



## kurs Manipulacje Krótkodźwigniowe – nauka i sztuka

Numer usługi 2025/08/28/8530/2967163

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

4 460 ocen

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 24:00 h

📅 27.11.2026 do 29.11.2026

## 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 adresowana również dla:

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

### Minimalna liczba uczestników

10

### Maksymalna liczba uczestników

20

### Data zakończenia rekrutacji

20-11-2026

### 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
<p>Uczestnik opisuje podstawy teoretyczne manipulacji krótkodźwigniowych, w tym ich mechanizmy neurofizjologiczne i biomechaniczne.</p> <p>Charakteryzuje wskazania i przeciwwskazania do stosowania manipulacji stawowych w różnych obszarach ciała (kręgosłup, kończyny). Identyfikuje czynniki ryzyka oraz potencjalne powikłania związane z wykonywaniem technik manipulacyjnych.</p> <p>Omawia zasady kwalifikacji pacjenta do zabiegu manipulacji, w tym elementy wywiadu i badania funkcjonalnego. Wyjaśnia zasady bezpieczeństwa oraz ergonomii pracy terapeuty podczas wykonywania manipulacji.</p>	<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
		Analiza dowodów i deklaracji
<p>Uczestnik szkolenia – przeprowadza wywiad oraz badanie funkcjonalne pacjenta w celu oceny możliwości zastosowania manipulacji krótkodźwigniowej.</p> <p>Weryfikuje wskazania i przeciwwskazania do wykonania zabiegu manipulacji na podstawie zebranych danych klinicznych. Dobiera odpowiednią technikę manipulacyjną do stanu pacjenta oraz konkretnego obszaru ciała.</p> <p>Samodzielnie i bezpiecznie wykonuje manipulacje stawowe w różnych obszarach ciała, z zachowaniem zasad ergonomii i kontroli siły oraz kierunku impulsu.</p> <p>Monitoruje reakcję pacjenta w trakcie i po zabiegu oraz modyfikuje postępowanie terapeutyczne w zależności od uzyskanych efektów. Dokumentuje przebieg terapii oraz uzyskane efekty w sposób zgodny ze standardami praktyki zawodowej.</p>	<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></ul>	Test teoretyczny
		Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik szkolenia podejmuje decyzje terapeutyczne w sposób odpowiedzialny, uwzględniając dobro i bezpieczeństwo pacjenta. Komunikuje się z pacjentem w sposób zrozumiały i empatyczny, uzyskując świadomą zgodę na przeprowadzenie zabiegu. Dzieli się zdobytą wiedzą i doświadczeniem zawodowym w środowisku pracy, z poszanowaniem zasad etycznych i poufności</p>	<p>- postępuje zgodnie z przyjętymi normami etycznymi.</p>	<p>Analiza dowodów i deklaracji</p>

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają 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 anatomie i fizjologię człowieka.

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

Wykład, prezentacja multimedialna, pokaz technik, dyskusja. Ćwiczenia praktyczne w parach, na kozetkach (każdy uczestnik jest zarówno terapeutą jak i pacjentem).

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 zachwyił 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.

## **DZIEŃ 1:**

**9:00-10:00**

**Sesja pierwsza** – absolutny fundament aby manipulacje 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-łódkowy,
- sześciennie-piętowy,
- łódkowo- 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 łąkotek (zabieg pojedynczy i w duecie) oraz staw udowo-piszczelowy (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

Walidacja umiejętności praktycznych odbywa się w trakcie procesu kształcenia. Walidator nie jest obecny podczas procesu kształcenia. Test teoretyczny: Osoba będąca na miejscu z ramienia organizatora rozdaje testy w formie papierowej uczestnikom, którzy wypełniają go równocześnie. Po ich wypełnieniu, testy są zbierane, a następnie w całości przekazane drogą elektroniczną walidatorowi celem poddania ich walidacji. Trener nie ingeruje w jakikolwiek sposób w proces wypełniania testu oraz uzyskanie wyniku przez uczestnika.

Analiza dowodów i deklaracji: Podczas procesu kształcenia czynności wykonywane przez Uczestników są nagrywane w formie krótkich filmików, a następnie przekazywane drogą elektroniczną walidatorowi celem poddania ich walidacji. Trener nie ingeruje w poprawność wykonywanych poleceń przez uczestników, co mogłoby wpływać na wynik, jaki uczestnik uzyska z walidacji (pozytywny lub negatywny). Próg zaliczenia - min. 70% poprawnie wykonanych czynności przez uczestnika, adekwatnie do przyjętych kryteriów weryfikacji. Trener nie ingeruje w jakikolwiek sposób w realizację walidacji w części praktycznej, czy teoretycznej. Zachowana została rozdzielność funkcji.

# Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 17

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 17</b> Sesja pierwsza. Wskazania i przeciwwskazania do manipulacji. Co się dzieje podczas manipulacji? Ćwiczenia rozwijające odczucie bariery oraz cechy potrzebne do manipulacji	Rafał Krasicki	27-11-2026	09:00	10:00	01:00

---

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 17 Sesja druga. STAWY STOPY: skokowo-łódkowy, sześciennopiętowy, łódkowo-klinowo-śródstopny (łuk przyśrodkowy), skokowy górny („8”)	Rafał Krasicki	27-11-2026	10:00	11:00	01:00
3 z 17 przerwa	Rafał Krasicki	27-11-2026	11:00	11:15	00:15
4 z 17 Sesja trzecia. STAW KOLANOWY: Łąkotki. Manipulacja stawu kolanowego. STAW BIODROWY i sekwencja 3D	Rafał Krasicki	27-11-2026	11:15	13:30	02:15
5 z 17 przerwa	Rafał Krasicki	27-11-2026	13:30	14:30	01:00
6 z 17 Sesja czwarta – najczęściej wykorzystywany zabieg manipulacji na świecie: lumbar roll. CZĘŚĆ LĘDŹWIOWA: L1-L5	Rafał Krasicki	27-11-2026	14:30	17:00	02:30
7 z 17 Powtórki z dnia pierwszego.	Rafał Krasicki	28-11-2026	09:00	09:30	00:30

Przedmiot / temat	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	28-11-2026	09:30	11:00	01:30
9 z 17 przerwa	Rafał Krasicki	28-11-2026	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	28-11-2026	11:15	13:30	02:15
11 z 17 przerwa	Rafał Krasicki	28-11-2026	13:30	14:30	01:00
12 z 17 Sesja trzecia – STAWY OBWODOWE KOŃCZYNY GÓRNEJ	Rafał Krasicki	28-11-2026	14:30	17:00	02:30
13 z 17 Sesja pierwsza – powtórkowa	Rafał Krasicki	29-11-2026	09:00	09:30	00:30
14 z 17 Techniki. PRZEJŚCIE C7/T1	Rafał Krasicki	29-11-2026	09:30	11:00	01:30
15 z 17 przerwa	Rafał Krasicki	29-11-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat	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	29-11-2026	11:15	13:30	02:15
17 z 17 Walidacja	-	29-11-2026	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

Fizjoterapeuta. Uczestnik wielu warsztatów min.: tygodniowy pobyt w British School of Osteopathy (+klinika) w Londynie, 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. 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. Dla Rehaintegro prowadzi szkolenia od 2017 roku. Podczas ponad 800 godzin kursów, przeszkolił ponad 1600 terapeutów. 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 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/>

**Każdy uczestnik codziennie podpisuje listę obecności, na tej podstawie potwierdzona jest frekwencja.**

**Wymagana frekwencja uczestnika - uczestnictwo w usłudze na poziomie przynajmniej 80% czasu trwania usługi.**

## 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" oraz Nowy Start w Małopolsce z EURESem,
- WUP w Szczecinie.

## Adres

ul. Gajowa 16  
30-426 Kraków  
woj. małopolskie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**MAŁGORZATA SKOCZYLAS**

**E-mail** [m.skoczylas@rehaintegro.pl](mailto:m.skoczylas@rehaintegro.pl)

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