



PD POLAND
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

Brak ocen dla tego dostawcy

Totalny kręgosłup to autorski program stworzony przez Marka Purczyńskiego, który ma na celu przywrócenie kręgosłupa do jego prawidłowych właściwości i pełni zdrowia. Kurs tłumaczy i rozwiązuje problemy bólowe na całym przebiegu kręgosłupa: zaczynając od miednicy, przez stawy krzyżowo – biodrowe, odc

Numer usługi 2025/07/24/180702/2900993

📍 zdalna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 4 h

📅 30.09.2025 do 31.12.2025

500,00 PLN brutto

500,00 PLN netto

125,00 PLN brutto/h

125,00 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Inne / Edukacja

Grupa docelowa usługi

Szkolenie jest przeznaczone, dla każdej osoby borykającej się z bólami kręgosłupa – zarówno ze

zdiagnozowanymi chorobami, jak i dolegliwościami bez postawionej diagnozy. Wiedza ta ma

zastosowanie w wadach postawy, przeciążeniach mięśni, chorobie dyskowej oraz zaburzeniach

stawowych Dzięki zastosowanym technikom poprawisz zakres ruchu we wszystkich stawach

kręgosłupa, odbarczysz dyski oraz wzmocnisz tkankę mięśniową i więzadła.

Program jest też znakomitą rozszerzeniem wiedzy dla terapeutów, rehabilitantów i trenerów

medycznych, chcących na co dzień pomagać klientom z dysfunkcjami kręgosłupa.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

100

Data zakończenia rekrutacji

29-09-2025

Forma prowadzenia usługi

zdalna

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 uczy:

jak przywrócić naturalną postawę ciała

Jak przywrócić każdej części kręgosłupa jej optymalną ruchomość

Jak szybko i skutecznie wzmocnić mięśnie posturalne

Jak samodzielnie rozluźniać bolesne i spięte rejony tułowia i miednicy

Jak wrócić do normalności po nagłym incydencie bólowym

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Nauczysz się : - jak przywrócić naturalną postawę ciała - Jak przywrócić każdej części kręgosłupa jej optymalną ruchomość - Jak szybko i skutecznie wzmocnić mięśnie posturalne - Jak samodzielnie rozluźniać bolesne i spięte rejony tułowia i miednicy - Jak wrócić do normalności po nagłym incydencie bólowym	Test weryfikujący zdobytą wiedzę. Otwarte i zamknięte pytanie ukierunkowane na konkretne działy szkolenia pokazujące czy uczestnik czynnie i efektywnie korzystał ze szkolenia.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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?

Program

Ilość lekcji : 10

1. Wstęp
2. Kręgosłup budowa i funkcje
3. Kręgosłup układ mięśniowy - Dlaczego twój kręgosłup choruje? - Twoja nowa strategia naprawy
4. Podstawowe ruchy kręgosłupa - Prawidłowy wzorzec postawy
5. Trening stabilizacji CZ. 1
6. Trening stabilizacji CZ. 2 - Stabilizacja, Twój plan treningowy
7. Mobilizacje kręgosłupa CZ. 1
8. Mobilizacje kręgosłupa CZ. 2 - Mobilizacja, Twój plan treningowy
9. Plan działania w ostrym bólu
10. Zakończenie

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	125,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	125,00 PLN

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzyma dostęp do kursu do dedykowanej platformy na podstawie wskazanego adresu e-mail. Dostęp do kursu będzie przysługiwał przez 365 dni.

Informacje dodatkowe

Test sprawdzający wiedzę będzie miał miejsce po 31.12.2025 nie później niż 31.01.2026 roku.

Certyfikat ukończenia szkolenia zostanie wystawiony po pozytywnie zdanym egzaminie.

Warunki techniczne

Komputer z szybkim łączem internetowym.

Kontakt



Jarosław Drzewiecki

E-mail kursy@pdpoland.com

Telefon (+48) 577 572 435