicki	28-05-2026	15:40	16:00	00:20
<b>35 z 125</b> Przepona	Paweł Szeklicki	28-05-2026	16:00	16:30	00:30
<b>36 z 125</b> Zębaty przedni	Paweł Szeklicki	28-05-2026	16:30	17:00	00:30
<b>37 z 125</b> Żwacz – praca od strony jamy ustnej TMJ.	Paweł Szeklicki	29-05-2026	09:00	09:40	00:40

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>38 z 125</b> Skroniowy – relaksacja	Paweł Szeklicki	29-05-2026	09:40	10:20	00:40
<b>39 z 125</b> MOS – n. dodatkowy, n. błędny .	Paweł Szeklicki	29-05-2026	10:20	11:00	00:40
<b>40 z 125</b> Przerwa	Paweł Szeklicki	29-05-2026	11:00	11:15	00:15
<b>41 z 125</b> Rotatory zew. I wew. staw ramienny.	Paweł Szeklicki	29-05-2026	11:15	13:15	02:00
<b>42 z 125</b> Przerwa	Paweł Szeklicki	29-05-2026	13:15	14:00	00:45
<b>43 z 125</b> Dwugłowy i trójgłowy ramienia.	Paweł Szeklicki	29-05-2026	14:00	15:10	01:10
<b>44 z 125</b> Prostowniki i zginacze nadgarstka i palców .	Paweł Szeklicki	29-05-2026	15:10	15:45	00:35
<b>45 z 125</b> Przerwa	Paweł Szeklicki	29-05-2026	15:45	16:00	00:15
<b>46 z 125</b> Prostowniki i zginacze nadgarstka i palców.	Paweł Szeklicki	29-05-2026	16:00	17:00	01:00
<b>47 z 125</b> Techniki: TP,MPR, PRT, PIR. Biodrowo – lędźwiowy	Paweł Szeklicki	30-05-2026	09:00	09:40	00:40
<b>48 z 125</b> Więzadło pachwinowe	Paweł Szeklicki	30-05-2026	09:40	10:00	00:20
<b>49 z 125</b> Pośladkowy wielki	Paweł Szeklicki	30-05-2026	10:00	10:30	00:30
<b>50 z 125</b> Pośladkowy średni	Paweł Szeklicki	30-05-2026	10:30	11:00	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
51 z 125 Przerwa	Paweł Szeklicki	30-05-2026	11:00	11:15	00:15
52 z 125 Gruszkowaty	Paweł Szeklicki	30-05-2026	11:15	12:00	00:45
53 z 125 Naprężacz powięzi szerokiej	Paweł Szeklicki	30-05-2026	12:00	12:40	00:40
54 z 125 Krawiecki	Paweł Szeklicki	30-05-2026	12:40	13:00	00:20
55 z 125 Przerwa	Paweł Szeklicki	30-05-2026	13:00	14:00	01:00
56 z 125 Prosty uda, obszerny boczny, przyśrodkowy	Paweł Szeklicki	30-05-2026	14:00	15:45	01:45
57 z 125 Przerwa	Paweł Szeklicki	30-05-2026	15:45	16:00	00:15
58 z 125 Dwułkowy uda.	Paweł Szeklicki	30-05-2026	16:00	16:30	00:30
59 z 125 Piszczelowy przedni. Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .	Paweł Szeklicki	30-05-2026	16:30	17:00	00:30
60 z 125 Brzuchaty łydki	Paweł Szeklicki	31-05-2026	09:00	09:45	00:45
61 z 125 Płaszczkowaty	Paweł Szeklicki	31-05-2026	09:45	10:30	00:45
62 z 125 Przerwa	Paweł Szeklicki	31-05-2026	10:30	11:00	00:30
63 z 125 Strzałkowy długi i krótki	Paweł Szeklicki	31-05-2026	11:00	11:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
64 z 125 Rozciągno stopy - łuk boczny	Paweł Szeklicki	31-05-2026	11:45	12:15	00:30
65 z 125 Powtórzenie wybranych zagadnień - dodatkowe pytania	Paweł Szeklicki	31-05-2026	12:15	13:00	00:45
66 z 125 Wprowadzenie do diagnostyki różnicowej oraz omówienie podstawowych zagadnień.	Łukasz Skibiński	05-06-2026	09:00	11:00	02:00
67 z 125 Przerwa	Łukasz Skibiński	05-06-2026	11:00	11:15	00:15
68 z 125 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kończyny dolnej.	Łukasz Skibiński	05-06-2026	11:15	14:00	02:45
69 z 125 Przerwa	Łukasz Skibiński	05-06-2026	14:00	14:30	00:30
70 z 125 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kończyny dolnej.	Łukasz Skibiński	05-06-2026	14:30	17:00	02:30
71 z 125 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kręgosłupa.	Łukasz Skibiński	06-06-2026	09:00	11:00	02:00
72 z 125 Przerwa	Łukasz Skibiński	06-06-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
73 z 125 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kręgosłupa.	Łukasz Skibiński	06-06-2026	11:15	14:00	02:45
74 z 125 Przerwa	Łukasz Skibiński	06-06-2026	14:00	14:30	00:30
75 z 125 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kręgosłupa.	Łukasz Skibiński	06-06-2026	14:30	17:00	02:30
76 z 125 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kończyny górnej.	Łukasz Skibiński	07-06-2026	08:00	10:00	02:00
77 z 125 Przerwa	Łukasz Skibiński	07-06-2026	10:00	10:15	00:15
78 z 125 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kończyny górnej.	Łukasz Skibiński	07-06-2026	10:15	13:00	02:45
79 z 125 Przerwa	Łukasz Skibiński	07-06-2026	13:00	13:30	00:30
80 z 125 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kończyny górnej.	Łukasz Skibiński	07-06-2026	13:30	16:00	02:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>81 z 125</b>  Wprowadzenie do zagadnień związanych z kończyną dolną, ocena wizualna kończyny dolnej. Omówienie i opracowanie struktur mięśni kulszowo-goleniowych.</p>	Łukasz Skibiński	26-06-2026	09:00	11:00	02:00
<p><b>82 z 125</b> Przerwa</p>	Łukasz Skibiński	26-06-2026	11:00	11:15	00:15
<p><b>83 z 125</b>  Omówienie i opracowanie mięśni trójgłowego łydki oraz rejonu rozciągną podeszwowego i stopy.</p>	Łukasz Skibiński	26-06-2026	11:15	13:00	01:45
<p><b>84 z 125</b> Przerwa obiadowa</p>	Łukasz Skibiński	26-06-2026	13:00	13:45	00:45
<p><b>85 z 125</b>  Opracowanie rejonu rozciągną podeszwowego i stopy.</p>	Łukasz Skibiński	26-06-2026	13:45	15:45	02:00
<p><b>86 z 125</b>  Omówienie i opracowanie rejonu stawu kolanowego, rzepki, mięśnia czworogłowego uda</p>	Łukasz Skibiński	26-06-2026	15:45	17:00	01:15
<p><b>87 z 125</b>  Omówienie i opracowanie rejonu pasma biodrowo-piszczelowego oraz naprężacza powięzi szerokiej i mięśnia pośladkowego średniego.</p>	Łukasz Skibiński	27-06-2026	09:00	11:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
88 z 125 Przerwa	Łukasz Skibiński	27-06-2026	11:00	11:15	00:15
89 z 125 Omówienie i opracowanie mięśni strzałkowych, obszaru przedniej strony podudzia z mięśniami piszczelowym przednim i prostownikami stawu skokowego.	Łukasz Skibiński	27-06-2026	11:15	13:00	01:45
90 z 125 Przerwa obiadowa	Łukasz Skibiński	27-06-2026	13:00	13:45	00:45
91 z 125 Omówienie i opracowanie mięśni przywodzicieli uda, ścięgien zginaczy uda, więzadła pachwinowego.	Łukasz Skibiński	27-06-2026	13:45	15:45	02:00
92 z 125 Omówienie i opracowanie przyśrodkowej strony podudzia. Ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna rejonu łopatki	Łukasz Skibiński	27-06-2026	15:45	17:00	01:15
93 z 125 Omówienie i opracowanie mięśni równoległobocznych, najszerszego grzbietu, czworobocznego części wstępującej.	Łukasz Skibiński	28-06-2026	08:00	10:00	02:00
94 z 125 Przerwa	Łukasz Skibiński	28-06-2026	10:00	10:15	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>95 z 125</p> <p>Omówienie i opracowanie mięśni rotatorów zewnętrznych i wewnętrznych stawu ramiennego, mięśnia zębatego przedniego, nadgrzebieniowego, naramiennego.</p>	Łukasz Skibiński	28-06-2026	10:15	12:00	01:45
<p>96 z 125</p> <p>Przerwa</p>	Łukasz Skibiński	28-06-2026	12:00	12:45	00:45
<p>97 z 125</p> <p>Omówienie i opracowanie mięśni trójgłowego ramienia, dwugłowego ramienia i zginaczy stawu łokciowego</p>	Łukasz Skibiński	28-06-2026	12:45	14:30	01:45
<p>98 z 125</p> <p>Omówienie i opracowanie mięśni zginaczy dłoniowych i grzbietowych nadgarstka oraz mięśni dłoni.</p>	Łukasz Skibiński	28-06-2026	14:30	16:00	01:30
<p>99 z 125</p> <p>Wprowadzenie do treningu medycznego i omówienie założeń prawidłowego funkcjonowania ciała ludzkiego.</p>	Marcin Wałowski	03-07-2026	10:00	11:15	01:15
<p>100 z 125</p> <p>Przerwa</p>	Marcin Wałowski	03-07-2026	11:15	11:30	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>101 z 125</b> Kręgosłup- wyjaśnienie prawidłowej post. ciała oraz towarzyszących dysfunkcji kręgosłupa. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	03-07-2026	11:30	13:00	01:30
<b>102 z 125</b> Przerwa obiadowa	Marcin Wałowski	03-07-2026	13:00	13:45	00:45
<b>103 z 125</b> Lokalna praca z poszczególnymi odc kręgosłupa - Szyjny. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	03-07-2026	13:45	15:45	02:00
<b>104 z 125</b> Przerwa	Marcin Wałowski	03-07-2026	15:45	16:00	00:15
<b>105 z 125</b> Lokalna praca z poszczególnymi odc kręgosłupa - Piersiowy. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	03-07-2026	16:00	18:00	02:00
<b>106 z 125</b> Lokalna praca z poszczególnymi odc kręgosłupa - Łędźwiowy. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	04-07-2026	09:00	10:45	01:45
<b>107 z 125</b> Przerwa	Marcin Wałowski	04-07-2026	10:45	11:00	00:15
<b>108 z 125</b> Poprawa mobilności żeber i omówienie zdrowego oddychania.	Marcin Wałowski	04-07-2026	11:00	11:30	00:30
<b>109 z 125</b> Kończyna dolna - omówienie kluczowych założeń związanych ze stabilnością i mobilnością nóg.	Marcin Wałowski	04-07-2026	11:30	12:00	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
110 z 125 Przerwa	Marcin Wałowski	04-07-2026	12:00	12:15	00:15
111 z 125 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw skokowy. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	04-07-2026	12:15	13:45	01:30
112 z 125 Przerwa obiadowa	Marcin Wałowski	04-07-2026	13:45	14:30	00:45
113 z 125 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw kolanowy. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	04-07-2026	14:30	16:15	01:45
114 z 125 Przerwa	Marcin Wałowski	04-07-2026	16:15	16:30	00:15
115 z 125 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw biodrowy. Ćwiczenia Część 1	Marcin Wałowski	04-07-2026	16:30	17:00	00:30
116 z 125 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw biodrowy. Ćwiczenia Część 2	Marcin Wałowski	05-07-2026	08:00	09:00	01:00
117 z 125 Kończyna górna - wyjaśnienie budowy i funkcji ręki oraz towarzyszących jej najczęstszych dysfunkcji i problemów.	Marcin Wałowski	05-07-2026	09:00	10:00	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>118 z 125</b> Omówienie podstawowych założeń biomechanicznych jak budowa siły oraz stabilność w kończynie górnej.	Marcin Wałowski	05-07-2026	10:00	10:30	00:30
<b>119 z 125</b> Przerwa	Marcin Wałowski	05-07-2026	10:30	10:45	00:15
<b>120 z 125</b> Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw ramienny. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	05-07-2026	10:45	12:15	01:30
<b>121 z 125</b> Przerwa	Marcin Wałowski	05-07-2026	12:15	12:30	00:15
<b>122 z 125</b> Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw łokciowy. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	05-07-2026	12:30	13:00	00:30
<b>123 z 125</b> Przerwa obiadowa	Marcin Wałowski	05-07-2026	13:00	14:30	01:30
<b>124 z 125</b> Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw nadgarstkowy. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	05-07-2026	14:30	15:40	01:10
<b>125 z 125</b> Walidacja	-	05-07-2026	15:40	16:00	00:20

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena

**Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto** 6 398,00 PLN

Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży

**Koszt przypadający na 1 uczestnika netto** 6 398,00 PLN

**Koszt osobogodziny brutto** 52,44 PLN

**Koszt osobogodziny netto** 52,44 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 3

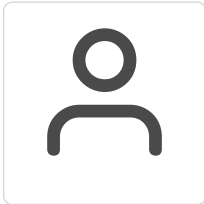


1 z 3

### Łukasz Skibiński

Fizjoterapeuta i dyplomowany osteopata. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach oraz Akademii Osteopatii w Krakowie. W Centrum instruktor szkolenia „MTG” oraz „Diagnostyka różnicowa z wnioskowaniem klinicznym”. Prowadzi praktykę kliniczną od 2013 r. Absolwent wielu szkoleń z dziedziny osteopatii, fizjoterapii, treningu personalnego czy dietetyki. Prywatnie szczęśliwy mąż, ojciec, pasjonat zdrowego trybu życia, anatomii i nauk związanych z człowiekiem.

Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.



2 z 3

### Paweł Szeklicki

Dyplomowany Terapeuta Integracji Strukturalnej (EGSI – Guild for Structural Integration in the tradition of Ida Rolf Ph.D), absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu. Specjalizuje się w terapii powięziowej oraz technikach mięśniowo-powięziowych, co czyni go ekspertem w zakresie pracy z punktami spustowymi i dysfunkcjami tkanek miękkich.

Jego wiedza i umiejętności są poparte licznymi szkoleniami, m.in. z metody Fascial Manipulation L. Stecco (Level I i II) oraz terapii wisceralnej (Szkoła Terapii Wisceralnej i Integratywnych Manualnych Metod Leczenia – Florinda Czeija). Jest założycielem Pomorskiego Centrum Integracji Strukturalnej w Gdańsku, gdzie prowadzi praktykę opartą na holistycznym podejściu do terapii.

W ramach szkolenia Terapia mięśniowo-powięziowych punktów spustowych i mięśniowo-powięziowe rozluźnianie (MPR) Paweł Szeklicki przekazuje uczestnikom nie tylko techniczne aspekty pracy z punktami spustowymi, ale również kliniczne podejście do diagnostyki i terapii zaburzeń mięśniowo-powięziowych. Dzięki swojemu wieloletniemu doświadczeniu oraz interdyscyplinarnej wiedzy, uczy skutecznych metod terapeutycznych, które pozwalają na kompleksowe podejście do pacjentów bólowych. Jego podejście do terapii opiera się na precyzyjnej palpacji, analizie klinicznej oraz wykorzystaniu technik wspomagających, takich jak: MPR, PRT, PIR.

Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.opis



3 z 3



## Marcin Wałowski

Fizjoterapeuta z ponad 13-letnim doświadczeniem, absolwent AWF w Poznaniu. Praktyka w SPA & Wellness pozwoliła 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 rozwijając umiejętności.

Indywidualne podejście pozwala mu osiągać efekty terapeutyczne poprawiające komfort życia pacjentów. Wierzy, że „nie ma rzeczy niemożliwych, są jedynie wymagające więcej czasu”. 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.

Jego optymizm i energia inspirują klientów do systematycznej pracy nad sobą.

Ukończone szkolenia:

- Studia na Akademii Osteopatii (w trakcie)
- Terapia punktów spustowych
- Techniki aktywnego i mięśniowo-powięziowego rozluźniania
- Techniki Energizacji Mięśni (2 moduły)
- Masaż klasyczny i leczniczy II stopnia
- Masaż Tkanek Głębokich (MTG)
- Kinesiology Taping (zaawansowany kurs)
- Odnowa biologiczna SPA & Wellness
- Trener personalny

Doświadczenie zdobyte nie wcześniej niż 5 lat wstecz.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje:

- obszerny skrypt szkoleniowy,
- materiały video -wszystkie filmy zostaną przesłane na Twojego pedriva w trakcie trwania szkolenia, żebyś mógł je sobie przypominać kiedy tylko chcesz! (udostępniane są po ówczesnym podpisaniu umowy o ich nierozpowszechnianiu)
- opiekę po szkoleniu (zamknięte forum dyskusyjne dla absolwentów naszego kursu gdzie dzielimy się wiedzą, doświadczeniami, zadajemy pytania i dyskutujemy w tematach praktyki gabinetowej).

### Warunki uczestnictwa

- Przed zapisem na kurs prosimy o kontakt z organizatorem w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.
- W celu dokonania zgłoszenia na kurs należy wysłać maila na adres [szkolenia@szkoleniauryzaj.pl](mailto:szkolenia@szkoleniauryzaj.pl) lub zadzwonić pod numer +48 663 041 233
- Po potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.

Wymagane min 80% obecności - prowadzona lista obecności.

### Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest w języku polskim.
- Przed zapisaniem się prosimy o wcześniejszy kontakt mailowy: [szkolenia@szkoleniauryzaj.pl](mailto:szkolenia@szkoleniauryzaj.pl).
- Weryfikacja obecności - papierowa lista obecności - podpis uczestnika.
- W cenę nie jest wliczony dojazd i wyżywienie.

# Adres

ul. Nowodworska 4  
85-120 Bydgoszcz  
woj. kujawsko-pomorskie

Actio. Centrum terapii manualnej i rehabilitacji. Czerwczak D.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

# Kontakt



**MARTA MICHALAK**

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

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