



AKADEMIA
MISTRZOSTWA
SPORTOWEGO
REKREACJI I
TURYSTYKI IM.
SŁAWOMIRA
SZYMCZAKA
WYDZIAŁ EDUKACJI
SPORTOWEJ
Sławomir Szymczak

★★★★★ 4,7 / 5

6 ocen

**Kurs na trenera personalnego EQF4 i
instruktora siłowni- Egzamin Walidacyjny-
UPRAWNIENIA NADANE PRZEZ
MINISTERSTWO SPORTU I TURYSTYKI -
Zintegrowany System Kwalifikacji- Cała
Polska-JAKO JEDYNA W POLSCE AMS
Instytucja Szkoleniowa Certyfikująca
Polskich i Europejskich Ram Kwalifikacji
JAKOŚĆ!**

Numer usługi 2025/05/30/119253/2782297

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 56 h

📅 17.11.2025 do 23.11.2025

2 500,00 PLN brutto

2 500,00 PLN netto

44,64 PLN brutto/h

44,64 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Inne / Edukacja

Grupa docelowa usługi

Kurs kierujemy do wszystkich osób pełnoletnich, posiadających wykształcenie minimum średnie, pragnących pozyskać wiedzę, uprawnienia i tytuł trenera personalnego oraz instruktora siłowni. Dla osób, które pragną spieniężyć swoją pasję, rozwijać się zawodowo i poszukują kompleksowego szkolenia, które w jasny i praktyczny sposób przedstawi kluczowe w tym zawodzie zagadnienia.

Usługa jest organizowana z podziałem na grupy 2-3 osobowe w zależności od liczby uczestników. Uczestnicy są przydzielani do stanowisk w poszczególnych strefach treningowych.

Usługa realizowana jest w godzinach zegarowych 60-cio minutowych.

Szkolenie wykorzystuje metody interaktywne i aktywizujące, które angażują uczniów w aktywne uczestnictwo podczas zajęć takie jak analiza problemów sportowych, burze mózgów, studium przypadku, obserwacje, dyskusje oraz zabawy. Skupiają się one na rozwijaniu kreatywności, współpracy i umiejętności ruchowych poprzez różnorodne techniki.

Minimalna liczba uczestników

5

Maksymalna liczba uczestników

15

Data zakończenia rekrutacji

16-11-2025

Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	56
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Przygotowuje do samodzielnego prowadzenia procesu treningu personalnego osób fizycznych oraz stosowanie najnowszych technik związanych z utrzymaniem zdrowego trybu życia.

Pozyskanie wiedzy z podstaw anatomii, fizjologii, biomechaniki i zasad treningu, metodyki treningu siłowego, dietetyki, treningu funkcjonalnego, podstaw mobility, metodologii wykonywania ćwiczeń. Kursant pozyskuje również wiedzę w zakresie biznesu trenera personalnego.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Osoba posiadająca kwalifikację "Prowadzenie procesu treningu personalnego" planuje i realizuje proces treningu personalnego osób, które chcą zadbać o prawidłową masę ciała, wymodelować sylwetkę, rozwinąć lub utrzymać formę fizyczną.	Weryfikację efektów uczenia się przeprowadza się na podstawie wytycznych zawartych w opisie kwalifikacji. Obejmują one kryteria weryfikacji oraz przyporządkowane im sposoby sprawdzenia (np. „odpowiedź ustna”, „demonstracja w praktyce”).	Test teoretyczny
		Prezentacja
		Wywiad swobodny

Kwalifikacje

Kwalifikacje zarejestrowane w Zintegrowanym Rejestrze Kwalifikacji

Kwalifikacje	Prowadzenie procesu treningu personalnego
Kod kwalifikacji w Zintegrowanym Rejestrze Kwalifikacji	13481
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Akademia Mistrzostwa Sportowego Rekreacji i Turystyki im. Sławomira Szymczaka Wydział Edukacji Sportowej Sławomir Szymczak
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak

Nazwa Podmiotu certyfikującego	Akademia Mistrzostwa Sportowego Rekreacji i Turystyki im. Sławomira Szymczaka Wydział Edukacji Sportowej Sławomir Szymczak
---------------------------------------	--

Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Tak
--	-----

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

Pytanie 5. Czy dokument jest certyfikatem, dla którego wypracowano system walidacji i certyfikowania efektów uczenia się na poziomie międzynarodowym?

TAK

Informacje

Podstawa prawna dla Podmiotów / kategorii Podmiotów	uprawnionych do wydawania dokumentów potwierdzających uzyskanie kwalifikacji, w tym w zawodzie
Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	Akademia Mistrzostwa Sportowego Rekreacji i Turystyki im. Sławomira Szymczaka Wydział Edukacji Sportowej Sławomir Szymczak
Podmiot prowadzący walidację jest zarejestrowany w BUR	Tak
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Akademia Mistrzostwa Sportowego Rekreacji i Turystyki im. Sławomira Szymczaka Wydział Edukacji Sportowej Sławomir Szymczak
Podmiot certyfikujący jest zarejestrowany w BUR	Tak

Program

METODYKA PRACY TRENERA PERSONALNEGO W UJĘCIU POTRZEB KLIENTA

METODYKA PLANOWANIA I PROGRAMOWANIA TRENINGOWEGO

METODYKA TRENINGU SIŁOWEGO

PODSTAWY MOBILITY I TRENINGU MEDYCZNEGO

METODYKA TRENINGU FUNKCJONALNEGO Z ELEMENTAMI CROSS TRENINGU

PODSTAWY DIETETYKI

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 15 METODYKA PRACY TRENERA PERSONALNEGO W UJĘCIU POTRZEB KLIENTA- zajęcia teoretyczne	Adrian Zachaczewski	17-11-2025	08:00	12:00	04:00
2 z 15 METODYKA PRACY TRENERA PERSONALNEGO W UJĘCIU POTRZEB KLIENTA- zajęcia praktyczne	Adrian Zachaczewski	17-11-2025	13:00	17:00	04:00
3 z 15 METODYKA PLANOWANIA I PROGRAMOWANIA TRENINGOWEGO - zajęcia teoretyczne	Adrian Zachaczewski	18-11-2025	08:00	12:00	04:00
4 z 15 METODYKA PLANOWANIA I PROGRAMOWANIA TRENINGOWEGO - zajęcia teoretyczne	Adrian Zachaczewski	18-11-2025	13:00	17:00	04:00
5 z 15 METODYKA TRENINGU SIŁOWEGO- zajęcia praktyczne	Adrian Zachaczewski	19-11-2025	08:00	12:00	04:00
6 z 15 METODYKA TRENINGU SIŁOWEGO- zajęcia praktyczne	Adrian Zachaczewski	19-11-2025	13:00	17:00	04:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 15 PODSTAWY MOBILITY I TRENINGU MEDYCZNEGO- zajęcia praktyczne	Adrian Zachaczewski	20-11-2025	08:00	12:00	04:00
8 z 15 PODSTAWY MOBILITY I TRENINGU MEDYCZNEGO- zajęcia praktyczne	Adrian Zachaczewski	20-11-2025	13:00	17:00	04:00
9 z 15 METODYKA TRENINGU FUNKCJONALNE GO Z ELEMENTAMI CROSS TRENINGU- zajęcia teoretyczne	Adrian Zachaczewski	21-11-2025	08:00	12:00	04:00
10 z 15 METODYKA TRENINGU FUNKCJONALNE GO Z ELEMENTAMI CROSS TRENINGU- zajęcia praktyczne	Adrian Zachaczewski	21-11-2025	13:00	17:00	04:00
11 z 15 PODSTAWY DIETETYKI- zajęcia teoretyczne	Adrian Zachaczewski	22-11-2025	08:00	12:00	04:00
12 z 15 PODSTAWY DIETETYKI- zajęcia teoretyczne	Adrian Zachaczewski	22-11-2025	13:00	17:00	04:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 15 METODYKA PRACY TRENERA PERSONALNEGO, EGZAMINY- zajęcia teoretyczne	Adrian Zachaczewski	23-11-2025	08:00	12:00	04:00
14 z 15 METODYKA PRACY TRENERA PERSONALNEGO, EGZAMINY- zajęcia praktyczne	Adrian Zachaczewski	23-11-2025	13:00	16:00	03:00
15 z 15 METODYKA PRACY TRENERA PERSONALNEGO, EGZAMINY- zajęcia praktyczne	-	23-11-2025	16:00	17:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	44,64 PLN
Koszt osobogodziny netto	44,64 PLN
W tym koszt walidacji brutto	300,00 PLN
W tym koszt walidacji netto	300,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	300,00 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	300,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Adrian Zachaczewski

Adrian Zachaczewski, zawodnik i medalista Mistrzostw Polski Kettlebell Hardstyle i założyciel jednego z warszawskich boxów crossfit. Trener personalny z wieloletnim stażem, a zarazem wyjątkowy specjalista od odważników, który doskonale wie jak ich użyć, ale to nie wszystkie specjalizacje Adriana, którymi może się pochwalić.

W naszej Akademii na szkolenia z Adrianem będziecie mieć okazję podczas szkoleń z cross treningu, szkoleń z treningu mobility i treningu funkcjonalnego.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Nasza oferta kursu na trenera personalnego obejmuje szeroki zakres, od anatomii i fizjologii, poprzez trening siłowy, funkcjonalny, medyczny, po dietetykę, psychologię sportu i aspekty biznesowe. Dzięki temu, nasi absolwenci są dobrze przygotowani do pracy jako trenerzy personalni i mogą zapewnić swoim przyszłym klientom szeroki wachlarz umiejętności i wiedzy, który w znacznym stopniu pomoże im zrealizować założony przez siebie i trenera cel.

Wsparcie po kursie: Nasza relacja z uczestnikami kursu nie kończy się po jego zakończeniu. Otrzymasz wsparcie, które będzie dostępne w formie materiałów szkoleniowych, do których otrzymujesz dostęp dożywotnio.

Warunki uczestnictwa

Ukończony 18 rok życia.

Obowiązuje warunek uczestnictwa w min. 80% zajęć.

Frekwencja na zajęciach potwierdzana jest poprzez podpisy na listach obecności kursantów.

Informacje dodatkowe

Akademia Mistrzostwa Sportowego już po raz kolejny wzniosła się na sam szczyt! Jako szanowana instytucja szkoleniowa w Polsce, otrzymaliśmy status i uprawnienia Instytucji Certyfikującej z zakresu prowadzenia procesu treningu personalnego na poziomie czwartym europejskich ram kwalifikacji (EQF4)! Innymi słowy, podchodząc do certyfikacji (egzaminu) po kursie na trenera personalnego, tylko w jedynej instytucji szkoleniowej w Polsce posiadającej uprawnienia certyfikujące - Akademii Mistrzostwa Sportowego - masz gwarancję honorowania przez pracodawców posiadanych przez Ciebie uprawnień na terenie Polski, Europy, a także w niektórych krajach poza nią.

Zwolnienie z Vat na podstawie art. 168 ust.9 ustawy z dnia 14 grudnia 2016r. Prawo Oświatowe (t.j. Dz.U. z 2021 r. poz.1082 z późn. zm.) i wpisu do ewidencji szkół i placówek niepublicznych dokonanego przez starostę milickiego nr 1/2023 z dnia 16 stycznia 2023r.

Adres

ul. Przejazd 4/U3

02-654 Warszawa

woj. mazowieckie

Functional Body

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Barbara Skurak

E-mail barbara.skurak.ams@gmail.com

Telefon (+48) 733 101 090