

**ZOGA Movement Introduction**

Numer usługi 2025/02/28/21012/2589712

2 800,00 PLN brutto

2 276,42 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

81,30 PLN netto/h

Movuto Piotr Weppe

spółka

komandytowa

★★★★★ 4,7 / 5

446 ocen

📍 Toruń / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 28 h

📅 05.12.2025 do 07.12.2025

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Kurs jest przeznaczony dla **fizjoterapeutów, terapeutów ruchowych i manualnych, trenerów i nauczycieli ruchowych, instruktorów jogi i fitness oraz studentów.**

Minimalna liczba uczestników

12

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

01-12-2025

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

28

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem kursu jest nabycie przez uczestników wiedzy i umiejętności stosowania technik ZOGA w pracy terapeutycznej. Zoga jest zaprojektowana dla wspierania i osiągania celów Integracji Strukturalnej w przezwyciężaniu ograniczeń w ruchu ciała i stworzenia trwałej zmiany wzorca w organizacji systemu mięśniowo - powięziowego w ludzkim ciele.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik posługuje się wiedzą z zakresu tematyki kursu ZOGA Movement Introduction.	Identyfikuje zależności między poszczególnymi pozycjami a napięciem i ślizgiem tkankowym.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Charakteryzuje przebieg taśm powięziowych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Rozpoznaje jak poszczególne warstwy powięzi wpływają wzajemnie na siebie.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Definiuje poznane podczas kursu ćwiczenia w pracy terapeutycznej.	Charakteryzuje i stosuje techniki poznane podczas kursu w celu osiągnięcia większej równowagi ciała w ruchu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Rozróżnia mechanizmy ruchu w celu uzyskania efektywnego i zbalansowanego funkcjonowania w grawitacji.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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

Czas trwania kursu: 28 godzin dydaktycznych/21 godzin zegarowych.

W tym liczba godzin teorii: 10 godzin dydaktycznych, liczba godzin praktyki: 18 godzin dydaktycznych.

Czas kursu podany został w wymiarze godzin dydaktycznych, gdzie 1 godzina dydaktyczna to 45 minut zegarowych.

Każdego dnia szkolenia przewidziane są przerwy, łącznie 3 godziny. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu.

Kurs jest przeznaczony dla **fizjoterapeutów, terapeutów ruchowych i manualnych, trenerów i nauczycieli ruchowych, instruktorów jogi i fitness oraz studentów.**

Kurs teoretyczno-praktyczny, składający się z wykładu instruktora oraz części praktycznej, gdzie uczestnicy wykonują ćwiczenia w parach.

DZIEŃ I:

- 1. Przywitanie uczestników.
- 2. Materiał wprowadzający, teoria koncepcji ZOGA.
- 3. Asany jako testy funkcjonalne płaszczyzny strzałkowej.
- 4. Przerwa.
- 5. Wykorzystanie zasad Integracji Strukturalnej Anatomii Trains w ZOGA Movement, Kierunkowość ruchu tkanek.
- 6. Ruch zorganizowany wokół płaszczyzny strzałkowej, Taśma Powierzchnowa Przednia i Tylna.

DZIEŃ II:

- 1. Mechanika powięzi, wpływ poszczególnych warstw powięzi na siebie, Ruch relatywny wewnątrz ciała.
- 2. Płaszczyzna strzałkowa – techniki manualne.
- 3. Przerwa.
- 4. Interwencja i analiza ruchu płaszczyzny czołowej.
- 5. Praca nad równowagą płaszczyzny czołowej w ruchu. Praktyka.

DZIEŃ III:

- 1. Przykłady użycia oceny posturalnej i funkcjonalnej w tworzeniu strategii zabiegowych dla płaszczyzny poprzecznej. Praktyka.
- 2. Ruch spiralny i przygotowanie do otwierania środka ciała.
- 3. Przerwa.
- 4. Taśma Głęboka, ruch i praca manualna.
- 5. Pytania. Zakończenie.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 7

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 7 Materiał wprowadzający, teoria koncepcji ZOGA. Asany jako testy funkcjonalne płaszczyzny strzałkowej.	Dr n. med. Grzegorz Srokowski	05-12-2025	09:00	13:00	04:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 7 Wykorzystanie zasad Integracji Strukturalnej Anatomy Trains w ZOGA Movement, kierunkowość ruchu tkanek. Ruch wokół płaszczyzny strzałkowej. Taśma Powierzchnowa Przednia i Tylna.	Dr n. med. Grzegorz Srokowski	05-12-2025	14:00	17:00	03:00
3 z 7 Mechanika powięzi, wpływ poszczególnych warstw powięzi na siebie. Ruch relatywny wewnątrz ciała. Płaszczyzna strzałkowa - techniki manualne.	Dr n. med. Grzegorz Srokowski	06-12-2025	09:00	13:00	04:00
4 z 7 Interwencja i analiza ruchu płaszczyzny czołowej. Praca nad równowagą płaszczyzny czołowej w ruchu. Praktyka.	Dr n. med. Grzegorz Srokowski	06-12-2025	14:00	17:00	03:00
5 z 7 Przykłady użycia oceny posturalnej i funkcjonalnej w tworzeniu strategii zabiegowych dla płaszczyzny poprzecznej, praktyka. Ruch spiralny i otwieranie środka ciała.	Dr n. med. Grzegorz Srokowski	07-12-2025	09:00	13:00	04:00
6 z 7 Taśma głęboka, ruch i praca manualna. Pytania, dyskusja.	Dr n. med. Grzegorz Srokowski	07-12-2025	14:00	16:45	02:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 7 Walidacja poprzez test z wynikiem generowanym automatycznie.	-	07-12-2025	16:45	17:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 276,42 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	81,30 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Dr n. med. Grzegorz Srokowski

Specjalista w dziedzinie fizjoterapii, certyfikowany terapeuta metody McKenzie, dyplomowany terapeuta koncepcji PNF, dyplomowany terapeuta medycyny ortopedycznej OM Cyriax. Absolwent, a aktualnie również asystent szkoleń Anatomy Trains oraz FascialRelease for Structural Balance.

Pracuje jako adiunkt w UMK w Toruniu CM im. L. Rydygiera w Bydgoszczy, wykładowca Elbląskiej Uczelni Humanistyczno – Ekonomicznej w Elblągu, starszy asystent w Klinice Ortopedii Traumatologii Narządu Ruchu, Oddział Wczesnej Rehabilitacji Ortopedycznej Szpitala Uniwersyteckiego nr 1 w Bydgoszczy.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzymuje profesjonalnie przygotowany skrypt.

Warunki uczestnictwa

O zakwalifikowaniu na kurs decyduje przesłanie na adres e-mail: biuro@movuto.pl dyplomu potwierdzającego wymagane wykształcenie oraz Umowy o świadczenie usług szkoleniowych. Umowa do otrzymania po kontakcie na wyżej wymieniony adres e-mail.

Informacje dodatkowe

Prosimy o kontakt z organizatorem celem zapewnienia sobie miejsca na kursie.

Liczba godzin kursu podana została w godzinach dydaktycznych, gdzie 1 godzina dydaktyczna to 45 minut zegarowych.

Cena za 1 godzinę usługi, opublikowana w karcie usługi, to cena za 1 godzinę dydaktyczną.

Adres

al. Aleja Solidarności 1-3
87-100 Toruń
woj. kujawsko-pomorskie

CKK Jordanki

Kontakt



Michalina Całus

E-mail biuro@movuto.pl

Telefon (+48) 507 163 953