



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

8 359 ocen

Kurs Flossing – FMT RockFloss

Numer usługi 2024/10/23/55596/2377148

📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 10 h

📅 21.12.2025 do 21.12.2025

850,00 PLN brutto

850,00 PLN netto

85,00 PLN brutto/h

85,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- fizjoterapeutów,
- studentów fizjoterapii,
- lekarzy sportowych,
- masażyistów,
- trenerów sportu,
- usługa adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem.

Minimalna liczba uczestników

12

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

20-12-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

10

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnej pracy w zakresie manipulacji powięzi oraz polegającej na uciśnięciu wybranych struktur celem zwiększenia zakresu ruchu, ale również przyspieszenia leczenia w różnego typu urazach.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie pracuje w zakresie manipulacji powięzi oraz uciskania wybranych struktur celem zwiększenia zakresu ruchu oraz przyspieszenia leczenia w różnego typu urazach.	Uczestnik definiuje zasady ogólne flossingu i jego podstawowe techniki	Test teoretyczny
	Uczestnik rozróżnia techniki aplikacji (mięśniowa, powięziowa, stawowa)	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje zasady aplikacji	Test teoretyczny
	Uczestnik samodzielnie diagnozuje i aplikuje w dobranej technice taśmy anatomiczne	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik dzięki efektom przesącza komórkowego przyspiesza gojenie tkanki i leczy stany zapalne	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomie i fizjologię człowieka. Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.

Czas: 10 godzin dydaktycznych

PROGRAM KURSU :

1. Ogólne wiadomości o powięzi, objawy, przyczyny predysponujące do powstawania zaburzeń układu ruchu.
2. Taśmy anatomiczne (anatomy trains), testy funkcjonalne, testy długości taśm anatomicznych/łańcuchów mięśniowych.
3. Podstawy flossingu (zasady ogólne, podstawowe techniki).
4. Techniki aplikacji (mięśniowa, powięziowa, stawowa).
5. Aplikacje na staw skokowy (teoria i praktyka).
6. Aplikacje powięzi goleni, mięsień brzuchaty łydki, staw kolanowy (teoria i praktyka).
7. Aplikacje na udo, nadgarstek (teoria i praktyka).
8. Aplikacje na powięź przedramienia, staw łokciowy, staw ramienny (teoria i praktyka).
9. Walidacja

Poprzez odpowiednie owinięcie flossem struktury poddanej zabiegowi, wprowadzony aktywny ruch oraz szybkie odwinięcie możemy uzyskać wiele efektów terapeutycznych. A to wszystko w czasie ok. 2 minut.

Szkolenie jest połączeniem aktualnej wiedzy zdobytej na europejskich kursach fizjoterapeutycznych oraz wieloletniego doświadczenia klinicznego w pracy z pacjentami (również w sporcie zawodowym).

Dzięki terapii Flossing'u przyspieszysz leczenie m.in.: skręcenia stawu skokowego (nawet w stanie ostrym), urazów przeciążeniowych (MTSS, ITBS, „kolano skoczka/biegacza”, urazy łąkotek/więzadeł, chondromalacje), łokcia tenisisty/golfisty, dysfunkcji stawu barkowego i wiele innych.

Flossing to również:

- terapie ślizgowe np. przy zrostach czy bliznach
- narzędzie, dzięki którym usprawnisz terapię manualną
- dzięki efektom przesącza komórkowego przyspieszysz gojenie tkanki oraz leczenie stanów zapalnych
- poprawa czucia głębokiego
- stabilizacja
- świadomość postawy (statyczna oraz dynamiczna)

Kurs trwa 10 godz. dydaktycznych, co stanowi 7 godz. i 30 min. zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 1 H . Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy realizowane w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dyd. (szkoleniowa) = 45 min

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu.

Liczba godzin kursu obejmuje: zajęcia teoretyczne - 3 godz. dydakt. zajęcia praktyczne - 7 godz. dydakt.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 3

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 3 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – punkty 1-4- w bloku szkol. uwzględniono 30 min.przerwy	mgr Grzegorz Skorus	21-12-2025	09:00	13:30	04:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 3 Realizacja szkolenia zgodnie z programem – punkty 4-8- w bloku szkol. uwzględniono 30 min.przerwy	mgr Grzegorz Skorus	21-12-2025	13:30	17:15	03:45
3 z 3 9.Walidacja	-	21-12-2025	17:15	17:30	00:15

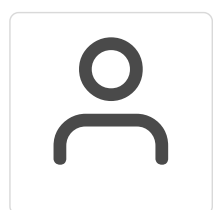
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	850,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	850,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	85,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	85,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

mgr Grzegorz Skorus

Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie na kierunku Fizjoterapii. W swojej codziennej pracy wykorzystuje nowoczesne metody fizjoterapii. Dyrektor medyczny RockTape Polska. Prelegent i uczestnik licznych ogólnopolskich zjazdów i konferencji. Od przeszło 5 lat prowadzi edukację w Polsce dla Lekarzy oraz Fizjoterapeutów z nowoczesnych technik leczenia oraz prewencji urazów. Certyfikowany terapeuta metod neurologicznych, która pozwala w sposób kompleksowy i indywidualny zaplanować oraz przeprowadzić każdy rodzaj terapii ortopedycznej i neurologicznej. Jako terapeuta technik funkcjonalnych skutecznie eliminuje zespoły bólowe kręgosłupa, diagnozuje dysfunkcje motoryczne oraz prowadzi treningi motoryczne sportowców. Od dłuższego czasu zajmuje się skutecznym leczeniem zatok, migren, niesklasyfikowanych dolegliwości bólowych głowy, bólów pochodzenia somatycznego oraz terapią przeciwobrzękową. Prowadzi kursy: • Flossing – FMT Rockfloss • Kompleksowa Terapia Przeciwoobrzękowa (KTP). Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

Warunki uczestnictwa

1. Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
2. Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR wymagane jest zgłoszenie poprzez formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy/pod opisem wybranego szkolenia>, w celu potwierdzenia dostępności miejsca.
3. Uczestniczki będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny poinformować o swoim stanie Organizatora.
4. Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOWA.

Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT:

art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług

par. 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień.

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

W sytuacji ogłoszenia stanu epidemii w kraju Organizator wdroży i ściśle będzie przestrzegał procedur bezpieczeństwa zgodnie z zaleceniami KIF oraz wytycznymi MZ we współpracy z GIS. Kursanci o wszelkich zasadach i wytycznych będą informowani co najmniej na 7 dni przed realizacją usługi. Organizator zapewni środki do dezynfekcji.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem".

Adres

ul. Josepha Conrada 29A

31-357 Kraków

woj. małopolskie

Conrad Comfort Aparthotel & Centrum Konferencyjne mała sala

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi
- Sala będzie spełniała bezpieczne i higieniczne warunki pracy

Kontakt



Joanna Dobska

E-mail szkolenia@odnova.org.pl

Telefon (+48) 694 225 457