



FABRYKA BIZNESU I

FINANSÓW Sp. z

o.o.

★★★★★ 5,0 / 5

1 ocena

Szkolenie - Strzelectwo od Zera – adrenalina, koncentracja, celność (poziom podstawowy)

Numer usługi 2025/08/30/153970/2973198

📍 Postomino / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 60 h

📅 25.10.2025 do 30.11.2025

5 000,00 PLN brutto

4 065,04 PLN netto

83,33 PLN brutto/h

67,75 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Sport
Identyfikatory projektów	Kierunek - Rozwój, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II
Grupa docelowa usługi	Osoby pełnoletnie zainteresowane rozpoczęciem nauki strzelectwa, pasjonaci sportów strzeleckich bez wcześniejszego doświadczenia, osoby planujące wstąpienie do klubu strzeleckiego lub przygotowujące się do uzyskania licencji PZSS. Grupa szkoleniowa liczy maksymalnie 15 osób, co gwarantuje indywidualne podejście instruktora do każdego uczestnika.
Minimalna liczba uczestników	1
Maksymalna liczba uczestników	15
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	60
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Po ukończeniu szkolenia uczestnik zna i stosuje zasady bezpieczeństwa BLOS, potrafi prawidłowo obsługiwać broń palną, przyjmuje stabilne postawy i poprawny chwyt, zgrywa przyrządy celownicze i oddaje celne strzały. Dodatkowo rozwija koncentrację, zdolność skupienia, odporność na stres i umiejętność podejmowania decyzji pod presją – kompetencje przydatne nie tylko w strzelectwie, ale również w życiu codziennym i zawodowym.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik zna i stosuje zasady BLOS	Weryfikacja poprzez test teoretyczny i obserwację podczas ćwiczeń.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
		Test teoretyczny
Uczestnik potrafi prawidłowo obsługiwać broń palną	Weryfikacja praktyczna (ładowanie, rozładowanie, zabezpieczanie)	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik przyjmuje stabilne postawy i prawidłowy chwyt	Ocena instruktora na stanowisku strzeleckim.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik umie zgrywać przyrządy celownicze i oddawać celne strzały	Weryfikacja poprzez ćwiczenia praktyczne na tarczy.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik rozwija koncentrację i kontrolę emocji podczas strzelania	Obserwacja instruktora i analiza wyników ćwiczeń.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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

Szkolenie stacjonarne w formie zajęć praktycznych na strzelnicy (ponad 70% czasu) z krótkimi blokami teoretycznymi. Zajęcia odbywają się w blokach godzinnych, po których przewidziane są 15-minutowe przerwy regeneracyjne na odpoczynek i utrzymanie koncentracji uczestników.

Szkolenie obejmuje 60 godzin, w tym 54 godziny szkolenia oraz 6 godzin walidacji.

Weekend 1: Wprowadzenie, zasady bezpieczeństwa, regulamin strzelnicy, budowa i obsługa broni, postawy strzeleckie.

- Weekend 2: Zasady BLOS w praktyce, prawidłowy chwyt, praca na spuście, pierwsze serie strzałów.
- Weekend 3: Zgrywanie przyrządów celowniczych, techniki celnego strzelania, kontrola oddechu, ćwiczenia koncentracji.
- Weekend 4: Strzelanie statyczne w seriach, analiza błędów, doskonalenie celności.
- Weekend 5: Powtórzenie i utrwalenie materiału, walidacja końcowa – test teoretyczny i praktyczny, podsumowanie, wręczenie zaświadczeń.

Szkolenie przeznaczone jest dla osób, które chcą rozpocząć swoją przygodę ze strzelectwem sportowym i potrzebują solidnych fundamentów wiedzy oraz praktycznych umiejętności. Głównym celem kursu jest nauka bezpiecznego, świadomego i odpowiedzialnego posługiwania się bronią palną zgodnie z zasadami BLOS (Broń – Lufa – Otoczenie – Spust). Program obejmuje naukę zasad bezpieczeństwa i regulaminów strzelnicy, budowę i obsługę podstawowych rodzajów broni palnej, przyjmowanie stabilnych postaw strzeleckich, prawidłowy chwyt i pracę na spuście, zgrywanie przyrządów celowniczych, techniki celnego strzelania, kontrolę oddechu i koncentrację. Szkolenie kładzie nacisk na praktykę – uczestnicy większość czasu spędzają na strzelnicy, zdobywając prawidłowe nawyki od podstaw. Udział w kursie to nie tylko nauka strzelectwa – to także poprawa koncentracji, skupienia, samodyscypliny i kontroli emocji, co ma zastosowanie również w pracy, nauce i codziennym życiu.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 60

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 60 Szkolenie dzień 1 - zajęcia stacjonarne: Wprowadzenie, regulamin strzelnicy, zasady BLOS (teoria + praktyka)	Krzysztof Ćmil	25-10-2025	10:00	11:00	01:00
2 z 60 Szkolenie dzień 1 - zajęcia stacjonarne: Wprowadzenie, regulamin strzelnicy, zasady BLOS (teoria + praktyka)	Krzysztof Ćmil	25-10-2025	11:15	12:15	01:00
3 z 60 Szkolenie dzień 1 - zajęcia stacjonarne: Budowa i obsługa broni, podstawy bezpieczeństwa na stanowisku	Krzysztof Ćmil	25-10-2025	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 60 Szkolenie dzień 1 - zajęcia stacjonarne: Budowa i obsługa broni, podstawy bezpieczeństwa na stanowisku	Krzysztof Ćmil	25-10-2025	14:00	15:00	01:00
5 z 60 Szkolenie dzień 1 - zajęcia stacjonarne: Postawy strzeleckie, prawidłowy chwyt broni	Krzysztof Ćmil	25-10-2025	15:15	16:15	01:00
6 z 60 Szkolenie dzień 1 - zajęcia stacjonarne: Postawy strzeleckie, prawidłowy chwyt broni, praca na spuście, ćwiczenia „na sucho”	Krzysztof Ćmil	25-10-2025	16:30	17:30	01:00
7 z 60 Szkolenie dzień 2 - zajęcia stacjonarne: Powtórzenie zasad BLOS, przygotowanie do pierwszego strzału	Krzysztof Ćmil	26-10-2025	10:00	11:00	01:00
8 z 60 Szkolenie dzień 2 - zajęcia stacjonarne: Pierwsze strzały, analiza błędów	Krzysztof Ćmil	26-10-2025	11:15	12:15	01:00
9 z 60 Szkolenie dzień 2 - zajęcia stacjonarne: Pierwsze strzały, analiza błędów	Krzysztof Ćmil	26-10-2025	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 60 Szkolenie dzień 2 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie statyczne w krótkich seriach	Krzysztof Ćmil	26-10-2025	14:00	15:00	01:00
11 z 60 Szkolenie dzień 2 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie statyczne w krótkich seriach	Krzysztof Ćmil	26-10-2025	15:15	16:15	01:00
12 z 60 Szkolenie dzień 2 - zajęcia stacjonarne: Ćwiczenia stabilności postawy i koncentracji	Krzysztof Ćmil	26-10-2025	16:30	17:30	01:00
13 z 60 Szkolenie dzień 3 - zajęcia stacjonarne: Powtórka zasad bezpieczeństwa, kontrola przygotowania	Krzysztof Ćmil	08-11-2025	10:00	11:00	01:00
14 z 60 Szkolenie dzień 3 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w postawie stojącej – celność i zgrywanie przyrządów	Krzysztof Ćmil	08-11-2025	11:15	12:15	01:00
15 z 60 Szkolenie dzień 3 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w postawie stojącej – celność i zgrywanie przyrządów	Krzysztof Ćmil	08-11-2025	12:30	13:30	01:00
16 z 60 Szkolenie dzień 3 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w postawie klęczącej	Krzysztof Ćmil	08-11-2025	14:00	15:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 60 Szkolenie dzień 3 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w postawie klęczącej	Krzysztof Ćmil	08-11-2025	15:15	16:15	01:00
18 z 60 Szkolenie dzień 3 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w postawie leżącej	Krzysztof Ćmil	08-11-2025	16:30	17:30	01:00
19 z 60 Szkolenie dzień 4 - zajęcia stacjonarne: Analiza wyników, poprawa chwytu i pracy na spuście	Krzysztof Ćmil	09-11-2025	10:00	11:00	01:00
20 z 60 Szkolenie dzień 4 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w seriach – ćwiczenia celności	Krzysztof Ćmil	09-11-2025	11:15	12:15	01:00
21 z 60 Szkolenie dzień 4 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w seriach – ćwiczenia celności	Krzysztof Ćmil	09-11-2025	12:30	13:30	01:00
22 z 60 Szkolenie dzień 4 - zajęcia stacjonarne: Kontrola oddechu i rytm strzału	Krzysztof Ćmil	09-11-2025	14:00	15:00	01:00
23 z 60 Szkolenie dzień 4 - zajęcia stacjonarne: Kontrola oddechu i rytm strzału	Krzysztof Ćmil	09-11-2025	15:15	16:15	01:00
24 z 60 Szkolenie dzień 4 - zajęcia stacjonarne: Ćwiczenia koncentracji, analiza tarcz	Krzysztof Ćmil	09-11-2025	16:30	17:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
25 z 60 Szkolenie dzień 5 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie powtarzalne – utrwalenie technik celności	Krzysztof Ćmil	15-11-2025	10:00	11:00	01:00
26 z 60 Szkolenie dzień 5 - zajęcia stacjonarne: Zmiana postaw podczas strzelania	Krzysztof Ćmil	15-11-2025	11:15	12:15	01:00
27 z 60 Szkolenie dzień 5 - zajęcia stacjonarne: Zmiana postaw podczas strzelania	Krzysztof Ćmil	15-11-2025	12:30	13:30	01:00
28 z 60 Szkolenie dzień 5 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie na czas – proste ćwiczenia	Krzysztof Ćmil	15-11-2025	14:00	15:00	01:00
29 z 60 Szkolenie dzień 5 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie na czas – proste ćwiczenia	Krzysztof Ćmil	15-11-2025	15:15	16:15	01:00
30 z 60 Szkolenie dzień 5 - zajęcia stacjonarne: Kontrola błędów, indywidualne korekty	Krzysztof Ćmil	15-11-2025	16:30	17:30	01:00
31 z 60 Szkolenie dzień 6 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie do kilku celów statycznych	Krzysztof Ćmil	16-11-2025	10:00	11:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
32 z 60 Szkolenie dzień 6 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie do kilku celów statycznych	Krzysztof Ćmil	16-11-2025	11:15	12:15	01:00
33 z 60 Szkolenie dzień 6 - zajęcia stacjonarne: Ćwiczenia koncentracji i pracy pod lekką presją	Krzysztof Ćmil	16-11-2025	12:30	13:30	01:00
34 z 60 Szkolenie dzień 6 - zajęcia stacjonarne: Ćwiczenia koncentracji i pracy pod lekką presją	Krzysztof Ćmil	16-11-2025	14:00	15:00	01:00
35 z 60 Szkolenie dzień 6 - zajęcia stacjonarne: Analiza postępów, indywidualne zalecenia	Krzysztof Ćmil	16-11-2025	15:15	16:15	01:00
36 z 60 Szkolenie dzień 6 - zajęcia stacjonarne: Analiza postępów, indywidualne zalecenia	Krzysztof Ćmil	16-11-2025	16:30	17:30	01:00
37 z 60 Szkolenie dzień 7 - zajęcia stacjonarne: Powtórzenie i utrwalenie materiału	Krzysztof Ćmil	22-11-2025	10:00	11:00	01:00
38 z 60 Szkolenie dzień 7 - zajęcia stacjonarne: Powtórzenie i utrwalenie materiału	Krzysztof Ćmil	22-11-2025	11:15	12:15	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
39 z 60 Szkolenie dzień 7 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w różnych postawach	Krzysztof Ćmil	22-11-2025	12:30	13:30	01:00
40 z 60 Szkolenie dzień 7 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w różnych postawach	Krzysztof Ćmil	22-11-2025	14:00	15:00	01:00
41 z 60 Szkolenie dzień 7 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w seriach z oceną celności	Krzysztof Ćmil	22-11-2025	15:15	16:15	01:00
42 z 60 Szkolenie dzień 7 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w seriach z oceną celności	Krzysztof Ćmil	22-11-2025	16:30	17:30	01:00
43 z 60 Szkolenie dzień 8 - zajęcia stacjonarne: Ćwiczenia samokontroli i pracy nad koncentracją	Krzysztof Ćmil	23-11-2025	10:00	11:00	01:00
44 z 60 Szkolenie dzień 8 - zajęcia stacjonarne: Ćwiczenia samokontroli i pracy nad koncentracją	Krzysztof Ćmil	23-11-2025	11:15	12:15	01:00
45 z 60 Szkolenie dzień 8 - zajęcia stacjonarne: Ćwiczenia samokontroli i pracy nad koncentracją	Krzysztof Ćmil	23-11-2025	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
46 z 60 Szkolenie dzień 8 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie powtarzalne – utrwalenie technik celności	Krzysztof Ćmil	23-11-2025	14:00	15:00	01:00
47 z 60 Szkolenie dzień 8 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie powtarzalne – utrwalenie technik celności	Krzysztof Ćmil	23-11-2025	15:15	16:15	01:00
48 z 60 Szkolenie dzień 8 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie powtarzalne – utrwalenie technik celności	Krzysztof Ćmil	23-11-2025	16:30	17:30	01:00
49 z 60 Szkolenie dzień 9 - zajęcia stacjonarne: Powtórzenie i utrwalenie materiału	Krzysztof Ćmil	29-11-2025	10:00	11:00	01:00
50 z 60 Szkolenie dzień 9 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w różnych postawach	Krzysztof Ćmil	29-11-2025	11:15	12:15	01:00
51 z 60 Szkolenie dzień 9 - zajęcia stacjonarne: Strzelanie w seriach z oceną celności	Krzysztof Ćmil	29-11-2025	12:30	13:30	01:00
52 z 60 Szkolenie dzień 9 - zajęcia stacjonarne: Ćwiczenia samokontroli i pracy nad koncentracją	Krzysztof Ćmil	29-11-2025	14:00	15:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
53 z 60 Szkolenie dzień 9 - zajęcia stacjonarne: Ćwiczenia samokontroli i pracy nad koncentracją	Krzysztof Ćmil	29-11-2025	15:15	16:15	01:00
54 z 60 Szkolenie dzień 9 - zajęcia stacjonarne: Ćwiczenia samokontroli i pracy nad koncentracją	Krzysztof Ćmil	29-11-2025	16:30	17:30	01:00
55 z 60 Szkolenie dzień 10 - walidacja po szkoleniu: Egzamin teoretyczny – BLOS, zasady bezpieczeństwa, obsługa broni	-	30-11-2025	10:00	11:00	01:00
56 z 60 Szkolenie dzień 10 - walidacja po szkoleniu: Egzamin teoretyczny – BLOS, zasady bezpieczeństwa, obsługa broni	-	30-11-2025	11:15	12:15	01:00
57 z 60 Szkolenie dzień 10 - walidacja po szkoleniu: Egzamin praktyczny – strzelanie, postawy, obsługa broni	-	30-11-2025	12:30	13:30	01:00
58 z 60 Szkolenie dzień 10 - walidacja po szkoleniu: Egzamin praktyczny – strzelanie, postawy, obsługa broni	-	30-11-2025	14:00	15:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
59 z 60 Szkolenie dzień 10 - walidacja po szkoleniu: Egzamin praktyczny – strzelanie, postawy, obsługa broni	-	30-11-2025	15:15	16:15	01:00
60 z 60 Szkolenie dzień 10 - walidacja po szkoleniu: Egzamin praktyczny – strzelanie, postawy, obsługa broni	-	30-11-2025	16:30	17:30	01:00

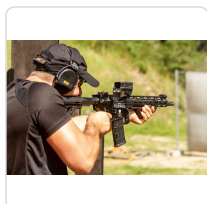
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 065,04 PLN
Koszt osobogodziny brutto	83,33 PLN
Koszt osobogodziny netto	67,75 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Krzysztof Ćmil

Prowadzę profesjonalne szkolenia strzeleckie skierowane do osób rozpoczynających swoją przygodę z bronią palną oraz do tych, którzy chcą podnosić swoje kompetencje na wyższych poziomach zaawansowania. Moje programy szkoleniowe obejmują pełną ścieżkę rozwoju – od poziomu podstawowego (0), przez średniozaawansowany, aż po treningi specjalistyczne. Szkolenia koncentrują się na trzech głównych obszarach:

Bezpieczeństwo – nauka zasad bezpiecznego obchodzenia się z bronią, przestrzeganie obowiązujących procedur i przepisów.

Umiejętności techniczne – obsługa broni, przyjmowanie postaw strzeleckich, techniki celowania, kontrola spustu, strzelanie statyczne i dynamiczne.

Kompetencje praktyczne – trening w różnych warunkach, praca pod presją czasu, scenariusze sytuacyjne rozwijające refleks i odporność psychiczną.

Każde szkolenie oparte jest na metodzie praktycznego treningu, uzupełnionego elementami teorii i indywidualnym podejściem do uczestników. Programy są dostosowane do różnych grup odbiorców – od osób początkujących po zaawansowanych strzelców sportowych i pasjonatów.

Celem moich usług jest nie tylko podnoszenie umiejętności technicznych uczestników, ale także kształtowanie odpowiedzialności, dyscypliny oraz świadomego podejścia do posługiwania się bronią. Dzięki temu uczestnicy zyskują trwałe i praktyczne kompetencje, które mogą rozwijać zarówno w sporcie, jak i w życiu codziennym.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymują:

- broń i amunicję do ćwiczeń praktycznych,
- środki ochrony osobistej (ochronniki słuchu, okulary balistyczne),
- tarcze strzeleckie,
- materiały szkoleniowe w formie elektronicznej (podstawy BLOS, budowa broni, zasady celności, zestaw ćwiczeń do samodzielnego treningu),
- indywidualne karty postępów z oceną instruktora.

Warunki uczestnictwa

Wymagania wobec uczestników:

- ukończone 18 lat,
- brak przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w zajęciach (np. poważne problemy ze wzrokiem, układem ruchu lub sercowo-krążeniowym),
- akceptacja regulaminu strzelnicy i zasad bezpieczeństwa.

Adres

Postomino

Postomino

woj. zachodniopomorskie

Strzelnica Postomino, miejscowość Postomino

Kontakt



Agnieszka Dobosz

E-mail biuro@agnieszkadobosz.pl

Telefon (+48) 533 298 996