



Profiteo Group  
Jarosław Nieradka



## Szkolenie Landmine level 2

Numer usługi 2024/07/01/25116/2204247

📍 Domaśław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 32 h

📅 30.11.2024 do 01.12.2024

5 100,00 PLN brutto

5 100,00 PLN netto

159,38 PLN brutto/h

159,38 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Medycyna
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla osób indywidualnych wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Grupę docelową stanowią fizjoterapeuci, nauczyciele wychowania fizycznego, trenerzy personalni, motoryczni, medyczni, trenerzy oraz instruktorzy różnych dyscyplin sportowych, którzy chcą poznać system treningowy oparty na unikalnym sposobie postrzegania ludzkiego ciała i nowatorskiej filozofii treningu, a także właściwą drogę do sprawności fizycznej i umysłowej oraz zdrowia.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	8
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	30
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	29-11-2024
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	32
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest podnoszenie poziomu wiedzy specjalistycznej w zakresie treningu medycznego oraz treningu ogólnorozwojowego, opanowanie wszystkich ćwiczeń z pierwszego poziomu, zastosowanie skutecznych koncepcji

treningowych dla klientów, nauka prostych wskazówek trenerskich, aby maksymalnie wykorzystać każde podniesienie, głębsze zrozumienie teorii biomechaniki kręgosłupa, jak również wprowadzenie zaawansowanych technik ćwiczeń z koncepcji treningu Landmine University.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik dysponuje wiedzą teoretyczną i praktyczną dotyczącą treningu medycznego oraz treningu ogólnorozwojowego	Definiuje rozszerzone techniki ćwiczeń ze sztanga w koncepcji Landmine university Charakteryzuje założenia koncepcji Landmine i jej głównych zasad	Wywiad swobodny
	Dopasowuje poziom trudności ćwiczenia dla trenującego Analizuje technikę ćwiczeń i możliwości ich zastosowania w treningu	Wywiad swobodny
	Wykorzystuje zdobyte praktyczne umiejętności z zakresu dydaktyki i metodyki nauczania w procesie treningu w koncepcji landmine. Tworzy i stosuje Landmine University w pracy z klientami i we własnym programie treningowym	Obserwacja w warunkach symulowanych

## Kwalifikacje

### Kwalifikacje zarejestrowane w Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji

<b>Kwalifikacje</b>	Prowadzenie procesu treningu personalnego
<b>Kod kwalifikacji w Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji</b>	13481
<b>Nazwa/Kategoria Podmiotu prowadzącego walidację</b>	AKADEMIA MISTRZOSTWA SPORTOWEGO REKREACJI I TURYSTYKI IM. SŁAWOMIRA SZYMCZAKA WYDZIAŁ EDUKACJI SPORTOWEJ SŁAWOMIR SZYMCZAK
<b>Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR</b>	Nie
<b>Nazwa/Kategoria Podmiotu certyfikującego</b>	AKADEMIA MISTRZOSTWA SPORTOWEGO REKREACJI I TURYSTYKI IM. SŁAWOMIRA SZYMCZAKA WYDZIAŁ EDUKACJI SPORTOWEJ SŁAWOMIR SZYMCZAK
<b>Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR</b>	Tak

# Program

Grupę docelową stanowią fizjoterapeuci, nauczyciele wychowania fizycznego, trenerzy personalni, motoryczni, medyczni, trenerzy oraz instruktorzy różnych dyscyplin sportowych, którzy chcą poznać system treningowy oparty na unikalnym sposobie postrzegania ludzkiego ciała i nowatorskiej filozofii treningu, a także właściwą drogę do sprawności fizycznej i umysłowej oraz zdrowia.

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

Program

## Dzień 1

1. Wprowadzenie
2. Koncepcje i komunikacja w coachingu
3. Przegląd i uzupełnienie techniki z poziomu 1
4. Przegląd i uzupełnienie techniki z poziomu 1, ciąg dalszy
5. Zastosowanie i wykorzystanie biomechaniki kręgosłupa

## Dzień 2

1. Zastosowanie zaawansowanych technik treningu Landmine University
2. Zasady programowania
3. Przykładowy trening

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 8

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 8</b> Wprowadzenie	Przemysław Kubiak	30-11-2024	09:00	10:30	01:30
<b>2 z 8</b> Koncepcje i komunikacja w coachingu	Przemysław Kubiak	30-11-2024	10:45	12:15	01:30
<b>3 z 8</b> Przegląd i uzupełnienie techniki z poziomu 1	Przemysław Kubiak	30-11-2024	12:30	13:15	00:45
<b>4 z 8</b> Przegląd i uzupełnienie techniki z poziomu 1, ciąg dalszy	Przemysław Kubiak	30-11-2024	14:15	15:00	00:45
<b>5 z 8</b> Zastosowanie i wykorzystanie biomechaniki kręgosłupa	Przemysław Kubiak	30-11-2024	15:15	17:30	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 8 Zastosowanie zaawansowanych technik treningu Landmine University	Przemysław Kubiak	01-12-2024	09:00	11:15	02:15
7 z 8 Zasady programowania	Przemysław Kubiak	01-12-2024	11:30	13:00	01:30
8 z 8 Przykładowy trening	Przemysław Kubiak	01-12-2024	13:15	15:00	01:45

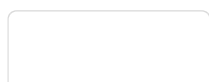
## Cennik

### 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 ogólnosiwiatowe 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 pakiet startowy: koszulka, dostęp do platformy edukacyjnej Landmine University.

### 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](mailto:jaroslaw.nieradka@gmail.com)

**Telefon** (+48) 697 712 771