



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

9 518 ocen

## Kurs Suche igłowanie

Numer usługi 2025/11/03/55596/3123852

📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 22 h

📅 19.09.2026 do 20.09.2026

1 690,00 PLN brutto

1 690,00 PLN netto

76,82 PLN brutto/h

76,82 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

### Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- fizjoterapeutów,
- techników fizjoterapii,
- studentów fizjoterapii (warunkowo),
- lekarzy z PWZ,
- osteopatów,
- usługa adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem, Lubuskie Bony Rozwojowe, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.

**Minimalna liczba uczestników**

8

**Maksymalna liczba uczestników**

20

**Data zakończenia rekrutacji**

18-09-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

22

**Podstawa uzyskania wpisu do BUR**

Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Uczestnik po zakończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie bezpiecznego i efektywnego leczenia problemów mięśniowo-powięziowych oraz dolegliwości bólowych, za pomocą techniki igłowania. Uczestnik nabędzie wiedzę teoretyczną z zakresu wskazań oraz przeciwwskazań, neurofizjologicznego mechanizmu działania oraz protokołu postępowania w kontekście terapii rwy kulszowej, bólów głowy i zespołów bólowych.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik zna, definiuje i rozróżnia techniki suchego igłowania oraz przeciwwskazania i wskazania do ich stosowania	Uczestnik definiuje różnice pomiędzy akupunkturą wschodnią a zachodnią	Test teoretyczny
	Uczestnik określa rodzaje i techniki suchego igłowania	Test teoretyczny
	Uczestnik określa cele i zastosowanie kliniczne suchego igłowania	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje mechanizmy działania suchego igłowania w oparciu o EBM	Test teoretyczny
	Uczestnik określa różne reakcje pacjenta na igłowanie – DIMS	Test teoretyczny
	Uczestnik określa przeciwwskazania / wskazania niezbędne dla wykonania zabiegu suchego igłowania	Test teoretyczny
	Uczestnik rozróżnia, dobiera właściwe rozmiary igieł	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik samodzielnie leczy pacjentów przy wykorzystaniu techniki igłowania	Uczestnik samodzielnie i w sposób bezpieczny wykonuje zabieg suchego igłowania w różnych obszarach ciała pacjenta	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik prezentuje techniki autoterapii (PIR/ Neuromobilizacje) oraz stosuje techniki igłoterapii w oparciu o formy terapeutyczne (PiR, Neuro)	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik diagnozuje potrzeby pacjenta	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik komunikuje się z pacjentem, ustala potrzeby i oczekiwania	Uczestnik komunikuje pacjentowi w sposób zrozumiały wskazania do wprowadzenia terapii oraz ewentualne przeciwwskazania i konsekwencje	Analiza dowodów i deklaracji

# 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: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka.** Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

Uczestnik po zakończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie bezpiecznego i efektywnego leczenia problemów mięśniowo-powięziowych oraz dolegliwości bólowych, za pomocą techniki igłowania. Uczestnik nabeździe wiedzę teoretyczną z zakresu wskazań oraz przeciwwskazań, neurofizjologicznego mechanizmu działania oraz protokołu postępowania w kontekście terapii rwy kulszowej, bólów głowy i zespołów bólowych.

**Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.**

**Czas: 22 godzin dydaktycznych**

### PROGRAM KURSU :

#### Dzień I

1. Suche igłowanie - różnice pomiędzy akupunkturą wschodnią a zachodnią. Rodzaje i techniki suchego igłowania – cele i zastosowanie kliniczne;
2. Mechanizmy działania suchego igłowania w oparciu o EBM;
3. Uzupełnienie technik Igłoterapii o inne formy terapeutyczne (PiR, Neuro);
4. Omówienie różnych reakcji pacjenta na igłowanie – DIMS;
5. Jak odpowiednio dobrać rozmiar igły? BHP pracy z igłą! Metodyka wykonania zabiegu – dezynfekcja, sterylna technika, utylizacja igieł;
6. Przeciwwskazania i środki ostrożności przy wykonywaniu zabiegu. Zgoda pacjenta, ubezpieczenie OC fizjoterapeuty – kwestie formalno, prawne.
7. Pokaz suchego igłowania (praktyczne różnice między powierzchownym a głębokim igłowaniem):
  - Pasma biodrowo – piszczelowe – igłowanie powierzchowne;
  - czworogłowy uda – igłowanie głębokie.
8. Suche igłowanie w ujęciu klinicznym:

9. Mięśnie biegaczy – palpacja, igłowanie:

- Naprężacz powięzi szerokiej;
- Przednia część uda;
- Grupa kulszowo – goleniowa;
- Grupa przywodzicieli.

10. Suche igłowanie w przypadku rwy kulszowej + techniki autoterapii (PIR/ Neuromobilizacje)

- Pośladkowy średni;
- Gruszkowaty.

11. Suche igłowanie w przypadku tzw zespołów bólowych odcinka lędźwiowego kręgosłupa: stan ostry / stan przewlekły

- Wielodzielny;
- Najdłuższy grzbietu;
- Biodrowo-żebrowy.

## DZIEŃ II

1. Suche igłowanie w ujęciu klinicznym:

- Brzuchaty łydki;
- Płaszczkowaty;
- Piszczelowy przedni;
- Strzałkowe.

2. Postępowanie w bólach głowy i karku:

- części zstępującej czworobocznego;
- Prostownik grzbietu cz. Th.

3. Bóle w okolicy klatki piersiowej, łopatki, barku, łokcia:

- Podgrzebieniowy
- Podłopatkowy
- Równoległoboczny
- Najszerszy grzbietu
- Prostownik nadgarstka „łokieć tenisisty”
- Zginacze nadgarstka „łokieć golfisty”

4. Dodatkowe techniki radzenia sobie z trudnymi lokalizacjami takimi jak:

- Kąt górny łopatki
- Czworoboczny grzbietu cz. wstępująca
- Mięśnie leżące nad żebrami

5. Walidacja- test teoretyczny, analiza dowodów i deklaracji

Walidację przeprowadza walidator w czasie przeznaczonym na walidację bez udziału uczestników. Minimalny próg zaliczenia z obu metod walidacji to 80%.

Test teoretyczny:

Trener rozda test teoretyczny, przy zastrzeżeniu, że nie będzie ingerować w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania. Następnie je zbierze.

Analiza dowodów i deklaracji:

Trener w trakcie zajęć dokonuje na różnych etapach nagrań i zdjęć wykonywania przez poszczególnych uczestników zadań praktycznych, które następnie zostaną udostępnione walidatorowi. W uzasadnionych przypadkach utrwalenia będzie dokonywał pracownik/współpracownik wyznaczony i upoważniony Organizatora. Uczestnicy powinni wyrazić stosowną zgodę na nagrywanie ich wizerunku wyłącznie celem przedłożenia dowodów walidatorowi, bądź poinformować osobę dokonującą utrwalenia ich wizerunku o braku wyrażania stosownej zgody, wówczas nagranie zostanie przeprowadzone w sposób uniemożliwiający identyfikację wizerunku uczestnika.

Walidator będzie włączony dopiero na etapie oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników. Nie bierze bezpośrednio udziału w procesie kształcenia i nie podejmuje działań związanych z tworzeniem i kompletowaniem dokumentacji walidacyjnej.

Test teoretyczny - minimalny próg zaliczenia 80% poprawnych odpowiedzi.

Analiza zebranych dowodów i deklaracji - minimalny próg zaliczenia 80% przedłożonych dowodów i deklaracji zawiera poprawnie wykonane kryteria weryfikacji.

Walidacja prowadzona stacjonarnie pod adresem: ul. Grudziądzka 3, Bydgoszcz

Suche igłowanie, znane również jako „dry needling”, to precyzyjna, inwazyjna technika w procesie fizjoterapii, która ma na celu leczenie bólu i ograniczeń mięśniowo-powięziowych.

Z dobrymi rezultatami można ją zastosować w większości dolegliwości w grupie pacjentów ortopedycznych takich jak „zamrożony bark”, „łokieć tenisisty” i „łokieć golfisty” oraz w przebiegu kontuzji jakimi są „kolano skoczka” czy „kolano biegacza”.

Technika ta w wykonaniu przypomina akupunkturę, jednak różnią się jej podstawy teoretyczne. Z powodzeniem zastosujesz ją w terapii ścięgna Achillesa, mięśni grupy kulszowo-goleniowej czy w przebiegu dolegliwości bólowych kręgosłupa. Suchą igłę wykorzystuje się w leczeniu dysfunkcji tkanki łącznej, leczeniu zaburzeń układu mięśniowo-powięziowego w przebiegu takich jednostek jak „rwa kulszowa”, „rwa barkowa” czy bóle głowy.

Najczęściej wykonywana jest w celu uwolnienia punktów spustowych oraz w przywróceniu prawidłowej kontroli motorycznej po długotrwałym unieruchomieniu bądź kontuzji. Suche igłowanie wpływa na zwiększenie zakresu ruchomości poprzez rozluźnienie mięśni oraz poprawę przewodnictwa nerwowo-mięśniowego. Szczególnym wskazaniem do zastosowania Igloterapii w procesie fizjoterapii jest Zespół Bólu Mięśniowo-Powięziowego (MPPS), który stanowi jeden z najczęstszych powodów bólu tegoż układu. MPPS stanowi częstą przyczyną napięciowego bólu głowy, bólów w obrębie stawu barkowego, biodrowego i kolanowego. Terapia z użyciem sterylnej igły akupunkturowej zalecana jest także w terapii bólu poprzez stymulację i drażnienie nocycceptorów co czyni ją użyteczną techniką w terapii takich zespołów jak: „cieśni nadgarstka”, „ciasnota podbarkowa” czy ITBS. Igloterapia jest powszechnie wykorzystywana w terapii osób amatorsko lub wyczynowo uprawiających sport, dzieje się tak poprzez wpływ igły na poprawę mikrokrążenia tkankowego, drenaż płynów oraz przyspieszenie regeneracji powysiłkowej.

Kurs trwa 22 godz. dydaktycznych, co stanowi 16 h 30 min zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 2 h. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna (szkoleniowa) = 45 min

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu.

Obowiązek uczestnictwa w co najmniej 80% zajęć.

Liczba godzin kursu obejmuje:

zajęcia teoretyczne - 7 godz. dydakt.

zajęcia praktyczne - 15 godz. dydakt.

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 8

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – Dzień I, punkty 1-6, teoria 90 min	mgr Krzysztof Rujna	19-09-2026	09:00	13:00	04:00
<b>2 z 8</b> Przerwa	mgr Krzysztof Rujna	19-09-2026	13:00	14:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – Dzień I, punkty 7-11, teoria 90 min	mgr Krzysztof Rujna	19-09-2026	14:00	18:00	04:00
<b>4 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – Dzień II, punkty 1-2, teoria 90 min	mgr Krzysztof Rujna	20-09-2026	08:00	12:00	04:00
<b>5 z 8</b> Przerwa	mgr Krzysztof Rujna	20-09-2026	12:00	13:00	01:00
<b>6 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – Dzień II, punkty 3-4, teoria 45 min	mgr Krzysztof Rujna	20-09-2026	13:00	16:30	03:30
<b>7 z 8</b> 5. Walidacja- przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	mgr Krzysztof Rujna	20-09-2026	16:30	16:45	00:15
<b>8 z 8</b> 5. Walidacja - weryfikacja testów teoretycznych oraz analiza dowodów i deklaracji	-	20-09-2026	16:45	17:30	00:45

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 690,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 690,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto

76,82 PLN

Koszt osobogodziny netto

76,82 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### mgr Krzysztof Rujna

Ukończył fizjoterapię na Wyższej Szkole Edukacji i Terapii w Poznaniu. Absolwent studiów podyplomowych w tematyce Fizjoterapii Sportowej. Ciągłe rozwija swój warsztat biorąc udział w kursach i szkoleniach m.in. Igłoterapia, Elektroliza, EPI, Neuromodulacja NMP i PENS, RTG, USG, MRI, Akupunktura, oraz metody powięziowej pracy z ciałem takie jak MTG, TPS, FDM, MR, Mobilizacje tkanek miękkich wg CTM Rakowski, Kinesiotapig KT1/KT2, Taping rehabilitacyjny, FMT i wiele innych. Praktyk. Pacuje w Centrum Fizjoterapii Specjalistycznej Kore w Swarzędzu (przyjmuje pacjentów ortopedycznych, urazowych i uroandrogicznych). Autor publikacji naukowych z zakresu terapii manualnej oraz nowoczesnych metod fizjoterapii. Wieloletni wykładowca akademicki dla studentów Fizjoterapii Wyższej Szkoły Edukacji i Terapii w Poznaniu oraz Akademii Wychowania Fizycznego. Opiekun koła naukowego. Badacz i poszukiwacz zdrowego stylu życia. Trener zrealizował co najmniej 100h szkoleniowych w ciągu ostatnich 12 m-cy oraz posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej 5 lat, liczone wstecz od daty rozpoczęcia usługi.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

### Warunki uczestnictwa

1. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
2. Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR wymagane jest zgłoszenie poprzez formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy> pod opisem wybranego szkolenia, w celu potwierdzenia dostępności miejsca.
3. Uczestniczki będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny skonsultować z Organizatorem swój stan, celem ustalenia czy mogą wziąć udział w usłudze.
4. Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOVA.
5. Zapis w BUR na usługę powinien nastąpić najpóźniej na 1 dzień przed rozpoczęciem kursu.
6. Uczestnicy przyjmują do wiadomości i wyrażają zgodę na utrwalanie ich wizerunku podczas prowadzonej walidacji w celu dokonania analizy dowodów i deklaracji przez walidatora. W innych celach niż wskazany wymagana jest odrębna zgoda uczestnika.

### Informacje dodatkowe

## **.Podstawa zwolnienia z VAT: art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług**

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

Organizator zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób ze szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027. Zatem uczestnik ze szczególnymi potrzebami powinien na co najmniej 7 dni kalendarzowych przed rozpoczęciem kursu zgłosić Organizatorowi dodatkowe wymagania/swoje potrzeby umożliwiające mu udział w usłudze.

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 w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

## **Adres**

ul. Josepha Conrada 29 A

31-357 Kraków

woj. małopolskie

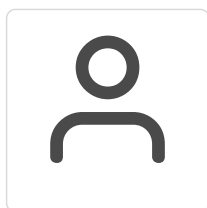
Conrad Comfort Aparthotel & Centrum Konferencyjne

Walidacja - weryfikacja: ul. Grudziądzka 3, Bydgoszcz

## **Udogodnienia w miejscu realizacji usługi**

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Sala będzie spełniała bezpieczne i higieniczne warunki pracy

## **Kontakt**



**Joanna Dobska**

**E-mail** szkolenia@odnova.org.pl

**Telefon** (+48) 694 225 457