



CENTRUM
ZDROWIA GARBARY
64 SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ

★★★★★ 4,8 / 5

219 ocen

Szkolenie: Diagnostyka i terapia tkanek miękkich

Numer usługi 2026/03/19/178006/3418505

📍 Bydgoszcz

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 122:00 h

📅 02.07.2026 do 27.09.2026

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 ⓘ

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

01-07-2026

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
Wiedza 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
Umiejętności 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. Kompetencje społeczne Uczestnik podejmuje odpowiedzialne decyzje diagnostyczne, pracuje zgodnie z zasadami bezpieczeństwa pacjenta oraz współpracuje z innymi specjalistami, kierując pacjenta do dalszej diagnostyki w uzasadnionych przypadkach.	Samodzielnie wykonuje badanie, dobiera odpowiednie testy oraz interpretuje ich wyniki w kontekście problemu pacjenta. Podejmuje adekwatne decyzje kliniczne i respektuje granice kompetencji zawodowych.	Obserwacja w warunkach symulowanych 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 wyrażnie 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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. 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: Terapia mięśniowo-powięziowych punktów spustowych (MTrPS) i mięśniowo powięziowe rozluźnianie (MPR), termin 02-05 lipca 2026

UWAGA! MODUŁ 1 odbywa się w innym miejscu - Hotel Focus Bydgoszcz, Bernardyńska 13, 85-029 Bydgoszcz

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

Moduł 2: Diagnostyka różnicowa z wnioskowaniem klinicznym, termin 10-12 lipca 2026

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

Moduł 3: Masaż tkanek głębokich 1, termin 11-13 września 2026

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

Moduł 4: Aktywna terapia ruchowa w fizjoterapii, termin 18-20 września 2026

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

Moduł 5: Masaż tkanek głębokich 2, termin 25-27 września 2026

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

Moduł I:

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, przysrodkowy
- 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 II:

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 III:

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 IV:

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 ramennego.
- Praca nad stawami łokciowym i nadgarstkiem – integracja kończyny górnej w ruchu globalnym.
- Ćwiczenia torujące zakresy ruchomości i wzmacniające obręcz barkową.

Moduł V:

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

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

WALIDACJA

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: 126

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 126 Punkty spustowe – definicja, fizjologia i klasyfikacja.	Paweł Szeklicki	02-07-2026	11:00	11:15	00:15
2 z 126 Podstawy zaburzeń bólowych struktura mięśniowo – powięziowa.	Paweł Szeklicki	02-07-2026	11:15	11:30	00:15
3 z 126 Czynniki sprzyjające powstawaniu punktów spustowych.	Paweł Szeklicki	02-07-2026	11:30	11:40	00:10
4 z 126 Zaburzenia postawy – punkty spustowe. Przeciwwskazania do terapii.	Paweł Szeklicki	02-07-2026	11:40	11:50	00:10
5 z 126 Sposoby lokalizacji i palpacji punktów spustowych – uważność i kryteria jako istotne narzędzie badawcze.	Paweł Szeklicki	02-07-2026	11:50	12:00	00:10
6 z 126 Metody i skuteczne techniki terapeutyczne wspomagające prace na punktach spustowych MPR, PRT, PIR	Paweł Szeklicki	02-07-2026	12:00	12:15	00:15
7 z 126 Przerwa	Paweł Szeklicki	02-07-2026	12:15	12:30	00:15
8 z 126 Mięśnie oddechowe – obręcz barkowa. Techniki: TP, MPR, PRT, PIR. Czworoboczny – trapezowy	Paweł Szeklicki	02-07-2026	12:30	13:00	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
9 z 126 MOS – praca z nerwem dodatkowym.	Paweł Szeklicki	02-07-2026	13:00	13:30	00:30
10 z 126 Pochyłe	Paweł Szeklicki	02-07-2026	13:30	14:00	00:30
11 z 126 Piersiowy większy .	Paweł Szeklicki	02-07-2026	14:00	14:30	00:30
12 z 126 Piersiowy mniejszy.	Paweł Szeklicki	02-07-2026	14:30	15:00	00:30
13 z 126 Przerwa	Paweł Szeklicki	02-07-2026	15:00	15:40	00:40
14 z 126 Podobojczykowy – 1 żebro	Paweł Szeklicki	02-07-2026	15:40	16:00	00:20
15 z 126 Przepona	Paweł Szeklicki	02-07-2026	16:00	16:30	00:30
16 z 126 Zębaty przedni	Paweł Szeklicki	02-07-2026	16:30	17:00	00:30
17 z 126 Żwacz – praca od strony jamy ustnej TMJ.	Paweł Szeklicki	03-07-2026	09:00	09:40	00:40
18 z 126 Skroniowy – relaksacja	Paweł Szeklicki	03-07-2026	09:40	10:20	00:40
19 z 126 MOS – n. dodatkowy, n. błędny .	Paweł Szeklicki	03-07-2026	10:20	11:00	00:40
20 z 126 Przerwa	Paweł Szeklicki	03-07-2026	11:00	11:15	00:15
21 z 126 Rotatory zew. I wew. staw ramienny.	Paweł Szeklicki	03-07-2026	11:15	13:15	02:00
22 z 126 Przerwa	Paweł Szeklicki	03-07-2026	13:15	14:00	00:45
23 z 126 Dwugłowy i trójąłowy ramienia.	Paweł Szeklicki	03-07-2026	14:00	15:10	01:10

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
24 z 126 Prostowniki i zginacze nadgarstka i palców .	Paweł Szeklicki	03-07-2026	15:10	15:45	00:35
25 z 126 Przerwa	Paweł Szeklicki	03-07-2026	15:45	16:00	00:15
26 z 126 Prostowniki i zginacze nadgarstka i palców.	Paweł Szeklicki	03-07-2026	16:00	17:00	01:00
27 z 126 Techniki: TP,MPR, PRT, PIR. Biodrowo – lędźwiowy	Paweł Szeklicki	04-07-2026	09:00	09:40	00:40
28 z 126 Więzadło pachwinowe	Paweł Szeklicki	04-07-2026	09:40	10:00	00:20
29 z 126 Pośladowy wielki	Paweł Szeklicki	04-07-2026	10:00	10:30	00:30
30 z 126 Pośladowy średni	Paweł Szeklicki	04-07-2026	10:30	11:00	00:30
31 z 126 Przerwa	Paweł Szeklicki	04-07-2026	11:00	11:15	00:15
32 z 126 Gruszkowaty	Paweł Szeklicki	04-07-2026	11:15	12:00	00:45
33 z 126 Naprężacz powięzi szerokiej	Paweł Szeklicki	04-07-2026	12:00	12:40	00:40
34 z 126 Krawiecki	Paweł Szeklicki	04-07-2026	12:40	13:00	00:20
35 z 126 Przerwa	Paweł Szeklicki	04-07-2026	13:00	14:00	01:00
36 z 126 Prosty uda, obszerne boczne, przyśrodkowe	Paweł Szeklicki	04-07-2026	14:00	15:45	01:45
37 z 126 Przerwa	Paweł Szeklicki	04-07-2026	15:45	16:00	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
38 z 126 Dwułgłowy uda.	Paweł Szeklicki	04-07-2026	16:00	16:30	00:30
39 z 126 Piszczelowy przedni. Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .	Paweł Szeklicki	04-07-2026	16:30	17:00	00:30
40 z 126 Brzuchaty łydki	Paweł Szeklicki	05-07-2026	09:00	09:45	00:45
41 z 126 Płaszczkowaty	Paweł Szeklicki	05-07-2026	09:45	10:30	00:45
42 z 126 Przerwa	Paweł Szeklicki	05-07-2026	10:30	11:00	00:30
43 z 126 Strzałkowy długi i krótki	Paweł Szeklicki	05-07-2026	11:00	11:45	00:45
44 z 126 Rozciągnięno stopy - łuk boczny	Paweł Szeklicki	05-07-2026	11:45	12:15	00:30
45 z 126 Powtórzenie wybranych zagadnień - dodatkowe pytania	Paweł Szeklicki	05-07-2026	12:15	13:00	00:45
46 z 126 Wprowadzenie do diagnostyki różnicowej oraz omówienie podstawowych zagadnień.	Łukasz Skibiński	10-07-2026	09:00	11:00	02:00
47 z 126 Przerwa	Łukasz Skibiński	10-07-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
48 z 126 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kończyny dolnej.	Łukasz Skibiński	10-07-2026	11:15	14:00	02:45
49 z 126 Przerwa	Łukasz Skibiński	10-07-2026	14:00	14:30	00:30
50 z 126 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kończyny dolnej.	Łukasz Skibiński	10-07-2026	14:30	17:00	02:30
51 z 126 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kręgosłupa.	Łukasz Skibiński	11-07-2026	09:00	11:00	02:00
52 z 126 Przerwa	Łukasz Skibiński	11-07-2026	11:00	11:15	00:15
53 z 126 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kręgosłupa.	Łukasz Skibiński	11-07-2026	11:15	14:00	02:45
54 z 126 Przerwa	Łukasz Skibiński	11-07-2026	14:00	14:30	00:30
55 z 126 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kręgosłupa.	Łukasz Skibiński	11-07-2026	14:30	17:00	02:30
56 z 126 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kończyny górnej.	Łukasz Skibiński	12-07-2026	08:00	10:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
57 z 126 Przerwa	Łukasz Skibiński	12-07-2026	10:00	10:15	00:15
58 z 126 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kończyny górnej.	Łukasz Skibiński	12-07-2026	10:15	13:00	02:45
59 z 126 Przerwa	Łukasz Skibiński	12-07-2026	13:00	13:30	00:30
60 z 126 Omówienie dysfunkcji oraz testów diagnostycznych w rejonie kończyny górnej.	Łukasz Skibiński	12-07-2026	13:30	16:00	02:30
61 z 126 Wprowadzenie do metody MTG, jej filozofii i zastosowania. Ocena wizualna oraz screeningowe badanie ciała pacjenta.	Rafał Uryzaj	11-09-2026	10:00	12:00	02:00
62 z 126 Przerwa	Rafał Uryzaj	11-09-2026	12:00	12:15	00:15
63 z 126 Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu w pozycji leżącej.	Rafał Uryzaj	11-09-2026	12:15	14:00	01:45
64 z 126 Przerwa obiadowa	Rafał Uryzaj	11-09-2026	14:00	14:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
65 z 126 Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu z włączeniem funkcji zginania grzbietu, elongacji, skrętu tułowia i wyprostu	Rafał Uryzaj	11-09-2026	14:45	16:45	02:00
66 z 126 Omówienie oraz opracowanie mięśni podpotylicznych, czepca ścięgniastego i mięśnia czołowego.	Rafał Uryzaj	11-09-2026	16:45	18:00	01:15
67 z 126 Omówienie oraz opracowanie struktur głowy w tym mięśni żwacza, skroniowego badanie funkcjonalne odcinka szyjnego, terapia mięśnia mostkowo-obojczykowo-sutkowego	Rafał Uryzaj	12-09-2026	10:00	12:00	02:00
68 z 126 Przerwa	Rafał Uryzaj	12-09-2026	12:00	12:15	00:15
69 z 126 Omówienie i wykonania badania jamy brzusznej, omówienie i opracowanie rejonu powłok brzusznych w tym mięśni prostego brzucha, skośnych zewnętrznych brzucha i mięśni piramidowych.	Rafał Uryzaj	12-09-2026	12:15	14:00	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
70 z 126 Przerwa	Rafał Uryzaj	12-09-2026	14:00	14:45	00:45
71 z 126 Ocena wizualna klatki piersiowej, omówienie typów, opracowanie globalnej terapii klatki piersiowej, mięśni piersiowych większych, mniejszych, podobojczykowych.	Rafał Uryzaj	12-09-2026	14:45	16:45	02:00
72 z 126 Omówienie i opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatk, prostowników głowy i szyi w pozycji siedzącej.	Rafał Uryzaj	12-09-2026	16:45	18:00	01:15
73 z 126 Opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatk, prostowników głowy i szyi w pozycji leżącej.	Rafał Uryzaj	13-09-2026	09:00	09:45	00:45
74 z 126 Omówienie i opracowanie mięśni pochyłych przednich i przepony.	Rafał Uryzaj	13-09-2026	09:45	11:00	01:15
75 z 126 Przerwa	Rafał Uryzaj	13-09-2026	11:00	11:15	00:15
76 z 126 Omówienie i opracowanie mięśnia lędźwiowego i biodrowego	Rafał Uryzaj	13-09-2026	11:15	13:00	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
77 z 126 Przerwa	Rafał Uryzaj	13-09-2026	13:00	13:45	00:45
78 z 126 Omówienie i opracowanie mięśnia czworobocznego lędźwi w pozycji leżącej.	Rafał Uryzaj	13-09-2026	13:45	15:00	01:15
79 z 126 Omówienie i opracowanie mięśnia pośladkowego wielkiego i gruszkowatego	Rafał Uryzaj	13-09-2026	15:00	16:00	01:00
80 z 126 Omówienie i opracowanie tkanek w rejonie kości krzyżowej i ogonowej. ~podsumowanie i zakończenie 1 modułu.	Rafał Uryzaj	13-09-2026	16:00	17:00	01:00
81 z 126 Wprowadzenie do treningu medycznego i omówienie założeń prawidłowego funkcjonowania ciała ludzkiego.	Marcin Wałowski	18-09-2026	10:00	11:15	01:15
82 z 126 Przerwa	Marcin Wałowski	18-09-2026	11:15	11:30	00:15
83 z 126 Kręgosłup- wyjaśnienie prawidłowej post. ciała oraz towarzyszących dysfunkcji kręgosłupa. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	18-09-2026	11:30	13:00	01:30
84 z 126 Przerwa obiadowa	Marcin Wałowski	18-09-2026	13:00	13:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
85 z 126 Lokalna praca z poszczególnymi odc kręgosłupa - Szyjny. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	18-09-2026	13:45	15:45	02:00
86 z 126 Przerwa	Marcin Wałowski	18-09-2026	15:45	16:00	00:15
87 z 126 Lokalna praca z poszczególnymi odc kręgosłupa - Piersiowy. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	18-09-2026	16:00	18:00	02:00
88 z 126 Lokalna praca z poszczególnymi odc kręgosłupa - Lędźwiowy. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	19-09-2026	09:00	10:45	01:45
89 z 126 Przerwa	Marcin Wałowski	19-09-2026	10:45	11:00	00:15
90 z 126 Poprawa mobilności żeber i omówienie zdrowego oddychania.	Marcin Wałowski	19-09-2026	11:00	11:30	00:30
91 z 126 Kończyna dolna - omówienie kluczowych założeń związanych ze stabilnością i mobilnością nóg.	Marcin Wałowski	19-09-2026	11:30	12:00	00:30
92 z 126 Przerwa	Marcin Wałowski	19-09-2026	12:00	12:15	00:15
93 z 126 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw skokowy. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	19-09-2026	12:15	13:45	01:30
94 z 126 Przerwa obiadowa	Marcin Wałowski	19-09-2026	13:45	14:30	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
95 z 126 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw kolanowy. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	19-09-2026	14:30	16:15	01:45
96 z 126 Przerwa	Marcin Wałowski	19-09-2026	16:15	16:30	00:15
97 z 126 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw biodrowy. Ćwiczenia Część 1	Marcin Wałowski	19-09-2026	16:30	17:00	00:30
98 z 126 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw biodrowy. Ćwiczenia Część 2	Marcin Wałowski	20-09-2026	08:00	09:00	01:00
99 z 126 Kończyna górna - wyjaśnienie budowy i funkcji ręki oraz towarzyszących jej najczęstszych dysfunkcji i problemów.	Marcin Wałowski	20-09-2026	09:00	10:00	01:00
100 z 126 Omówienie podstawowych założeń biomechanicznych jak budować siłę oraz stabilność w kończynie górnej.	Marcin Wałowski	20-09-2026	10:00	10:30	00:30
101 z 126 Przerwa	Marcin Wałowski	20-09-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
102 z 126 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw ramienny. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	20-09-2026	10:45	12:15	01:30
103 z 126 Przerwa	Marcin Wałowski	20-09-2026	12:15	12:30	00:15
104 z 126 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw łokciowy. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	20-09-2026	12:30	13:00	00:30
105 z 126 Przerwa obiadowa	Marcin Wałowski	20-09-2026	13:00	14:30	01:30
106 z 126 Lokalna praca z poszczególnymi stawami kończyny dolnej - Staw nadgarstkowy. Ćwiczenia	Marcin Wałowski	20-09-2026	14:30	16:00	01:30
107 z 126 Wprowadzenie do zagadnień związanych z kończyną dolną, ocena wizualna kończyny dolnej. Omówienie i opracowanie struktur mięśni kulszowo-goleniowych.	Rafał Uryzaj	25-09-2026	10:00	12:00	02:00
108 z 126 Przerwa	Rafał Uryzaj	25-09-2026	12:00	12:15	00:15
109 z 126 Omówienie i opracowanie mięśni trójdłowego łydki oraz rejonu rozciągna podeszwowego i stopy.	Rafał Uryzaj	25-09-2026	12:15	14:00	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
110 z 126 Przerwa obiadowa	Rafał Uryzaj	25-09-2026	14:00	14:45	00:45
111 z 126 Opracowanie rejonu rozciągna podeszwowego i stopy.	Rafał Uryzaj	25-09-2026	14:45	16:45	02:00
112 z 126 Omówienie i opracowanie rejonu stawu kolanowego, rzepki, mięśnia czworogłowego uda	Rafał Uryzaj	25-09-2026	16:45	18:00	01:15
113 z 126 Omówienie i opracowanie rejonu pasma biodrowo-piszczelowego oraz naprężacza powięzi szerokiej i mięśnia pośladkowego średniego.	Rafał Uryzaj	26-09-2026	10:00	12:00	02:00
114 z 126 Przerwa	Rafał Uryzaj	26-09-2026	12:00	12:15	00:15
115 z 126 Omówienie i opracowanie mięśni strzałkowych, obszaru przedniej strony podudzia z mięśniami piszczelowym przednim i prostownikami stawu skokowego.	Rafał Uryzaj	26-09-2026	12:15	14:00	01:45
116 z 126 Przerwa obiadowa	Rafał Uryzaj	26-09-2026	14:00	14:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
117 z 126 Omówienie i opracowanie mięśni przywodzicieli uda, ścięgien zginaczy uda, więzadła pachwinowego.	Rafał Uryzaj	26-09-2026	14:45	16:00	01:15
118 z 126 Omówienie i opracowanie przyśrodkowej strony podudzia	Rafał Uryzaj	26-09-2026	16:00	16:45	00:45
119 z 126 Ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna rejonu łopatki	Rafał Uryzaj	26-09-2026	16:45	18:00	01:15
120 z 126 Omówienie i opracowanie mięśni równoległobocznych, najszerszego grzbietu, czworobocznego części wstępującej.	Rafał Uryzaj	27-09-2026	09:00	11:00	02:00
121 z 126 Przerwa	Rafał Uryzaj	27-09-2026	11:00	11:15	00:15
122 z 126 Omówienie i opracowanie mięśni rotatorów zewnętrznych i wewnętrznych stawu ramiennego, mięśnia zębatego przedniego, nadgrzebieniowego, naramiennego.	Rafał Uryzaj	27-09-2026	11:15	13:00	01:45
123 z 126 Przerwa	Rafał Uryzaj	27-09-2026	13:00	13:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
124 z 126 Omówienie i opracowanie mięśni trójęgłowego ramienia, dwujęgłowego ramienia i zginaczy stawu łokciowego	Rafał Uryzaj	27-09-2026	13:45	15:30	01:45
125 z 126 Omówienie i opracowanie mięśni zginaczy dłoniowych i grzbietowych nadgarstka oraz mięśni dłoni. Podsumowanie i zakończenie kursu. Wręczenie dyplomów.	Rafał Uryzaj	27-09-2026	15:30	16:40	01:10
126 z 126 Walidacja	-	27-09-2026	16:40	17:00	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: 4

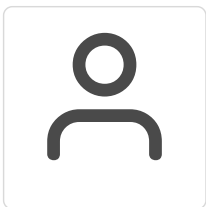


1 z 4

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. Instruktor zwraca szczególną uwagę na skuteczną pracę z powięzią powierzchowną, co stanowi wyróżniający aspekt szkolenia.



2 z 4

Rafał Uryzaj

Fizjoterapeuta i dyplomowany osteopata z ponad 15-letnim doświadczeniem. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu na kierunku fizjoterapia. Założyciel i dyrektor Centrum Szkoleniowego Rafała Uryzaja oraz Roczного Studium Terapii Tkanek Miękkich. Autor badań naukowych, publikacji oraz bestsellerowej książki „Anatomia Masażu Tkanek Głębokich”. Członek Krajowej Izby Fizjoterapii (KIF) i Klubu „Ludzie Masażu”. Wydawca i autor książki Anatomia Masażu Tkanek Głębokich. Jego głównym nurtem zainteresowań jest osteopatia, praca strukturalna i integracja ciała w celu jego balansowania i harmonizacji. Mówi o sobie, że jako osoba stale żądna wiedzy, oprócz jej przekazywania od 2008 roku, nieustannie podnosi swoje kwalifikacje, by być lepszym terapeutą, nauczycielem i człowiekiem.

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

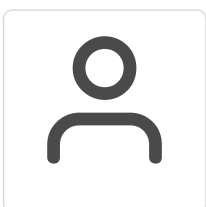


3 z 4

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.



4 z 4

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 lub zadzwonić pod numer +48 663 041 233
- Po potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.

Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest w języku polskim.
- Przed zapisaniem się prosimy o wcześniejszy kontakt mailowy: szkolenia@szkoleniauryzaj.pl.
- Weryfikacja obecności - papierowa lista obecności - podpis uczestnika.
- W cenę nie jest wliczony dojazd i wyżywienie.
- Wymagane min 80% obecności - prowadzona lista obecności.

Adres

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

Actio. Centrum terapii manualnej i rehabilitacji. Czerwczak D.

Moduł 1 odbywa się w innej sali - Hotel Focus Bydgoszcz, Adres: Bernardyńska 13, 85-029 Bydgoszcz

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



MARTA MICHALAK

E-mail szkolenia@szkoleniauryzaj.pl

Telefon (+48) 663 041 233