



Instruktor Trójboju Siłowego

Numer usługi 2025/07/07/176672/2861733

6 800,00 PLN brutto

6 800,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

BUSINESS-LAND
ENTERPRISE
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,6 / 5

873 oceny

📍 Łódź / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 68 h

📅 07.02.2026 do 07.03.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Sport
Grupa docelowa usługi	Grupa docelowa usługi to: osoby fizyczne, osoby dorosłe, które ukończyły 18 rok życia osoby, które uczą się, pracują lub zamieszkują terytorium wskazane w regulaminie projektu, do którego aplikuje Uczestnik osoby chcące z własnej inicjatywy podnieść/uzupełnić swoje umiejętności, kompetencje lub kwalifikacje Osoby zainteresowane aktywnością fizyczną, chcące osiągnąć kompetencje niezbędne do rozpoczęcia pracy w zawodzie instruktor trójboju siłowego
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	06-02-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	68
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

Szkolenie daje możliwość poznania istoty zawodu jakim jest instruktor trójboju siłowego oraz zdobędą specjalistyczną wiedzę w tym temacie. Nauczą się kontrolować nie tylko siebie podczas treningu, ale również otrzymają komplet wiedzy w temacie pracy z podopiecznym, celem prowadzenia efektywnego i bezpiecznego treningu siłowego. Prowadzi do zdobycia również wiedzy w temacie budowania jednostek treningowych opartych na sprawdzonych systemach treningowych trójboju siłowego.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik zna i rozumie istotę prowadzenia treningu siłowego z podopiecznym	Definiuje cele i korzyści treningu siłowego	Test teoretyczny
	Kategoryzuje metody treningu siłowego(np. trening maksymalnej siły, wytrzymałości siłowej, hipertrofii mięśniowej).	Test teoretyczny
	Rozpoznaje przeciwwskazania do wykonywania treningu siłowego i potrafi wskazać grupy ryzyka.	Test teoretyczny
	Wymienia trzy główne konkurencje: przysiad, wyciskanie leżąc, martwy ciąg.	Test teoretyczny
	Wyjaśnia różnice między trójbojemklasycznym a w sprzęcie.	Test teoretyczny
Uczestnik zna rys historyczny trójboju siłowego	Wskazuje kraje, które miały istotnywpływ na rozwój tej dyscypliny	Test teoretyczny
	Wymienia trzy główne konkurencje:przysiad ze sztangą, wyciskanie leżąc,martwy ciąg.	Test teoretyczny
Uczestnik zna podstawy teoretyczne treningu trójboju siłowego	Tłumaczy różnice między trójbojemsiłowym a innymi sportami siłowymi	Test teoretyczny
	Wskazuje najważniejsze elementy ustawienia ciała i pracy mięśniowej podczas treningu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wyjaśnia pełne nazwy federacji i ich skróty	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik rozróżnia federacje trójbojowe	Wskazuje różnice pomiędzy federacjami	Test teoretyczny
	Potrafi wymienić przykładowe znane zawody z każdej federacji (np. IPFWorlds, WRPF The Ghost Clash).	Test teoretyczny
	Rozpoznanie znaczenia periodyzacji i planowania treningu w kontekście osiągania postępów w trójboju siłowym.	Test teoretyczny
Uczestnik rozumie cele treningu trójbojowego	Przedstawia podstawowych założenia treningowe (np. progresja obciążeń, objętość vs intensywność, znaczenie regeneracji).	Test teoretyczny
	Wymienia główne cele treningu trójboju siłowego	Test teoretyczny
	Używa terminów takich jak: głębokość przysiadu, lockout, rozstawchwytu, szyna, prowadzenie sztangi, „zapas” (ang. grinder),start komendowy	Test teoretyczny
Uczestnik swobodnie posługuje sięnomenklaturą trójbojową	Wymienia komendy sędziowskie: „start”, „press”, „rack”, „down”, i wie, w którym boju są stosowane.	Test teoretyczny
Uczestnik zna podstawy anatomii	Przedstawia podstawowe układy anatomiczne człowieka	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Identyfikuje struktury anatomiczne na ilustracjach, modelach lub planszach.	Test teoretyczny
	Opisuje położenie mięśni : przedni,tylny, górny, dolny, przyśrodkowy,boczny	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik zna podstawy fizjologii wysiłku fizycznego	Wyjaśnia podstawowe pojęcia: tętno, VO ₂ max, próg mleczanowy, wydatek energetyczny, adaptacja wysiłkowa.	Test teoretyczny
	Opisuje zmiany zachodzących w organizmie podczas wysiłku fizycznego(np. wzrost tętna, wentylacji płuc, przepływu krwi).	Test teoretyczny
	Rozumie mechanizm adaptacyjny układów: krążenia, oddechowego i mięśniowego w odpowiedzi na regularny trening. Informuje o systemach energetycznych organizmu (fosfagenowy, glikolityczny, tlenowy) i wskazuje w jakich typach wysiłku są wykorzystywane	Test teoretyczny Test teoretyczny
Uczestnik potrafi zaprojektować i poprowadzić efektywną jednostkę treningową trójboju siłowego	Identyfikuje cele treningowe zawodnika(np. zwiększenie siły w przysiadzie ,wyciskaniu lub martwym ciągu). Przygotowuje jednostki treningowe zawierając rozgrzewkę, główną część treningu oraz schłodzenie.	Obserwacja w warunkach symulowanych Test teoretyczny
	Zmienia metody i środki treningowe (np. serie, powtórzenia, intensywność, przerwy).	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik rozumie rolę instruktora trójboju siłowego	Rozumie, jak ważna jest prawidłowa technika wykonywania podstawowych ćwiczeń trójboju (przysiad, wyciskanie, martwy ciąg) i potrafi to uzasadnić. Mobilizuje i wspiera zawodników	Test teoretyczny Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik zna i umie stosować standardy pracy instruktora trójboju siłowego	Przedstawia zasady rozgrzewki i przygotowuje zawodników do poszczególnych konkurencji.	Test teoretyczny
	Ocenia techniki zawodnika i wskazuje błędy oraz poprawne wzorce ruchowe.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik potrafi wychwycić i poprawić błędy podopiecznego wykonywane podczas treningu siłowego	Poprawia ruchy podopiecznego podczas ćwiczenia	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Identyfikuje błędy w postawie ,ułożeniu ciała oraz zakresie ruchu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Rozróżnia błędy wpływające na efektywność i bezpieczeństwo ćwiczenia	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik zna i potrafi zaprezentować technikę wykonywanych ćwiczeń trójbojowych	Demonstruje prawidłowe pozycje wyjściowych dla każdego ćwiczenia, zwracając uwagę na ustawienie stóp, ułożenie rąk, postawę tułowia i głowy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Zwraca uwagę na właściwe oddychanie i napięcie mięśniowe.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykonuje ruchy płynnie i kontrolowanie, z zachowaniem stabilności tułowia i właściwego toru ruchu sztangi.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik potrafi skutecznie i metodycznie przekazywać zdobytą wiedzę	Przedstawia skutecznie i metodycznie przekazuje zdobytą wiedzę	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Odtwarza przekazaną wiedzę na praktykę.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dobiera adekwatne treści, dostosowane do poziomu odbiorcy.	Test teoretyczny
Uczestnik jest gotowy do pracy w zawodzie instruktora trójboju siłowego	Demonstruje techniki: przysiadu ze sztangą, wyciskania leżąc, martwego ciągu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Układa program treningowy w trójboju siłowym (planowanie cykli, progresja obciążeń, periodyzacja).	Test teoretyczny
	Bierze udział w kursach, zna nowości w dziedzinie trójboju).	Test teoretyczny

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

Dzień 1

- 1.Wprowadzenie
- 2.Rys historyczny trójboju siłowego
- 3.Zasady, rozróżnienie federacji
- 4.Specyfika zawodów i organizacja startu
- 5.Podstawowe elementy ćwiczeń wielostawowych:6.
- 6.Praca stopą,
- 7.Bracing8.
- 8.Hip hinge
- 9.Kontrola łopatki

Dzień 2

- 1.Ćwiczenia specjalne - stopniowe budowanie głównych wzorców ruchowych
- 2.Metodyka pracy z klientem

Dzień 3

- 1.Ćwiczenia specjalne - stopniowe budowanie głównych wzorców ruchowych
- 2.Wyciskanie leżąc - zasady techniczne oraz system nauki boju
- 3.Metodyka pracy z klientem

Dzień 4

- 1.Przysiad - zasady techniczne oraz system nauki boju
- 2.Martwy ciąg - zasady techniczne oraz system nauki boju
- 3.Metodyka pracy z klientem
- 4.Trening metodą Dynamicznego Wysiłku

Dzień 5

- 1.Metodyka pracy z klientem

- 2.Trening metodą Dynamicznego Wysiłku
- 3.Testy funkcjonalne

Dzień 6

- 1.Ogólne przygotowanie fizyczne
- 2.Podstawy Rehabilitacji
- 3.Prehabilitacja
- 4.Stabilizacja centralna

Dzień 7

- 1.Teoria periodyzacji treningowej
- 2.Praktyka periodyzacji treningowej

Dzień 8

- 1.Teoria periodyzacji treningowej
- 2.Praktyka periodyzacji treningowej

Dzień 9 :

- 1.Walidacja

Zajęcia prowadzone w ramach szkolenia będą realizowane metodami interaktywnymi i aktywizującymi, jako metody umożliwiające uczenie się w oparciu o doświadczenie pozwalające uczestnikom na ćwiczenie umiejętności. Szkolenie składa się z części zarówno teoretycznej 19h 15 min jak i praktycznej oraz case study 44 h 45 min. i 4h walidacji

Usługa jest realizowana w godzinach zegarowych, a przerwy są wliczone w czas trwania usługi.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 65

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 65 Wprowadzenie	Michał Amadeusz Tybora	07-02-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 65 Rys historyczny trójboju siłowego	Michał Amadeusz Tybora	07-02-2026	10:30	11:00	00:30
3 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	07-02-2026	11:00	11:15	00:15
4 z 65 Specyfika zawodów i organizacja startu	Michał Amadeusz Tybora	07-02-2026	11:15	13:30	02:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	07-02-2026	13:30	14:00	00:30
6 z 65 Podstawowe elementy ćwiczeń wielostawowych: praca stopą,bracing, hiphinge, kontrola łopatki cz. I	Michał Amadeusz Tybora	07-02-2026	14:00	15:30	01:30
7 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	07-02-2026	15:30	15:45	00:15
8 z 65 Podstawowe elementy ćwiczeń wielostawowych: praca stopą,bracing, hiphinge, kontrola łopatki cz. II	Michał Amadeusz Tybora	07-02-2026	15:45	17:00	01:15
9 z 65 Metodyka pracy z klientem cz I.	Michał Amadeusz Tybora	08-02-2026	09:00	11:00	02:00
10 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	08-02-2026	11:00	11:15	00:15
11 z 65 Ćwiczenia specjalne - stopniowe budowanie głównych wzorców ruchowych cz.I	Michał Amadeusz Tybora	08-02-2026	11:15	13:00	01:45
12 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	08-02-2026	13:00	13:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 65 Ćwiczenia specjalne - stopniowe budowanie głównych wzorców ruchowych cz. II	Michał Amadeusz Tybora	08-02-2026	13:30	15:30	02:00
14 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	08-02-2026	15:30	15:45	00:15
15 z 65 Ćwiczenia specjalne - stopniowe budowanie głównych wzorców ruchowych cz. III	Michał Amadeusz Tybora	08-02-2026	15:45	17:00	01:15
16 z 65 Metodyka pracy z klientem cz II.	Michał Amadeusz Tybora	14-02-2026	09:00	11:30	02:30
17 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	14-02-2026	11:30	11:45	00:15
18 z 65 Wyciskanie leżąc- zasady techniczne oraz system nauki boju	Michał Amadeusz Tybora	14-02-2026	11:45	13:30	01:45
19 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	14-02-2026	13:30	14:00	00:30
20 z 65 Ćwiczenia specjalne - stopniowe budowanie głównych wzorców ruchowych cz. IV	Michał Amadeusz Tybora	14-02-2026	14:00	15:30	01:30
21 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	14-02-2026	15:30	15:45	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
22 z 65 Ćwiczenia specjalne - stopniowe budowanie głównych wzorców ruchowych cz. V	Michał Amadeusz Tybora	14-02-2026	15:45	17:00	01:15
23 z 65 Metodyka pracy z klientem cz III.	Michał Amadeusz Tybora	15-02-2026	09:00	11:00	02:00
24 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	15-02-2026	11:00	11:15	00:15
25 z 65 Martwyciąg - zasady techniczne oraz system nauki boju	Michał Amadeusz Tybora	15-02-2026	11:15	12:00	00:45
26 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	15-02-2026	12:00	12:30	00:30
27 z 65 Przysiad - zasady techniczne oraz system nauki boju	Michał Amadeusz Tybora	15-02-2026	12:30	13:30	01:00
28 z 65 Trening metodą Dynamicznego Wysiłku cz.I	Michał Amadeusz Tybora	15-02-2026	13:30	15:15	01:45
29 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	15-02-2026	15:15	15:30	00:15
30 z 65 Trening metodą Dynamicznego Wysiłku cz.II	Michał Amadeusz Tybora	15-02-2026	15:30	17:00	01:30
31 z 65 Metodyka pracy z klientem cz. IV	Michał Amadeusz Tybora	21-02-2026	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
32 z 65 Testy funkcjonalne cz. I	Michał Amadeusz Tybora	21-02-2026	10:30	11:30	01:00
33 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	21-02-2026	11:30	11:45	00:15
34 z 65 Testy funkcjonalne cz.II	Michał Amadeusz Tybora	21-02-2026	11:45	13:00	01:15
35 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	21-02-2026	13:00	13:30	00:30
36 z 65 Trening metodą Dynamicznego Wysiłku cz.III	Michał Amadeusz Tybora	21-02-2026	13:30	15:30	02:00
37 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	21-02-2026	15:30	15:45	00:15
38 z 65 Trening metodą Dynamicznego Wysiłku cz.IV	Michał Amadeusz Tybora	21-02-2026	15:45	17:00	01:15
39 z 65 Ogólne przygotowanie fizyczne	Michał Amadeusz Tybora	22-02-2026	09:00	10:00	01:00
40 z 65 Podstawy rehabilitacji	Michał Amadeusz Tybora	22-02-2026	10:00	11:30	01:30
41 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	22-02-2026	11:30	11:45	00:15
42 z 65 Prehabilitacja	Michał Amadeusz Tybora	22-02-2026	11:45	13:30	01:45
43 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	22-02-2026	13:30	14:00	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
44 z 65 Teoria periodyzacji treningowej	Michał Amadeusz Tybora	28-02-2026	09:00	11:45	02:45
45 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	28-02-2026	11:45	12:00	00:15
46 z 65 Praktyka periodyzacji treningowej cz.I	Michał Amadeusz Tybora	28-02-2026	12:00	13:30	01:30
47 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	28-02-2026	13:30	14:00	00:30
48 z 65 Praktyka periodyzacji treningowej cz.II	Michał Amadeusz Tybora	28-02-2026	14:00	15:30	01:30
49 z 65 Stabilizacja centralna cz.I	Michał Amadeusz Tybora	28-02-2026	14:00	15:30	01:30
50 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	28-02-2026	15:30	15:45	00:15
51 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	28-02-2026	15:30	15:45	00:15
52 z 65 Stabilizacja centralna cz.II	Michał Amadeusz Tybora	28-02-2026	15:45	17:00	01:15
53 z 65 Praktyka periodyzacji treningowej cz.III	Michał Amadeusz Tybora	28-02-2026	15:45	17:00	01:15
54 z 65 Praktyka periodyzacji treningowej cz.IV	Michał Amadeusz Tybora	01-03-2026	09:00	11:00	02:00
55 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	01-03-2026	11:00	11:15	00:15
56 z 65 Praktyka periodyzacji treningowej cz.V	Michał Amadeusz Tybora	01-03-2026	11:15	13:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
57 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	01-03-2026	13:00	13:30	00:30
58 z 65 Praktyka periodyzacji treningowej cz.VI	Michał Amadeusz Tybora	01-03-2026	13:30	15:00	01:30
59 z 65 Przerwa	Michał Amadeusz Tybora	01-03-2026	15:00	15:15	00:15
60 z 65 Praktyka periodyzacji treningowej cz.VI	Michał Amadeusz Tybora	01-03-2026	15:15	17:00	01:45
61 z 65 Walidacja	-	07-03-2026	09:00	10:30	01:30
62 z 65 Przerwa	-	07-03-2026	10:30	10:45	00:15
63 z 65 Walidacja	-	07-03-2026	10:45	11:45	01:00
64 z 65 Przerwa	-	07-03-2026	11:45	12:00	00:15
65 z 65 Walidacja	-	07-03-2026	12:00	13:00	01:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 800,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	6 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Michał Amadeusz Tybora

Michał to charyzmatyczny trener siły, doświadczony szkoleniowiec i założyciel jednej z najbardziej rozpoznawalnych ekip w polskim trójboju siłowym – POTWORY TYBORY. Wielokrotny medalista zawodów krajowych i międzynarodowych w wyciskaniu leżąc oraz trójboju siłowym. Na swoim koncie ma setki sukcesów swoich podopiecznych – rekordów, miejsc na podium i przełamanych barier. Znany jest z niekonwencjonalnego podejścia do treningu i odważnych, skutecznych metod. Współtwórca marki SKM POWERLIFTING – projektu, który wspiera rozwój profesjonalnych sportowców i promuje najwyższe standardy w treningu siłowym.

Jego specjalność to optymalizacja wzorców ruchowych, praca z osobami po kontuzjach oraz kompleksowe budowanie siły – zarówno fizycznej, jak i psychicznej. Michał nie tylko poprawi Twoją technikę, ale też pokaże, jak trenować mądrze, bezpiecznie i skutecznie. Jeśli marzysz o większej sile, lepszej formie i nowym poziomie świadomości treningowej – trafiłeś pod właściwy adres.

Co najmniej 120 godzinne doświadczenie trenera w prowadzeniu szkoleń o podobnej tematyce, w ostatnich 24 miesiącach od dnia rozpoczęcia usługi dla osób dorosłych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Szkolenie prowadzone na podstawie prezentacji trenera.

Dodatkowo każdy uczestnik otrzymuje: materiały dydaktyczne z zakresu przeprowadzonego szkolenia.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem ukończenia usługi jest obecność na minimum 80% ilości przewidzianych godzin zajęciowych.

Informacje dodatkowe

Walidacja efektów uczenia się uczestników usługi odbędzie się za pośrednictwem zestawu pytań testowych, zaprojektowanych przez osobę walidującą.

Na zakończenie szkolenia uczestnicy otrzymają od trenera prowadzącego usługę test. Po zakończeniu udzielania odpowiedzi przez uczestników trener zbierze arkusze testowe, a następnie przekaże je osobie walidującej.

Trener nie będzie ingerować w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania.

Osoba walidująca dokona oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników, następnie przekaże efekty walidacji.

Walidacja odbędzie się w miejscu realizacji usługi ulica Siewna 15 "Vera Sport"

Adres

ul. Siewna 15

94-250 Łódź

woj. łódzkie

Centrum Sportowe "Vera Sport"

Adres

ul. Siewna 15
94-250 Łódź
woj. łódzkie

Centrum sportowe "Vera Sport" mieszczące się przy ulicy Siewnej 15 w Łodzi.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Julia Galusińska

E-mail julia.galusinska@business-land.pl

Telefon (+48) 730 009 454