



Profiteo Group
Jarosław Nieradka



Kettlebells for Health - Koncepcja treningu medycznego KFH1 z kwalifikacją zawodową

Numer usługi 2024/06/15/25116/2184643

📍 Domasław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 32 h

📅 23.08.2024 do 25.08.2024

5 100,00 PLN brutto

5 100,00 PLN netto

159,38 PLN brutto/h

159,38 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Sposób dofinansowania	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
Grupa docelowa usługi	Grupę docelową stanowią fizjoterapeuci, trenerzy personalni, nauczyciele wychowania fizycznego, trenerzy motoryczni, trenerzy medyczni, trenerzy i instruktorzy różnych dyscyplin sportowych. Brak dodatkowych wymagań dotyczących dodatkowych umiejętności w zakresie Kettlebells for Health.
Minimalna liczba uczestników	8
Maksymalna liczba uczestników	30
Data zakończenia rekrutacji	21-08-2024
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	32
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie "Kettlebells for Health - Koncepcja treningu medycznego KFH1" przygotowuje uczestników w zakresie wiedzy teoretycznej i praktycznej dotyczącej diagnostyki fizjoterapeutycznej oraz treningowej do prowadzenia treningu medycznego. Uczestnicy nabędą umiejętności w zakresie budowania jednostki treningowej, dopasowania ćwiczeń dla trenujących, poznają ćwiczenia, ich technikę, możliwości ich zastosowania w treningu fizjoterapeutycznym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik posługuje się wiedzę teoretyczną i praktyczną dotyczącą diagnostyki fizjoterapeutycznej oraz treningowej w zakresie treningu medycznego	Charakteryzuje i rozróżnia typy diagnostyki fizjoterapeutycznej oraz treningowej w zakresie treningu medycznego	Test teoretyczny
	Omawia i dobiera typ diagnostyki fizjoterapeutycznej oraz treningowej w zakresie treningu medycznego	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik buduje i stosuje jednostkę treningową	Omawia i dobiera budowę i stosowanie jednostki treningowej	Wywiad swobodny
	Wymienia i charakteryzuje techniki przygotowywania jednostki treningowej oraz ją stosuje	Wywiad swobodny
Dopasowuje trudność ćwiczenia dla trenującego	Omawia i dobiera poziomy trudności ćwiczeń dla trenującego	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wymienia i charakteryzuje poziomy trudności ćwiczeń	Obserwacja w warunkach symulowanych
Przygotowuje ćwiczenia, technikę ćwiczeń, możliwości ich zastosowania w treningu	Wymienia i charakteryzuje ćwiczenia, technikę ćwiczeń, możliwości ich zastosowania w treningu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Omawia i dobiera ćwiczenia, technikę ćwiczeń, możliwości ich zastosowania w treningu	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kwalifikacje zarejestrowane w Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji

Kwalifikacje	Prowadzenie procesu treningu personalnego
Kod kwalifikacji w Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji	13481
Nazwa/Kategoria Podmiotu prowadzącego walidację	AKADEMIA MISTRZOSTWA SPORTOWEGO REKREACJI I TURYSTYKI IM. SŁAWOMIRA SZYMCZAKA WYDZIAŁ EDUKACJI SPORTOWEJ SŁAWOMIR SZYMCZAK

Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Nie
Nazwa/Kategoria Podmiotu certyfikującego	AKADEMIA MISTRZOSTWA SPORTOWEGO REKREACJI I TURYSTYKI IM. SŁAWOMIRA SZYMCZAKA WYDZIAŁ EDUKACJI SPORTOWEJ SŁAWOMIR SZYMCZAK
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Tak

Program

Grupę docelową stanowią fizjoterapeuci, trenerzy personalni, nauczyciele wychowania fizycznego, trenerzy motoryczni, trenerzy medyczni, trenerzy i instruktorzy różnych dyscyplin sportowych, którzy chcą poprzez warsztatową formę prowadzenia zajęć nabyć wiedzę i umiejętności w zakresie prowadzenia treningu medycznego z wykorzystaniem kettlebells. Aby wziąć udział w szkoleniu uczestnik nie musi spełniać dodatkowych wymagań czy posiadać doświadczenia w zakresie treningu fizjoterapeutycznego z kettlebells.

Jedna godzina zajęć = 45 minut. Zajęcia odbywają się w modułach trwających 45 minut.

Szkolenie obejmuje następujące zagadnienia:

- 1. Historia odważników kulowych.**
- 2. Człowiek i filozofia treningu według koncepcji Kettlebells for Health. Prawdziwy wizerunek człowieka -Kalos Kagathatos.**
- 3. Diagnostyka w treningu medycznym. Obszary diagnostyki:**
 - I. Medyczny:
 - Fizjoterapia.
 - Ortopedia.
 - Kardiologia.
 - Neurologia.
 - Każda inna potrzebna diagnostyka z obszaru medycznego.
 - Badania krwi.
 - Przyjmowane leki, suplementy, doping.
 - II. Zdolności motoryczne.
 - III. Technika wykonywania ćwiczeń, czynności ruchowych.
 - IV. Doświadczenie sportowe, inteligencja ruchowa.
 - V. Styl życia.
- 4. Budowa jednostki treningowej w ujęciu treningu medycznego.**
- 5. Składowe treningu oporowego.**
- 6. Jakość w treningu.**
- 7. Schemat gradacji ćwiczeń.**
- 8. Od treningu ogólnorozwojowego do treningu specjalistycznego. Minimalizm maksymalny w treningu.**
- 9. Stabilność, mobilność, gibkość – co to jest?**
- 10. Analiza techniki poszczególnych ćwiczeń. Schemat nauczania techniki ćwiczenia. Rodzaje chwytów i pozycja Rack Position.**

Ćwiczenia

Gorilla row – wiosłowanie w pozycji goryla.
Kettlebell squat stance deadlift – martwy ciąg z odważnikiem w pozycji przysiadu.
Goblet squat – przysiad z kettlem trzymanym w pozycji kielicha.
Kettlebell front squat – przysiad z kettlem trzymanym z przodu.
Kettlebell good morning – skłony dzień dobry.
Kettlebell deadlift – martwy ciąg z kettlem.
Kettlebell swing – wymach.
One arm kettlebell swing – wymach jednorącz z kettlem.
False kettlebell clean – wspomagany zarzut.
Kettlebell dead clean – zarzut z martwego punktu.
Clean – zarzut.
Kettlebell Halo – aureola.
Kettlebell floor press – wyciskanie kettla w leżeniu na podłodze.

Kettlebell bottom up press – wyciskanie kettlem w pozycji do góry kulą.

Kettlebell press – wyciskanie kettla nad głowę.

Kettlebell langes – wykroki z kettlem.

Overhead kettlebell stance/walk – spacer/stanie z kettle w pozycji trzymania nad głową.

Kettlebell cossack squat – przysiady kozackie z kettlem.

Turkish get up – tureckie wstawanie.

11. Egzamin

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

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

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt usługi brutto	5 100,00 PLN
Koszt usługi netto	5 100,00 PLN
Koszt godziny brutto	159,38 PLN
Koszt godziny netto	159,38 PLN
W tym koszt walidacji brutto	300,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	300,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	0,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	0,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Przemysław Kubiak

Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego, kierunek wychowanie fizyczne.

Absolwent Wyższej Szkoły Fizjoterapii we Wrocławiu.

Student Akademii Osteopatii.

Uczestnik szkoleń fizjoterapeutycznych: Metoda GDS, FM I, II, III, OMT Kaltenborn-Evjenth.

Instruktor sportów siłowych oraz karate sportowego.

Instruktor 2 stopnia GIRYA Strong First – najbardziej znana i prestiżowa federacja, która prowadzi ogólnoświatowe szkolenia z zakresu treningu z użyciem odważników kulowych kettlebell, sztang oraz ćwiczeń kalenistycznych.

Instruktor EXOS – jedno z najbardziej znanych szkoleń na świecie z zakresu przygotowania motorycznego, ergonomii treningu dla podniesienia wydajności w pracy. Exos szkoli sportowców NBA, NFL, NHL oraz wszystkich pragnących nauczyć się prozdrowotnego treningu.

Wielokrotny Mistrz Polski w Karate WKF w formule kumite i kata.

Były członek Kadry Narodowej Polski oraz Akademickiej Kadry Polski w Karate WKF.

15 lat doświadczenia w pracy jako fizjoterapeuta.

26 lat stażu treningowego.

19 lat doświadczenia w pracy jako trener i instruktor.

Dyrektor zarządzający projektem szkoleniowym Kettlebells for Health.

Dyrektor wyszkolenia ds. Treningu Medycznego i Fizjoterapii w Centrum FSM.

Instruktor Kettlebell Giriewoj Sport.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymają skrypty z materiałami szkoleniowymi w postaci drukowanej lub elektronicznej.

Dostęp do filmów online, prezentujących technikę wykonywania ćwiczeń przedstawionych na kursie.

Koszulka treningowa, sygnowaną logo Kettlebells For Health.

Informacje dodatkowe

Uczestnicy otrzymują materiały dydaktyczne w postaci prezentacji / skryptu dotyczące tematyki szkolenia w formie papierowej lub elektronicznej.

Realizator szkolenia zastrzega, że w przypadku braku minimalnej liczby uczestników szkolenie może zostać przesunięte w terminie jego realizacji lub odwołane.

Podatek VAT

Usługa szkoleniowa jest zwolniona z podatku VAT w przypadku, kiedy przedsiębiorstwo zwolnione jest z podatku VAT lub dofinansowanie ze środków publicznych wynosi co najmniej 70%. W innej sytuacji do ceny netto doliczane jest 23% VAT

Podstawa: §3 ust. 1 pkt. 14 roz. Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w spr.zwolnień od podatku od towarów i usług (...)

(Dz.U. z 2018 r., poz. 701)

Koszt szkolenia nie obejmuje kosztów dojazdu i zakwaterowania podczas szkolenia.

Adres

ul. Inwestycyjna 8

55-040 Domasław

woj. dolnośląskie

Centrum Sportu Domasław:

- obiekt sportowy o powierzchni 1600 m kw.
- szatnie, pomieszczenia sanitarne, jadalnia, kuchnia, salka konferencyjna
- duży bezpłatny parking na terenie obiektu
- zaplecze hotelowe w odległości 1 km
- wi-fi

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Udogodnienia dla osób ze szczególnymi potrzebami
- Zaplecze sanitarne i socjalne dla uczestników szkolenia Bezpłatny parking

Kontakt



Jarosław Nieradka

E-mail jaroslaw.nieradka@gmail.com

Telefon (+48) 697 712 771