



Monika Korfanty
REHAMAX

★★★★★ 4,7 / 5

587 ocen

KURS TRENING MEDYCZNY: ODCINEK SZYJNY, PIERSIOWY I KOŃCZYNA GÓRNA, ODCINEK ŁĘDŹWIOWY I KOŃCZYNA DOLNA.

Numer usługi 2025/05/23/11130/2768093

📍 Świlcza / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 46 h

📅 16.09.2025 do 19.09.2025

3 800,00 PLN brutto

3 800,00 PLN netto

82,61 PLN brutto/h

82,61 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Identyfikatory projektów	Małopolski Pociąg do kariery
Grupa docelowa usługi	Kurs skierowany jest do: fizjoterapeutów, lekarzy, trenerów personalnych, trenerów sportu, techników fizjoterapii, studentów fizjoterapii i medycyny. 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 oraz osób indywidualnych.
Minimalna liczba uczestników	12
Maksymalna liczba uczestników	24
Data zakończenia rekrutacji	15-09-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	46
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Uczestnik kursu jest przygotowany do kompleksowego planowania i prowadzenia procesu usprawniania u pacjentów z różnymi uszkodzeniami w obrębie odcinka szyjnego, piersiowego kręgosłupa i kończyny górnej, odcinka lędźwiowego i kończyny dolnej. Jest przygotowany do stosowania sposobów nieoperacyjnego leczenia, przeprowadzania właściwego procesu terapeutycznego, wykonania technik diagnostycznych i leczniczych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie określa postawę aktywną i fundamentalne wzorce ruchowe.	Uczestnik definiuje cechy postawy aktywnej.	Test teoretyczny
	Uczestnik opisuje fundamentalne wzorce ruchowe.	Test teoretyczny
Uczestnik samodzielnie planuje oraz realizuje nauczanie prawidłowego ruchu oraz proces usprawniania pacjentów ortopedycznych.	Ustala ćwiczenia stanowiące podstawę czy uzupełnienie w treningu usprawniającym – trzy filary treningu pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prowadzi trening w dysfunkcjach odcinka szyjnego i piersiowego oraz lędźwiowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prowadzi trening po ortopedycznych zabiegach chirurgicznych w obrębie kończyny górnej i dolnej.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prowadzi trening medyczny przy kontuzjach przeciążeniowych barku, biodra, kolana i stopy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prowadzi trening medyczny przy kontuzjach przeciążeniowych łokcia, przedramienia i nadgarstka.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prowadzi proces usprawniania w oparciu o aktualny stan pacjenta, jego możliwości i ograniczenia ruchowe.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Propaguje postawę prozdrowotną i zdrowy styl życia.	Okazuje zrozumienie dla problemów wynikających z niepełnosprawności.	Wywiad swobodny
	Propaguje i aktywnie kreuje wszelkie aktywności ruchowe.	Wywiad swobodny

Kwalifikacje

Inne kwalifikacje

Uznane kwalifikacje

Pytanie 4. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kwalifikacji jest rozpoznawalny i uznawalny w danej branży/sektorze (czy certyfikat otrzymał pozytywne rekomendacje od co najmniej 5 pracodawców danej branży/sektorów lub związku branżowego, zrzeszającego pracodawców danej branży/sektorów)?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnione do realizacji procesów walidacji i certyfikowania na mocy innych przepisów prawa
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Rehamax Spółka Z o.
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Nie
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Rehamax Spółka Z o.o
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Nie

Program

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu:

Szkolenie adresowane jest do fizjoterapeutów, lekarzy, trenerów personalnych specjalizujących się w treningu medycznym, posiadających podstawowe doświadczenie w swoim zawodzie. Uczestnik powinien znać podstawy anatomii.

Czas trwania kursu: 46 godzin dydaktycznych.

Łączna liczba dni, w których zostanie przekazana wiedza oraz umiejętności praktyczne opisane w programie: 4 dni.

W harmonogramie ujęto również przerwy oraz 1 i 2 etap walidacji. Przerwy nie są wliczone w liczbę godzin usługi.

Godziny przerw są podane orientacyjnie- w zależności od dynamiki i tempa grupy- mogą ulec zmianie.

Warunki organizacyjne dla przeprowadzenia szkolenia:

- podział na grupy 2 osobowe w trakcie zajęć praktycznych,

-liczba przydzielonych stanowisk na grupę : 1, elementy wchodzą w jego skład: mata terapeutyczna, taśmy theraband, piłki, obciążniki.

I dzień

08.00-8.30 1 etap walidacji.

8.30.00-11.00 Idea kursu. Kooperacja specjalistów w procesie usprawniania pacjentów. Trening medyczny: definicja, cel, specyfika pacjenta.

Przerwa kawowa: 11.00-11.15

11.15-13.00 Trzy filary w treningu medycznym. I filar w treningu medycznym: Postawa aktywna; Oddech w treningu siły i gibkości; Core: wydajność mięśni korpusu. Programowanie i strategia wprowadzania ćwiczeń z I filaru.

Przerwa obiadowa: 13.00-13.30

13.30-16.30 Zabiegi chirurgiczne i urazy w obrębie kręgosłupa szyjnego, piersiowego i kończyny górnej. II filar w treningu medycznym. Ćwiczenia dedykowane - trening mobilności vs trening oporowy.

Przerwa kawowa: 16.30-16.45

16.45-19.00 Ćwiczenia dedykowane dla pacjentów po zabiegach chirurgicznych: odcinek szyjny (dyskopatie), szcicie stożka rotatorów, rekonstrukcji i szcicia obrąbka: SLAP, Bankart, chirurgii łokcia. Wariacje ćwiczeń dostosowane do specyfiki kontuzji i aktualnego stanu pacjenta. Programowanie i strategia wprowadzania ćwiczeń z II filaru.

II dzień

8.00-11.00 Kontuzje przeciążeniowe kręgosłupa szyjnego, piersiowego (zespoły bólowe, whiplash, zawroty głowy) obręczy barkowej (zamrożony bark, staw barkowo - obojczykowy, zespół ciasnoty podbarkowej), łokcia (tenisisty, golfisty), tendinopatie (bicepsa, tricepsa); zespół cieśni nadgarstka. Specyfika wybranych patologii, przyczyny ich powstawania i strategia leczenia. III filar w treningu medycznym - przyczynowe oddziaływanie treningu w procesie usprawniania pacjentów.

Przerwa kawowa: 11.00-11.15

11.15-13.00 Fundamentalne wzorce ruchowe - ruchy push i pull, ruchy funkcjonalne i wielostawowe. Fundamentalne wzorce ruchowe: Push Up; Gorilla Row, Neck Press, Halo, Cuban Press.

Przerwa obiadowa: 13.00 - 13.30

13.30-16.15 Wykorzystanie specyfiki odważników kulowych kettlebells w treningu medycznym. Programowanie procesu usprawniania w oparciu o 3 filary. Indywidualizacja w procesie usprawniania pacjentów. Cel procesu usprawniania, Strategia, Planowanie. Q&A

III dzień

8.30.00-11.00 Idea kursu. Kooperacja specjalistów w procesie usprawniania pacjentów. Trening medyczny: definicja, cel, specyfika pacjenta z urazami w obrębie kończyny dolnej i kręgosłupa lędźwiowego.

Przerwa kawowa: 11.00-11.15

11.15-13.00 Trzy filary w treningu medycznym. I filar w treningu medycznym: Postawa aktywna; Oddech w treningu oporowym; Core: wydajność mięśni korpusu.

Przerwa obiadowa: 13.00-13.30

13.30-16.30 Zabiegi chirurgiczne i urazy w obrębie kręgosłupa lędźwiowego i kończyny dolnej (artroskopia biodra, rekonstrukcja ACL/PCL, naderwanie MCL, szcicie łąkotki, szcicie Achillesa, naderwanie ATFL, CFL, „skręcenie” stawu kolanowego, meniscektomia, zabiegi chirurgiczne kręgosłupa lędźwiowego). II filar w treningu medycznym.

Przerwa kawowa: 16.30-16.45

16.45-19.00 Zabiegi chirurgiczne i urazy w obrębie kręgosłupa lędźwiowego i kończyny dolnej. Ćwiczenia dedykowane – trening mobilności vs trening oporowy. Specyfika usprawniania wybranego segmentu ciała. Ćwiczenia dedykowane wykorzystywane w leczeniu konkretnej patologii. Programowanie i strategia wprowadzania II filaru.

IV dzień

8.00-11.00 Kontuzje przeciążeniowe kręgosłupa lędźwiowego (LBP), obręczy biodrowej (Iliopsoas Related), Greater Trochanter Pain Syndrome, Adductor Related), stawu kolanowego (ITBS, Runners Knee, Jumpers Knee, „chondromalacja rzepki”, Osgood Schlatter); stopy (tendinopatie Achillesa, Plantar Fascitis, Paluch koślawy). Specyfika patologii i wybrane przyczyny ich powstawania. III filar w treningu medycznym – przyczynowe oddziaływanie treningu w procesie usprawniania pacjentów. Fundamentalne wzorce ruchowe w treningu medycznym.

Przerwa kawowa: 11.00-11.15

11.15-13.00 Fundamentalne wzorce ruchowe: Hip Hinge, Squat, Split Squat, Carry. Nauczanie ćwiczeń ze szczególnym uwzględnieniem postawy wyjściowej i umiejętności koordynacji oddechu z ruchem. Progresje i regresje ćwiczeń. Modyfikacje i wariacje. Wykorzystanie specyfiki odważników kulowych kettlebells w treningu medycznym.

Przerwa obiadowa: 13.00 - 13.30

13.30-14.45 Programowanie procesu usprawniania w oparciu o 3 filary. Indywidualizacja w procesie usprawniania pacjentów.

14.30-14.45 przerwa

14.45-16.15 Cel, strategia i planowanie procesu usprawniania.Q&A

16.15-16.45 Walidacja

Kurs trwa 46 godz. dydaktyczne, co stanowi 34 godz. 30 min zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 3h 30 min. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna (szkoleniowa) = 45 min

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu. Liczba godzin kursu obejmuje:

zajęcia teoretyczne - 14 godz. dydakt.

zajęcia praktyczne - 32 godz. dydakt.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 28

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 28 1 etap walidacji.	-	16-09-2025	08:00	08:30	00:30
2 z 28 Kooperacja specjalistów w procesie usprawniania pacjentów. Trening medyczny.	Bartosz Rutowicz	16-09-2025	08:30	11:00	02:30
3 z 28 przerwa	-	16-09-2025	11:00	11:15	00:15
4 z 28 Trzy filary w treningu medycznym.	Sebastian Krawczyk	16-09-2025	11:15	13:00	01:45
5 z 28 przerwa	-	16-09-2025	13:00	13:30	00:30
6 z 28 Zabiegi chirurgiczne i urazy w obrębie kręgosłupa szyjnego, piersiowego i kończyny górnej	Bartosz Rutowicz	16-09-2025	13:30	16:30	03:00
7 z 28 przerwa	-	16-09-2025	16:30	16:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 28 Ćwiczenia dedykowane dla pacjentów po zabiegach chirurgicznych	Bartosz Rutowicz	16-09-2025	16:45	19:00	02:15
9 z 28 Kontuzje przeciążeniowe kręgosłupa szyjnego, piersiowego.	Bartosz Rutowicz	17-09-2025	08:00	11:00	03:00
10 z 28 przerwa	-	17-09-2025	11:00	11:15	00:15
11 z 28 Fundamentalne wzorce ruchowe	Sebastian Krawczyk	17-09-2025	11:15	15:00	03:45
12 z 28 przerwa	-	17-09-2025	13:00	13:30	00:30
13 z 28 Wykorzystanie specyfiki odważników kulowych kettlebells w treningu medycznym.	Sebastian Krawczyk	17-09-2025	13:30	16:15	02:45
14 z 28 przerwa	-	17-09-2025	16:30	16:45	00:15
15 z 28 Trening medyczny: definicja, cel, specyfika pacjenta z urazami w obrębie kończyny dolnej i kręgosłupa lędźwiowego.	Bartosz Rutowicz	18-09-2025	08:30	11:00	02:30
16 z 28 przerwa	-	18-09-2025	11:00	11:15	00:15
17 z 28 Postawa aktywna; Oddech w treningu oporowym; Core: wydajność mięśni korpusu.	Sebastian Krawczyk	18-09-2025	11:15	13:00	01:45
18 z 28 przerwa	-	18-09-2025	13:00	13:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
19 z 28 Zabiegi chirurgiczne i urazy w obrębie kręgosłupa lędźwiowego i kończyny dolnej	Bartosz Rutowicz	18-09-2025	13:30	16:30	03:00
20 z 28 przerwa	-	18-09-2025	16:30	16:45	00:15
21 z 28 Zabiegi chirurgiczne i urazy w obrębie kręgosłupa lędźwiowego i kończyny dolnej.	Bartosz Rutowicz	18-09-2025	16:45	19:00	02:15
22 z 28 Kontuzje przeciążeniowe kręgosłupa lędźwiowego	Bartosz Rutowicz	19-09-2025	08:00	11:00	03:00
23 z 28 przerwa	-	19-09-2025	11:00	11:15	00:15
24 z 28 Fundamentalne wzorce ruchowe: Hip Hinge, Squat, Split Squat, Carry.	Sebastian Krawczyk	19-09-2025	11:15	13:00	01:45
25 z 28 przerwa	-	19-09-2025	13:00	13:30	00:30
26 z 28 Programowanie procesu usprawniania w oparciu o 3 filary	Sebastian Krawczyk	19-09-2025	13:30	16:15	02:45
27 z 28 przerwa	-	19-09-2025	14:30	14:45	00:15
28 z 28 Walidacja 2 etap	-	19-09-2025	16:15	16:45	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	82,61 PLN
Koszt osobogodziny netto	82,61 PLN
W tym koszt walidacji brutto	50,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	50,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	50,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	50,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Bartosz Rutowicz

Fizjoterapia, rehabilitacja sportowa, rehabilitacja pourazowa.

Od wielu lat prowadzi własną praktykę rehabilitacyjną w prywatnym gabinecie. Obecnie pracuje na stanowisku asystenta w Katedrze i Zakładzie Anatomii Collegium Medicum na Uniwersytecie.

W 2004 r. ukończył studia magisterskie na kierunku Fizjoterapia, a w 2010 r. studia doktoranckie na AWF w Krakowie. W roku 2012 obronił pracę doktorską. Pierwsze lata jego przygody zawodowej skupiały się na edukacji podyplomowej, praktykowaniu zawodu oraz pracy ze studentami. W roku 2006 rozpoczął proces nostryfikacji dyplomu fizjoterapeuty w Nowym Jorku.

W 2008 r. założył firmę Rehalab, w której przeszkolił ponad 3000 fizjoterapeutów oraz lekarzy w kilkunastu krajach Europy w zakresie diagnostyki, leczenia zachowawczego, pooperacyjnego stawu kolanowego, obręczy barkowej, stawu skokowego i stopy. Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5

lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR



2 z 2

Sebastian Krawczyk

fizjoterapia, ortopedia

Pracuję głównie ze sportowcami i osobami po urazach ortopedycznych, pozostając w ścisłej współpracy z ortopedą i fizjoterapeutą. Jestem instruktorem sportu (snowboard, gimnastyka, sporty siłowe). W 2017 roku dołączyłem do elitarnego grona instruktorów Międzynarodowej Szkoły Strongfirst – The School of Strenght. Jestem instruktorem SFG1 – StrongFirst Giry i SFB – Strongfirst Bodyweight training. Ze sportem mam do czynienia od 20 lat. Trenując boks i kick-boxingu w latach 1999-2003 zdobywałem medale na turniejach strefowych i ogólnopolskich. Byłem też członkiem kadry narodowej juniorów. Najważniejsze osiągnięcia: Mistrzostwo Polski (Junior),

Kick-Boxing -1999; Wicemistrzostwo Polski (Młodzieżowiec), Kick- Boxing 2002; Wicemistrzostwo Polski(senior), Kick- Boxing 2003. Cały czas się rozwijam, szkołę i nieustannie trenuję. Aktualnie trening systemem Hardstyle Kettlebells, biegi górskie i trening usprawniający to najbliższe mi aktywności i formy ruchu.

W 2004 roku ukończył studia magisterskie na kierunku Fizjoterapia, a w 2010 roku studia doktoranckie na AWF im. Bronisława Czecha w Krakowie. W roku 2012 obronił pracę doktorską. Dyplomowany terapeuta Międzynarodowego Instytutu McKenziego, dyplomowany terapeuta PNF. 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

uczestnicy otrzymują skrypt autorstwa prowadzących kurs

Warunki uczestnictwa

Przed zapisem na kurs prosimy o kontakt z organizatorem w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.

W celu dokonania zgłoszenia na kurs należy wypełnić formularz zgłoszeniowy na stronie www.rehamax.com.pl i wypełniony przesłać na adres mailowy wraz z dokumentem potwierdzającym wykształcenie i informacją o formie płatności.

Informacje dodatkowe

1 godzina edukacyjna to 45 minut.

Każdy z uczestników otrzyma długopis oraz skrypt z treściami realizowanymi podczas kursu.

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.

Usługa adresowana jest również do uczestników projektów: , Małopolski pociąg do kariery - sezon 2, Nowy start w Małopolsce z EURESem.

Adres

Świlcza 146 P

36-072 Świlcza

woj. podkarpackie

Sala szkoleniowa składająca się z dwóch części: sali na zajęcia teoretyczne oraz sali na zajęcia praktyczne . Sala w pełni wyposażona w sprzęt potrzebny do szkolenia: projektor, stoły rehabilitacyjne, materace do ćwiczeń, piłki terapeutyczne. Sprzęt pomocniczy. W budynku znajduje się zaplecze socjalne dla uczestników , toalety i szatnia.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Monika Korfanty

E-mail biuro@rehamax.com.pl

Telefon (+48) 512 220 494