

**kurs Manipulacje Krótkodźwigniowe –  
nauka i sztuka**

Numer usługi 2025/07/03/8530/2856589

**2 829,00 PLN** brutto  
2 300,00 PLN netto  
117,88 PLN brutto/h  
95,83 PLN netto/h

Rehaintegro sp. z  
o.o. sp. k.

★★★★★ 4,7 / 5

4 105 ocen

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 24 h

📅 13.02.2026 do 15.02.2026

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Zdrowie i medycyna / Medycyna

**Grupa docelowa usługi**

Kurs skierowany jest do osób posiadających dyplom ukończenia studiów fizjoterapeutycznych (magister, licencjat), dyplom terapeuty manualnego, dyplom osteopaty oraz do osób będących w trakcie studiów fizjoterapeutycznych, które mają ukończony przynajmniej dwa lata tychże studiów i rozpoczęty trzeci rok (weryfikowane na podstawie aktualnej legitymacji studenckiej, zaświadczenia z dziekanatu).

Usługa również adresowana dla:

- Uczestników Projektu "Małopolski pociąg do kariery - sezon 1",
- Uczestników Projektu Kierunek - Rozwój,
- Uczestników Projektu "Nowy Start w Małopolsce z EURESem",
- Uczestników projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

**Minimalna liczba uczestników**

10

**Maksymalna liczba uczestników**

20

**Data zakończenia rekrutacji**

06-02-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

24

**Podstawa uzyskania wpisu do BUR**

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Kurs Manipulacje Krótkodźwigniowe – nauka i sztuka przygotowuje do samodzielnego przeprowadzania manipulacji stawowych w różnych obszarach ciała oraz do zróżnicowanego użycia dźwigni (w tym również dla wybranych stawów obwodowych)

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

| Efekty uczenia się                                                                                                                                                                                         | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Metoda walidacji                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Uczestnik szkolenia weryfikuje możliwość przeprowadzenia zabiegu manipulacji                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"><li>- omawia wskazania i przeciwwskazania do przeprowadzania zabiegu manipulacji,</li><li>- charakteryzuje anatomię i biomechanikę manipulowanego segmentu</li><li>- wykonuje ćwiczenia wyrabiające cechy motoryczne, które ułatwiają wykonanie zabiegu manipulacji oraz ćwiczenia rozwijające odczucie bariery</li></ul>                                                                                                                                                            | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| Uczestnik szkolenia samodzielnie przeprowadza terapię pacjenta stosując manipulacje stawowe w różnych obszarach ciała; dzieli się zdobytymi doświadczeniami w życiu zawodowym, w zgodzie z kodeksem etyki. | <ul style="list-style-type: none"><li>- dobiera odpowiednie zabiegi manipulacyjne na stawach w różnych obszarach ciała pacjenta (stawy stopy, staw kolanowy, biodrowy),</li><li>- stosuje dźwignie kierunkowe oraz pozycjonowanie pacjenta w terapii części lędźwiowej, piersiowej i szyjnej,</li><li>- przeprowadza testy bezpieczeństwa oraz manipulacje połączenia szyjno-głowego,</li><li>- stosuje manipulacje w obrębie stawów obwodowych,</li><li>- postępuje zgodnie z przyjętymi normami etycznymi.</li></ul> | Test teoretyczny                    |
|                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 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:**

Szkolenie adresowane jest do fizjoterapeutów, osteopatów, terapeutów manualnych studentów 3 roku fizjoterapii, posiadających podstawowe doświadczenie w swoim zawodzie. Uczestnik powinien znać anatomię i fizjologię człowieka.

Czas: 3 dni, 24 godziny dydaktyczne - 1 godzina szkolenia = 45 minut.

Program tego kursu powstał pod wpływem obserwacji i refleksji Rafała Krasickiego, które zrodziły się podczas prowadzonego przez niego szkolenia „Ostry dysk”. R. Krasicki zwrócił uwagę na bardzo duże zróżnicowanie w zakresie poziomu zrozumienia oraz umiejętności manualnych kursantów. Z myślą o nich opracował sposób nauczania manipulacji, który zachwycił wielu uczestników szkolenia, jako zrozumiały, przystępny i logiczny. W programie nowego kursu, nauka manipulacji została wzbogacona o szereg ćwiczeń rozwijających sztukę manipulacji stawowych.

Zapraszamy na 3 dni niezwykle intensywnego kursu manipulacji, obejmującego wszystkie niezbędne regiony ciała, zróżnicowane użycie dźwigni, w tym także dla wybranych stawów obwodowych.

Ćwiczenia praktyczne podczas kursu odbywają się w parach, na kozetkach.

## DZIEŃ 1:

**9:00-10:00**

**Sesja pierwsza** – absolutny fundament aby manipulację stosować bezpiecznie

i świadomie; podczas tej sesji prezentowane są autorskie ćwiczenia instruktora, które „wyrabiają” cechy motoryczne, pomocne w wykonywaniu manipulacji.

1. Wskazania i przeciwwskazania do manipulacji.
2. Co się dzieje podczas manipulacji?
3. Ćwiczenia rozwijające odczucie bariery oraz cechy potrzebne do manipulacji:

- Czucie palpacyjne.
- Precyzja i kontrola ruchu tułowia oraz kończyn.
- Szybkość.

**10:00- 11:00**

**Sesja druga** – koncentruje się na najczęstszych zabiegach manipulacyjnych, możliwych do wykonania na stopie.

1. STAWY STOPY:

- skokowo-lódkowy,
- sześciennie-piętowy,
- lódkowo- klinowo- śródstopny (łuk przyśrodkowy),
- skokowy górny („8”).

**11:00- 11:15 PRZERWA**

**11:15- 13:30**

**Sesja trzecia** – W sesji trzeciej przenosimy uwagę na niezwykle przydatne odblokowanie łokotek (zabieg pojedynczy i w duecie) oraz staw udowo-piszczałkowy (kolano właściwe); sesję trzecią kończymy „opracowaniem” stawu biodrowego.

1. STAW KOLANOWY:

- Łąkotki.
- Manipulacja stawu kolanowego.

1. STAW BIODROWY i sekwencja 3D

**13:30- 14:30 PRZERWA**

**14:30: 17:00**

**Sesja czwarta** – najczęściej wykorzystywany zabieg manipulacji na świecie: lumbar roll.

1. CZĘŚĆ LĘDŹWIOWA: L1-L5:

- Anatomia i biomechanika segmentu manipulowanego (niezbędny zarys).
- Pozycjonowanie pacjenta: lumbar roll.
- Pozycja terapeuty: mechanika ciała.
- Wprowadzanie dźwigni kierunkowych: fokusowanie/komponowanie bariery (rotacja).
- Impuls.

**DZIEŃ 2:**

**9:00- 9:30** Powtórki z dnia pierwszego.

**9:30- 11:00**

**Sesja pierwsza** – prezentacja dwóch technik manipulacji części piersiowej, z modyfikacją dla stawów żebrowo-poprzecznych.

1. CZĘŚĆ PIERSIOWA: T4-T10:

- Anatomia i biomechanika segmentu manipulowanego (niezbędny zarys).
- Pozycjonowanie pacjenta: siad i LT.
- Pozycja terapeuty: mechanika ciała.
- Wprowadzanie dźwigni: komponowanie bariery (gapping).
- Impuls.

**11:00- 11:15 PRZERWA**

**11:15-13-30**

**Sesja druga** poświęcona jest szczegółowemu omówieniu sposobu wykonania jednej z najpopularniejszych manipulacji na szyi.

1. CZĘŚĆ SZYJNA: C2-C7:

- Anatomia i biomechanika segmentu manipulowanego.
- Pozycjonowanie pacjenta: LT.
- Pozycja terapeuty: mechanika ciała.
- Wprowadzanie dźwigni: komponowanie bariery (rotacja).
- Impuls.

**13:30-14:30 PRZERWA**

**14:30- 17:00**

**Sesja trzecia** – ponownie przeniesie uczestników w obręb stawów obwodowych, tym razem kończyny górnej; przyjrzymy się manipulacjom w tych stawach, w których najlepiej się one sprawdzają.

1. STAWY OBWODOWE KOŃCZYNY GÓRNEJ:

- Anatomia i biomechanika (niezbędny zarys):
  - a) staw ramiennie-promieniowy
  - b) staw promieniowo-łokciowy bliższy
  - c) staw AC
  - d) bark
- Pozycja pacjenta: LT, siad.
- Pozycja terapeuty: mechanika ciała.
- Wprowadzanie dźwigni: komponowanie bariery.
- Impuls.

DZIEŃ 3:

9:00- 9:30

Sesja pierwsza – powtórkowa

9:30: 11:00

Techniki wykorzystywane w manipulacji przejścia szyjno-piersiowego w pozycji siedzącej (jednostronna i obustronna); prezentacja autorskiej techniki przeznaczonej dla pacjentów, którzy nie są w stanie umieścić dłoni na karku.

1. PRZEJŚCIE C7/T1:

- C7-T1-T2 (w siadzie).
- Dźwignia: rotacja, ślizg jednostronny, gapping dwustronny.

11:00-11:15 PRZERWA

11:15- 13:30

Sesja kończąca cykl – koncentracja na połączeniu szyjno-głowymym, na testach

bezpieczeństwa i manipulacji tego segmentu z dźwignią na kręgu C1 oraz potylicy; ten niezwykle wymagający region stanowi nie lada wyzwanie dla wielu osób wchodzących w świat manipulacji.

1. POŁĄCZENIE OAA (szyjno-głowe):

- Anatomia i biomechanika segmentu manipulowanego (niezbędny zarys).
- Pozycjonowanie pacjenta: LT.
- Pozycja terapeuty: mechanika ciała.
- Wprowadzanie dźwigni: komponowanie bariery (gapping) z ogniskowaniem przez Atlas lub Podylicę.
- Impuls.

13:30 - 13:45 Walidacja

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 17

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                                                                      | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <div>1 z 17</div> Sesja pierwsza. Wskazania i przeciwwskazania do manipulacji. Co się dzieje podczas manipulacji? Ćwiczenia rozwijające odczucie bariery oraz cechy potrzebne do manipulacji | Rafał Krasicki | 13-02-2026            | 09:00               | 10:00               | 01:00         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                         | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>2 z 17</b> Sesja druga. STAWY STOPY: skokowo-łódkowy, sześcienniepiętowy, łódkowo-klinowo-śródstopny (łuk przyśrodkowy), skokowy górny („8”) | Rafał Krasicki | 13-02-2026            | 10:00               | 11:00               | 01:00         |
| <b>3 z 17</b> przerwa                                                                                                                           | Rafał Krasicki | 13-02-2026            | 11:00               | 11:15               | 00:15         |
| <b>4 z 17</b> Sesja trzecia. STAW KOLANOWY: Łąkotki. Manipulacja stawu kolanowego. STAW BIODROWY i sekwencja 3D                                 | Rafał Krasicki | 13-02-2026            | 11:15               | 13:30               | 02:15         |
| <b>5 z 17</b> przerwa                                                                                                                           | Rafał Krasicki | 13-02-2026            | 13:30               | 14:30               | 01:00         |
| <b>6 z 17</b> Sesja czwarta – najczęściej wykorzystywany zabieg manipulacji na świecie: lumbar roll. CZĘŚĆ LĘDŹWIOWA: L1-L5                     | Rafał Krasicki | 13-02-2026            | 14:30               | 17:00               | 02:30         |
| <b>7 z 17</b> Powtórki z dnia pierwszego.                                                                                                       | Rafał Krasicki | 14-02-2026            | 09:00               | 09:30               | 00:30         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                                 | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 8 z 17 Sesja pierwsza – prezentacja dwóch technik manipulacji części piersiowej, z modyfikacją dla stawów żebrowo-poprzecznych. CZĘŚĆ PIERSIOWA: T4-T10 | Rafał Krasicki | 14-02-2026            | 09:30               | 11:00               | 01:30         |
| 9 z 17 przerwa                                                                                                                                          | Rafał Krasicki | 14-02-2026            | 11:00               | 11:15               | 00:15         |
| 10 z 17 Sesja druga poświęcona jest szczegółowemu omówieniu sposobu wykonania jednej z najpopularniejszych manipulacji na szyi. CZĘŚĆ SZYJNA: C2-C7     | Rafał Krasicki | 14-02-2026            | 11:15               | 13:30               | 02:15         |
| 11 z 17 przerwa                                                                                                                                         | Rafał Krasicki | 14-02-2026            | 13:30               | 14:30               | 01:00         |
| 12 z 17 Sesja trzecia – STAWY OBWODOWE KOŃCZYNY GÓRNEJ                                                                                                  | Rafał Krasicki | 14-02-2026            | 14:30               | 17:00               | 02:30         |
| 13 z 17 Sesja pierwsza – powtórkowa                                                                                                                     | Rafał Krasicki | 15-02-2026            | 09:00               | 09:30               | 00:30         |
| 14 z 17 Techniki. PRZEJŚCIE C7/T1                                                                                                                       | Rafał Krasicki | 15-02-2026            | 09:30               | 11:00               | 01:30         |
| 15 z 17 przerwa                                                                                                                                         | Rafał Krasicki | 15-02-2026            | 11:00               | 11:15               | 00:15         |

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                                              | Prowadzący     | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| 16 z 17 Sesja kończąca cykl – koncentracja na połączeniu szyjno-głowymym, na testach bezpieczeństwa i manipulacji tego segmentu z dźwignią na kręgu C1 oraz potylicy | Rafał Krasicki | 15-02-2026            | 11:15               | 13:30               | 02:15         |
| 17 z 17 Walidacja                                                                                                                                                    | -              | 15-02-2026            | 13:30               | 13:45               | 00:15         |

## Cennik

### Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 2 829,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 2 300,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 117,88 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                  | 95,83 PLN    |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Rafał Krasicki

Uczestnik wielu (jak sam podkreśla „starannie dobieranych” warsztatów min.: tygodniowy pobyt w British School of Osteopathy (+klinika) w Londynie, na zaproszenie Steve Sandlera D.O. ) kursów i konferencji: – Manipulacje krótkodźwigniowe kręgosłupa(HVLA)(Daryl Herbert,DO, 2008) – Visceral Manipulation (Steve Sandler, PhD, DO, 2010-2011) – Osteopathy in Gynaecology and Obstetrics (Steve Sandler PhD, DO, 2012) – Osteopathy in Pediatrics (Nancy Spencer, DO, 2012) – Osteopathy in the Cranial Field (Colin Dove, DO, 2012) – Terapia czaszkowo-krzyżowa (Upledger Institute) i innych. Na co dzień praktykuje w Przychodni Lekarzy Wojskowych w Warszawie, współpracując z jednymi z najlepszych neurochirurgów w kraju. absolwent Wojskowej Akademii Medycznej. W 2009

roku zdał międzynarodowy egzamin z Ortopedycznej Terapii Manualnej (OMT- 1000 h szkoleń), w której zakres szkolenia obejmuje tematy: – diagnostyki klinicznej i radiologicznej, – wnioskowania klinicznego, – doskonalenia technik badania i leczenia manualnego w układzie mięśniowo-szkieletowo-nerwowym, – terapeutycznego treningu medycznego i wiele innych. Członek zarządu Polskiego Stowarzyszenia Ortopedycznej Terapii Manualnej. Od 2006 roku asystent instruktora Kaltenborn-Evjenth. Supervisor na kursie klinicznym dla grupy OMT. Asystent i tłumacz kursów OMT i osteopatii.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują materiały szkoleniowe w formie skryptu autorstwa instruktora prowadzącego kurs. Dodatkowo otrzymują długopisy.

### Warunki uczestnictwa

Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych przez firmę Rehaintegro.

W tym celu należy wypełnić formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie rehaintegro.pl - „ZAPISZ SIĘ NA SZKOLENIE”

Link do formularza:

<https://www.rehaintegro.pl/kursy/sztuka-i-nauka-manipulacji-kregoslupa-i-wybranych-stawow-obwodowych/>

## Informacje dodatkowe

### Prosimy o kontakt z organizatorem w celu potwierdzenia wolnych miejsc.

Osoby które otrzymały dofinansowanie w wysokości 70% i wyżej obowiązuje cena netto zgodnie z treścią § 3 ust. 1 pkt. 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2013r. Nr 73, poz. 1722)

W celu wystawienia faktury zwolnionej z podatku VAT należy wysłać oświadczenie o wysokości dofinansowania - dokument dostępny na stronie Rehaintegro:

<http://www.rehaintegro.pl/dofinansowanie/>

Zastosowanie zwolnienia od podatku VAT na podstawie art.43 ust. 1 pkt 29 lit. a ustawy o VAT dla usług szkoleniowych świadczonych dla fizjoterapeutów.

Koszty dojazdu, zakwaterowania i wyżywienia ponosi Uczestnik.

Zawarto umowę z:

- WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój,
- WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery",
- WUP w Szczecinie,
- Nowy Start w Małopolsce z EURESem.

## Adres

ul. Dzwonkowa 48  
02-290 Warszawa  
woj. mazowieckie

Sala Rehaintegro

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Wiktor Berlak**

**E-mail** [w.berlak@rehaintegro.pl](mailto:w.berlak@rehaintegro.pl)

**Telefon** (+48) 534 278 203