



FIT ACADEMY  
MICHAŁ  
MOCZULSKI  
SPÓŁKA JAWNA

★★★★★ 4,6 / 5

101 ocen

## Kompleksowy trener Personalny - kurs

Numer usługi 2025/05/09/161937/2735605

📍 Lublin / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 70 h

📅 13.09.2025 do 19.10.2025

5 000,00 PLN brutto

5 000,00 PLN netto

71,43 PLN brutto/h

71,43 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

### Grupa docelowa usługi

Zainteresowani ćwiczeniami fizycznymi i zdrowym trybem życia oraz  
Trener personalny, trener przygotowania motorycznego, fizjoterapeuta,  
trener fitness, instruktor siłowni, trener boksu, sportów walki, instruktor  
jogi, pilates, trener lekkoatletyczny, kulturystyki, crossfit, masażysta,  
dietetyk sportowy, trener rehabilitacji ruchowej, kinezyterapeuta,  
chiropraktyk, trener rehabilitacji ruchowej, sportowcy

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w  
Małopolsce z Euresem”

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do  
Kariery

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.

### Minimalna liczba uczestników

2

### Maksymalna liczba uczestników

30

### Data zakończenia rekrutacji

12-09-2025

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

70

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Celem kursu jest kompleksowe przygotowanie uczestników do wykonywania zawodu trenera personalnego, ze szczególnym uwzględnieniem umiejętności planowania i prowadzenia bezpiecznego treningu, prewencji urazów oraz zastosowania technik rehabilitacji ruchowej na sali treningowej i siłowni. Kurs rozwija wiedzę z zakresu anatomii, fizjologii, żywienia, psychologii oraz aspektów formalno-prawnych zawodu.

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

| Efekty uczenia się                                                                                                                                         | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                            | Metoda walidacji |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Wiedza: charakteryzuje najczęściej występujące urazy oraz środki ochrony zdrowia w sporcie dla wszystkich a także przeciwwskazania do aktywności fizycznej | definiuje czynniki które wskazują na przeciwwskazania do wykonywania określonych ćwiczeń                                                                                        | Test teoretyczny |
| Wiedza: Komunikuje wskazania i przeciwwskazania do wykonywania konkretnych czynności ruchowych                                                             | Przeprowadza wywiad przed zabiegiem w celu wyeliminowania działań niepożądanych, korzystając z zasad prowadzenia efektywnej komunikacji                                         | Test teoretyczny |
| Wiedza: Omawia biologiczne podstawy planowania procesu treningowego                                                                                        | opisuje zmiany zachodzące w narządach i układach człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem aparatu ruchu, w odniesieniu do procesu treningowego                                  | Test teoretyczny |
| Wiedza: Omawia Kwestie formalno-organizacyjne działalności zawodowej trenera personalnego                                                                  | opisuje zakres odpowiedzialności prawnej trenera personalnego                                                                                                                   | Test teoretyczny |
| Wiedza: Omawia Obszar zawodowy trenera personalnego                                                                                                        | opisuje specyfikę treningu personalnego i kierunki jego rozwoju w Polsce i na świecie                                                                                           | Test teoretyczny |
| Wiedza: Omawia podstawy teorii i metodyki sportu w planowanym procesie treningowego                                                                        | klasyfikuje i omawia środki stosowane w procesie treningowym, m.in. ćwiczenia, środki metodyczne, środki dydaktyczne, nowości technologiczne wspierające uczestnictwo w sporcie | Test teoretyczny |
| Wiedza: Omawia podstawy żywienia i odnowy biologicznej w procesie treningowym                                                                              | definiuje podstawowe pojęcia fizjologii żywienia i trawienia oraz terminy dietetyczne                                                                                           | Test teoretyczny |
| Wiedza: Omawia zagadnienia psychospołeczne dotyczące procesu treningowego                                                                                  | opisuje uwarunkowania, motywy i bariery uczestnictwa w treningu personalnym                                                                                                     | Test teoretyczny |

| Efekty uczenia się                                                                                        | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Metoda walidacji             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Wiedza: Omawia zasady bezpieczeństwa i ochrony zdrowia w sporcie dla wszystkich                           | opisuje najczęściej występujące urazy i zagrożenia, specyficzne dla uczestnictwa w różnych formach sportu dla wszystkich                                                                                                                                                                                                                              | Test teoretyczny             |
| Wiedza: Omawia zasady diagnozowania i oceny w procesie treningowym                                        | opisuje metody oceny postawy ciała człowieka i sprawności motorycznej oraz ich znaczenie w procesie treningowym                                                                                                                                                                                                                                       | Test teoretyczny             |
| Umiejętności: Przygotowuje plan treningowy                                                                | ustala z uczestnikiem cele treningowe<br>periodyzuje proces treningowy<br>dobiera formy, metody i środki treningowe do ustalonych celów w oparciu o możliwości psychofizyczne uczestnika<br>dobiera i planuje jednostki treningowe do ustalonych celów, przygotowując do nich konspekt zajęć<br>planuje okresową kontrolę i ocenę postępów w treningu | Analiza dowodów i deklaracji |
| Umiejętności: Rozpoznaje potrzeby i możliwości uczestnika treningu                                        | analizuje informacje uzyskane na podstawie wywiadu przeprowadzonego z uczestnikiem                                                                                                                                                                                                                                                                    | Analiza dowodów i deklaracji |
| Umiejętności: Organizuje i nadzoruje proces treningowy                                                    | wskazuje środki treningowe niezbędne do realizacji ustalonych celów treningowych, m.in. miejsce do ćwiczeń, sprzęt                                                                                                                                                                                                                                    | Analiza dowodów i deklaracji |
| Umiejętności: Prowadzi jednostkę treningową w kontekście przyjętych celów procesu treningowego            | sprawdza przygotowanie uczestnika do realizacji jednostki treningowej                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Analiza dowodów i deklaracji |
| Umiejętności: Realizuje działania edukacyjno-informacyjne w procesie treningowym                          | przekazuje uczestnikowi informacje dotyczące planu treningowego i zdrowego stylu życia, które mogą zwiększyć świadomość realizacji celów treningowych                                                                                                                                                                                                 | Analiza dowodów i deklaracji |
| Kompetencje społeczne: Wspiera uczestnika we wdrażaniu aktywnego stylu życia                              | prezentuje poziom przygotowania motorycznego umożliwiający realizację procesu treningowego i mobilizujący uczestnika do wysiłku fizycznego                                                                                                                                                                                                            | Analiza dowodów i deklaracji |
| Kompetencje społeczne: nawiązać profesjonalną relację z klientem, opartą na zaufaniu, szacunku i empatii. | reaguje na potrzeby klienta w sposób wspierający i adekwatny emocjonalnie                                                                                                                                                                                                                                                                             | Analiza dowodów i deklaracji |

| Efekty uczenia się                                                                                                                            | Kryteria weryfikacji                                                                                                     | Metoda walidacji             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Kompetencje społeczne: Współpracuje z innymi specjalistami (np. fizjoterapeutą, dietetykiem) w celu zapewnienia klientowi kompleksowej opieki | Identyfikuje sytuacje wymagające konsultacji z innym specjalistą, proponuje sposób komunikacji i przekazania informacji, | Analiza dowodów i deklaracji |

# 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

Plan nauczania (tematy zajęć edukacyjnych i ich wymiar z uwzględnieniem w miarę potrzeby części teoretycznej i części praktycznej)

Kurs składa się łącznie z 7 modułów.

W celu aktywizacji uczestników oraz usystematyzowania i efektywnego przyswojenia wiedzy – na kursach stosowane jest studium przypadków. Rozwiązywanie realnych problemów występujących w codziennej pracy.

Kurs kończy się sprawdzeniem teoretycznych efektów uczenia się w formie testu wyboru.

W trakcie modułów dodatkowo kursanci powtarzają praktycznie w sposób pogłębiony pracę nad najtrudniejszymi i najistotniejszymi elementami kompetencji trenera personalnego: oceną i korekcją mechaniki ruchu oraz uzupełniają kontekst pracy trenera personalnego o najbardziej pożądane kwalifikacje z zakresu treningu medycznego w tym kinesiotapingu dla konkurencyjnego przygotowania przyszłych trenerów personalnych oraz zwiększenia prawdopodobieństwa ich sukcesu na rynku pracy.

### Moduł 1

- Model pracy trenera personalnego Fit-Academy - omówienie zakresu praktyki trenera
- Wywiad z klientem
- Wspieranie uczestnika we wdrażaniu aktywnego stylu życia

### Moduł 2

- Długofalowe prowadzenie klienta oraz pomoc w osiągnięciu trwałej behawioralnej zmiany i nawyków żywieniowych

### Moduł 3

- Oceny zdrowia i sprawności fizycznej
- Planowanie i programowanie treningu z na podstawie potrzeb i możliwości uczestnika treningu

### Moduł 4

- Prowadzenie treningu, techniki nauczania i komunikacji
- Organizowanie i nadzorowanie procesu treningowego
- Działania edukacyjno-informacyjne w procesie treningowym
- Prowadzenie jednostki treningowej w kontekście wszystkich przyjętych celów.

### Moduł 5

- Studia przypadków
- Marketing i sprzedaż treningów personalnych

### Moduł 6: praktykowanie testów w treningu personalnym poszerzone o kompetencje treningu medycznego

- Przeprowadzenie oceny statycznej sylwetki: praktykowanie ocen kilkudziesięciu punktów na ciele
- Charakterystyka wad postawy:

- Zespół skrzyżowania górnego

- Zespół skrzyżowania dolnego

- Plecy okrągłe/ płaskie/ wklęsło -wypukłe/ sway back

- Testy mięśniowe: wybór kilkudziesięciu testów mięśniowych: ćwiczenia prawidłowego wykonania testów, ćwiczenia prawidłowej interpretacji testów, ćwiczenia stosowania testów w prawidłowych kontekstach
- Testy wzorców ruchowych: wybór kilkudziesięciu testów wzorców ruchowych: ćwiczenia prawidłowego wykonania testów, ćwiczenia prawidłowej interpretacji testów, ćwiczenia stosowania testów w prawidłowych kontekstach.
- Dobór sekwencji oceny

### Moduł 7

- Techniki pracy nad mechaniką ruchu w treningu personalnym w wymiarze praktycznym, poszerzone o kompetencje treningu medycznego.
- Techniki mobilizujące: wybór po kilka ćwiczeń na kierunkową mobilizację w każdym segmencie wg joint by joint, ćwiczenia w ustalaniu prawidłowego kontekstu dla zastosowania każdego z tych narzędzi.

- PNF Stretching

- PIR

-AIS

- streatching statyczny a dynamiczny

- Techniki stabilizujące odcinki: wybór po kilka ćwiczeń stabilizacyjnych w każdym segmencie wymagającym stabilizacji wg joint by joint.
- Studia przypadków przykładowych klientów: Od oceny poprzez planowanie i programowanie, aż do przeprowadzania treningów i progresji
- Chroniczne bóle pleców: Omówienie wskazań i przeciwwskazań- case study, oceny programowanie.
- Postępowanie w nagłych uszkodzeniach tkanek oraz implikacje do ćwiczeń w stanach przeciążeniowych: Omówienie wskazań i przeciwwskazań/ case study, oceny programowanie.

- naciągnięcia mięśni

- skręcenia (więzadeł)

- stany przeciążeniowe

- chondromelacje (np rzepki)

- stan zapalny/ uszkodzenie stożka rotatorów

- łokieć golfisty

- łokieć tenisisty

- zespół cieśni nadgarstka

- zapalenie kaletki krętarza większego
- zespół pasma biodrowo - piszczelowego
- zespół bólu rzepkowo udowego
- shin splints
- ostroga piętową
- zapalenie rozciągna podeszwowego
- Narzędzia pomocnicze w treningu personalnym medycznym-kinesiotaping

Część teoretyczna:

- omówienie materiałów stosowanych w tapingu, wskazania /przeciwwskazania do tapingu.

Część praktyczna

W tej części szkolenia prowadzący omawia poszczególne przypadki, demonstruje sposób wykonania aplikacji oraz uzasadnia jej zastosowanie.

Następnie kursanci wykonują aplikację pod kontrolą prowadzącego. W czasie kursu uczestnicy otrzymują teoretyczną i praktyczną wiedzę przydatną bezpośrednio do pracy z klientem/pacjentem.

W części praktycznej kursanci poznają aplikacje na:

- biodro + udo (pasma biodrowo-piszczelowe podudzie,
- syndrom napięcia przyśrodkowej strony piszczeli,
- syndrom napięcia przyśrodkowo-tylnej strony piszczeli,
- mięsień czworogłowy, mięśnie kulszowo-goleniowe,
- pachwinę, zginacze biodra, mięsień pośladkowy),

Staw kolanowy (ból po stronie bocznej – gęsia stopka,

- ból po stronie przyśrodkowej, pełne wsparcie stawu kolanowego,
- choroba Osgooda-Schlattera, tylną stronę stawu kolanowego),
- Stopa,

-staw skokowy (stan zapalny ścięgna Achillesa, stabilizacja stawu skokowego, rozciągną podeszwowe, ścięgna strzałkowe, podeszwową stronę stopy, grzbietową stronę stopy, piętę, haluks),

-Tułów, plecy (staw krzyżowo-biodrowy, kręgosłup odcinka lędźwiowego, kręgosłup odcinka piersiowego, żebra, kręgosłup – punkt bolesności, brzuch),

-Szyja,

-barki (stożek rotatorów, staw obojczykowo-barkowy, stabilizacja barku),

-Ramiona

- ręce (nadgarstek, „łokieć tenisisty”, „łokieć golfisty”, mięsień dwugłowy ramienia, mięsień trójgłowy ramienia).

Walidacja

Przerwy są realizowane na prośbę uczestników. maksymalnie 15 min,

Walidacja jest wliczona w liczbę godzin szkolenia

Przerwy nie są wliczone w liczbę godzin usługi, usługa jest wydłużona o czas zrealizowanych na prośbę uczestników, przerw

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 37

| Przedmiot / temat zajęć                                         | Prowadzący    | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-----------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 1 z 37 Test wstępny                                             | Monika Leszka | 13-09-2025            | 09:00               | 10:30               | 01:30         |
| 2 z 37 Wykład                                                   | Monika Leszka | 13-09-2025            | 10:30               | 11:30               | 01:00         |
| 3 z 37 Wywiad z klientem                                        | Monika Leszka | 13-09-2025            | 11:30               | 12:30               | 01:00         |
| 4 z 37 Przerwa                                                  | Monika Leszka | 13-09-2025            | 12:30               | 12:45               | 00:15         |
| 5 z 37 Wspieranie uczestnika we wdrażaniu aktywnego stylu życia | Monika Leszka | 13-09-2025            | 12:45               | 14:00               | 01:15         |
| 6 z 37 praca pisemna                                            | Monika Leszka | 13-09-2025            | 14:00               | 15:15               | 01:15         |
| 7 z 37 Wykład                                                   | Monika Leszka | 14-09-2025            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| 8 z 37 Ćwiczenia *Udzielanie wskazówek żywieniowych             | Monika Leszka | 14-09-2025            | 11:00               | 11:45               | 00:45         |
| 9 z 37 Przerwa                                                  | Monika Leszka | 14-09-2025            | 11:45               | 12:00               | 00:15         |
| 10 z 37 *Rozpoznanie potrzeb i możliwości uczestnika treningu   | Monika Leszka | 14-09-2025            | 12:00               | 15:15               | 03:15         |
| 11 z 37 Wykład                                                  | Monika Leszka | 20-09-2025            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| 12 z 37 Przerwa                                                 | Monika Leszka | 20-09-2025            | 11:00               | 11:15               | 00:15         |
| 13 z 37 Ćwiczenia : * Ustalanie planów treningowych             | Monika Leszka | 20-09-2025            | 11:15               | 14:15               | 03:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                            | Prowadzący    | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>14 z 37</b> *<br>zapisywanie planów treningowych                                                                | Monika Leszka | 20-09-2025            | 14:15               | 15:15               | 01:00         |
| <b>15 z 37</b> Wykład z przykładowymi ćwiczeniami                                                                  | Monika Leszka | 21-09-2025            | 09:00               | 12:00               | 03:00         |
| <b>16 z 37</b><br>*Organizowanie i nadzorowanie procesu treningowego (rozbudowany plan treningowy )                | Monika Leszka | 21-09-2025            | 12:00               | 13:00               | 01:00         |
| <b>17 z 37</b> przerwa                                                                                             | Monika Leszka | 21-09-2025            | 13:00               | 13:15               | 00:15         |
| <b>18 z 37</b> Działania edukacyjno informacyjne w procesie treningowym                                            | Monika Leszka | 21-09-2025            | 13:15               | 14:00               | 00:45         |
| <b>19 z 37</b><br>Przeprowadzenie (próbki) jednostki treningowej w kontekście przyjętych celów konkretnego klienta | Monika Leszka | 21-09-2025            | 14:00               | 15:15               | 01:15         |
| <b>20 z 37</b> Wykład i studia przypadków: model pracy trenera personalnego w praktyce                             | Monika Leszka | 27-09-2025            | 09:00               | 12:00               | 03:00         |
| <b>21 z 37</b> Przerwa                                                                                             | Monika Leszka | 27-09-2025            | 12:00               | 12:15               | 00:15         |
| <b>22 z 37</b> Wykład i studia przypadków: sprzedaż treningów personalnych                                         | Monika Leszka | 27-09-2025            | 12:15               | 15:15               | 03:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                        | Prowadzący    | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>23 z 37</b><br>Powtórzenie materiału                        | Monika Leszka | 28-09-2025            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| <b>24 z 37</b> Przerwa                                         | Monika Leszka | 28-09-2025            | 11:00               | 11:15               | 00:15         |
| <b>25 z 37</b><br>Podsumowanie nabytej wiedzy                  | Monika Leszka | 28-09-2025            | 11:15               | 13:15               | 02:00         |
| <b>26 z 37</b><br>Przeprowadzenie oceny statystycznej sylwetki | Monika Leszka | 11-10-2025            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| <b>27 z 37</b><br>Charakterystyka wad podstawy                 | Monika Leszka | 11-10-2025            | 11:00               | 12:00               | 01:00         |
| <b>28 z 37</b> Testy mięśniowe                                 | Monika Leszka | 11-10-2025            | 12:00               | 14:00               | 02:00         |
| <b>29 z 37</b> Testy wzorców ruchowych                         | Monika Leszka | 11-10-2025            | 14:00               | 17:00               | 03:00         |
| <b>30 z 37</b> Dobór sekwencji oceny                           | Monika Leszka | 11-10-2025            | 18:00               | 20:00               | 02:00         |
| <b>31 z 37</b> Techniki mobilizujące                           | Monika Leszka | 12-10-2025            | 09:00               | 11:00               | 02:00         |
| <b>32 z 37</b> Techniki stabilizujące                          | Monika Leszka | 12-10-2025            | 11:00               | 14:00               | 03:00         |
| <b>33 z 37</b> Studia przypadków przykładowych klientów        | Monika Leszka | 12-10-2025            | 15:00               | 18:00               | 03:00         |
| <b>34 z 37</b><br>Chroniczne bóle pleców                       | Monika Leszka | 18-10-2025            | 09:00               | 14:00               | 05:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                              | Prowadzący    | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>35 z 37</div> Postępowanie w nagłych uszkodzeniach tkanek oraz implikacje do ćwiczeń w stanach przeciążeniowych | Monika Leszka | 18-10-2025            | 14:00               | 19:00               | 05:00         |
| <div>36 z 37</div> Kineziotaping                                                                                     | Monika Leszka | 19-10-2025            | 09:00               | 16:30               | 07:30         |
| <div>37 z 37</div> Walidacja                                                                                         | -             | 19-10-2025            | 16:30               | 17:00               | 00:30         |

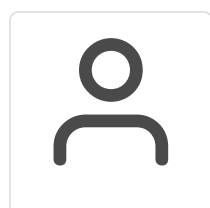
## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 5 000,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 5 000,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 71,43 PLN    |
| Koszt osobogodziny netto                  | 71,43 PLN    |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Monika Leszka

Jest magistrem Akademii Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku, gdzie ukończyła studia na Wydziale Wychowania Fizycznego oraz Turystyki i Rekreacji. Od ponad dziesięciu lat nieprzerwanie pracuje w branży treningu personalnego, łącząc wiedzę akademicką z praktyką zawodową. Specjalizuje się w kompleksowej pracy z klientem w obszarze zdrowia i sprawności fizycznej – od diagnozowania ograniczeń i dolegliwości bólowych, przez planowanie indywidualnych programów treningowych, aż po ich realizację i bieżący nadzór. Jej podejście opiera się na nowoczesnych założeniach treningu medycznego, funkcjonalnego i korekcyjnego, co pozwala jej skutecznie pomagać osobom z problemami postawy, przewlekłym bólem oraz ograniczeniami ruchowymi.

Traktuje aktywność fizyczną nie tylko jako zawód, ale przede wszystkim jako styl życia. Posiada szerokie kompetencje zdobyte w trakcie studiów oraz licznych szkoleń instruktorskich, między innymi z zakresu gimnastyki sportowej, pływania, podnoszenia ciężarów, pracy z odważnikami kettlebell oraz indoor cycling. Od wielu lat prowadzi również szkolenia i warsztaty dla trenerów personalnych, dzieląc się swoim doświadczeniem i wiedzą w sposób praktyczny i przystępny. Jej wieloletnia obecność w zawodzie oraz wszechstronne przygotowanie merytoryczne i praktyczne sprawiają, że jest cenionym ekspertem w dziedzinie przygotowania motorycznego i treningu prozdrowotnego. Prowadzący posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej pięciu lat.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy kursant otrzymuje:

- certyfikat ukończenia
- materiały szkoleniowe

### Warunki uczestnictwa

-Uczestnicy muszą mieć ukończone 18 lat,

– oświadczenie o braku przeciwwskazań do wzmożonej aktywności fizycznej.

## Informacje dodatkowe

**Dla osób korzystających z dofinansowania wymagana jest minimalna frekwencja na poziomie 80% zajęć, potwierdzona listą obecności.**

**Dla podmiotów/osób uczestniczących w usłudze, które otrzymają dofinansowanie min. 70%, koszt szkolenia jest zwolniony z podatku VAT (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień: § 3 ust. 1 pkt 14).**

ZAWARTO UMOWĘ Z WUP KRAKÓW NA ROZLICZANIE USŁUG Z WYKORZYSTANIEM ELEKTRONICZNYCH BONÓW SZKOLENIOWYCH W RAMACH PROJEKTU NOWY START W MAŁOPOLSCE Z EURES-em i Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój.

SZKOLENIE ROZLICZANE JEST W RAMACH PRYZNANYCH BONÓW.

## Adres

ul. Lipowa 13  
20-020 Lublin  
woj. lubelskie

## Kontakt

**Michał Moczulski**

**E-mail** [michal.moczulski00@gmail.com](mailto:michal.moczulski00@gmail.com)



**Telefon** (+48) 607 422 771