



## Szkolenie Dry needling wg FRSc - Moduł I

Numer usługi 2025/11/06/147384/3131929

2 650,00 PLN brutto  
2 650,00 PLN netto  
91,38 PLN brutto/h  
91,38 PLN netto/h

FRSC SPÓŁKA Z  
OGRANICZONĄ  
ODPOWIEDZIALNOŚĆ  
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

1 066 ocen

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 29:00 h

📅 25.09.2026 do 27.09.2026

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Zdrowie i medycyna / Medycyna

**Grupa docelowa usługi**

Grupą docelową kursu są:

- Fizjoterapeuci,
- Przedstawiciele innych zawodów medycznych,
- Studenci fizjoterapii,
- Studenci innych kierunków medycznych,
- Technicy masażyści.

**Minimalna liczba uczestników**

1

**Maksymalna liczba uczestników**

24

**Data zakończenia rekrutacji**

24-09-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

29

**Podstawa uzyskania wpisu do BUR**

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnej pracy z pacjentem metodą Dry needling wg FRSc. Metoda ta zbudowana jest na oryginalnej koncepcji Pięciu Układów Regulacyjnych (FRSc) lek. Radosława Składowskiego.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą dotyczącą bezpieczeństwa wykonywania zabiegów suchego igłowania	charakteryzuje zasady BHP obowiązujące w metodzie suchego igłowania	Test teoretyczny
	definiuje zasady wykonywania technik igłowych	Test teoretyczny
	charakteryzuje lokalizacje struktur ciała, potrzebne do wykonania technik	Test teoretyczny
Przygotowuje, planuje i przeprowadza badania pacjenta	wykonuje techniki suchego igłowania w sposób bezpieczny, ergonomiczny i skuteczny	Obserwacja w warunkach symulowanych
	przeprowadza samodzielnie wywiad, badanie podmiotowe i przedmiotowe oraz dobiera odpowiednie dla każdego pacjenta techniki terapeutyczne	Obserwacja w warunkach symulowanych
	wykonuje niezbędne techniki oraz umie ocenić ich skuteczność	Obserwacja w warunkach symulowanych

## 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

Kształcenie realizowane jest w formie pozaszkolnej wskazanej w art. 117 ust. 1 a) pkt 5) Prawa Oświatowego, tj. w formie innych kursów umożliwiających uzyskiwanie i uzupełnianie wiedzy i umiejętności – kursy dokształcające.

Grupą docelową szkolenia są:

- Fizjoterapeuci,
- Przedstawiciele innych zawodów medycznych,
- Studenci fizjoterapii,
- Studenci innych kierunków medycznych,
- Technicy masażyści.

Kształcenie ma charakter stacjonarny, jest jednostopniowe i trwa trzy dni. Są to zajęcia teoretyczno- praktyczne. Uczestnicy pracują w parach i wykonują poznane techniki na sobie nawzajem, pracując przy kozetkach, znajdujących się na specjalnie przygotowanej sali, z użyciem odpowiednich narzędzi.

Uczestnicy szkolenia podpisują indywidualną listę obecności. Wymagana obecność na zajęciach- minimum 80%.

Walidacja treści poznanych na szkoleniu polega na przeprowadzeniu testu pisemnego zawierającego pytania zamknięte. Walidacja w formie obserwacji w warunkach symulowanych polega na obserwacji uczestników szkolenia wykonujących poznane techniki na sobie nawzajem. Walidacja pozwala określić nabyte przez uczestnika umiejętności oraz zaprezentować poznane techniki pracy z pacjentem. Walidacja prowadzona jest przez osobę walidującą na koniec szkolenia. Uczestnicy otrzymają informację zwrotną o wynikach walidacji (pozytywna/negatywna) na koniec szkolenia.

**Liczba godzin szkolenia: 29 godzin dydaktycznych (po 45 min)**

**Liczba godzin teoretycznych: 10 godzin dydaktycznych**

**Liczba godzin praktycznych: 19 godzin dydaktycznych**

**Przerwy nie są wliczone w czas trwania szkolenia.**

**Dzień I**

**09:00 – 09:45**

Otwarcie, omówienie kwestii organizacyjnych, przedstawienie Uczestników oraz Instruktorów

**09:45 – 10:30**

Wstęp do suchego igłowania

Przeciwwskazania do zabiegów

Komplikacje zabiegowe i postępowanie w sytuacjach awaryjnych

**10:30 – 10:45**

Przerwa

**10:45 – 11:30**

BHP zabiegów suchego igłowania

**11:30 – 12:15**

Pierwsze wklucie – omówienie teoretyczne, zasady aplikowania igieł, ćwiczenia praktyczne

**12:15 – 12:30**

Przerwa

**12:30 – 13:15**

Omówienie I regulatora

**13:15 – 14:00**

Omówienie aplikacji na jętki barku i „języczek u wagi”, pokaz, ćwiczenia praktyczne

**14:00 – 15:00**

Przerwa

**15:00 – 15:45**

Omówienie II regulatora

**15:45 – 16:30**

Omówienie aplikacji na miogelozę mięśnia piersiowego większego i neurokompartment splotu ramiennego, pokaz, ćwiczenia praktyczne

**16:30 – 16:45**

Przerwa

**16:45 – 17:30**

Omówienie III regulatora

Pokaz pracy praktycznej z zaburzeniami III regulatora – lipodynie

**17:30 – 18:15**

Omówienie IV i V regulatora

**18:15 – 19:00**

Pytania od Uczestników i podsumowanie

**Dzień II**

**09:00 – 09:45**

Omówienie aplikacji w obrębie ręki: dysk łokciowo-nadgarstkowy, vice-lister, vice-guyon, jętka pomiędzy pierwszą i drugą k. śródreżca, „Wolverine”, pokaz, ćwiczenia praktyczne

**09:45 – 10:30**

Omówienie typologii pacjentów, podsumowanie części teoretycznej

**10:30 – 10:45**

Przerwa

**10:45 – 11:30**

Omówienie aplikacji na jętka pomiędzy dźwigaczem łopatki i m. czworobocznym oraz miogelozę m. półkolcowego głowy, pokaz, ćwiczenia praktyczne

**11:30 – 12:15**

Omówienie zestawu aplikacji na m. podgrzebieniowy (miogelozę, jętka, przejście brzusiec-ścięgno), pokaz, ćwiczenia praktyczne

**12:15 – 12:30**

Przerwa

**12:30 – 13:15**

Omówienie aplikacji na przejście brzusiec-ścięgno m. nadgrzebieniowego, pokaz, ćwiczenia praktyczne

Zrównoważone podejście w dry needling

- Rola fizjoterapeuty i technika masażysty we wspieraniu sprawiedliwej transformacji – przykład pracy z pacjentami z sektora przemysłowego
- Dry needling jako metoda ograniczająca stosowanie środków farmakologicznych i zmniejszająca wytwarzanie odpadów medycznych

- Minimalizacja zasobów w pracy gabinetowej – jak praktykować bardziej ekologicznie?
- Promocja zdrowia jako element „zielonych kompetencji” w usługach terapeutycznych

**13:15 – 14:00**

Omówienie techniki znoszącej dolegliwości pozabiegowe, pokaz, ćwiczenia praktyczne

Omówienie mobilizacji stawu barkowo-obojęzycznego, pokaz, ćwiczenia praktyczne

**14:00 – 15:00**

Przerwa

**15:00 – 15:45**

Omówienie aplikacji na miogelozę m. czworobocznego, neurokompartament nerwu dodatkowego oraz miogelozę m. najszerszego grzbietu, pokaz, ćwiczenia praktyczne

**15:45 – 16:30**

Omówienie aplikacji na m. trójgłowy ramienia (neurokompartament n. promieniowego, łokieć tenisisty, łokieć golfisty) oraz jętkę pomiędzy m. ramiennym i ramienno-promieniowym, pokaz, ćwiczenia praktyczne

**16:30 – 16:45**

Przerwa

**16:45 – 17:30**

Omówienie aplikacji na muldy i obejmę odcinka Th i L-S, pokaz, ćwiczenia praktyczne

**17:30 – 18:15**

Omówienie aplikacji w obrębie pośladka: neurokompartament n. pośladkowego górnego, miogelozę m. pośladkowego wielkiego i średniego, miogelozę m. gruszkowatego, miogelozę naprężacza powięzi szerokiej, neurokompartament nn. skórnych pośladka, pokaz, ćwiczenia praktyczne

**18:15 – 19:00**

Podsumowanie, czas na pytania

**Dzień III**

**09:00 – 09:45**

Przypomnienie najważniejszych wiadomości i czas na pytania od uczestników

**09:45 – 10:30**

Omówienie aplikacji na jętkę przyśrodkowej, bocznej i tylnej części uda

**10:30 – 10:45**

Przerwa

**10:45 – 11:30**

Omówienie aplikacji na „kolano biegacza”, pokaz, ćwiczenia praktyczne

**11:30 – 12:15**

Omówienie aplikacji na jętkę podudzia i „GastroSol”, pokaz, ćwiczenia praktyczne

**12:15 – 12:30**

Przerwa

**12:30 – 13:15**

Omówienie aplikacji w obrębie stopy – metatarsalgia oraz ostroga piętowa, pokaz, ćwiczenia praktyczne

13:15 – 14:00

Omówienie aplikacji w obrębie stopy – więzozrost piszczelowo-strzałkowy tylny, więzadło ATFL, więzadła antysupinacyjne i antypronacyjne, „nadguzia”, pokaz, ćwiczenia praktyczne

14:00 – 14:15

Omówienie aplikacji na bliznę, pokaz

14:15 – 14:45

Przeprowadzenie walidacji

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 40

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 40 Otwarcie, omówienie kwestii organizacyjnych, przedstawienie Uczestników oraz Instruktorów	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	09:00	09:45	00:45
2 z 40 "Wstęp do suchego igłowania Przeciwwskazania do zabiegów Komplikacje zabiegowe i postępowanie w sytuacjach awaryjnych"	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	09:45	10:30	00:45
3 z 40 Przerwa	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	10:30	10:45	00:15
4 z 40 BHP zabiegów suchego igłowania	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	10:45	11:30	00:45
5 z 40 Pierwsze wklucie – omówienie teoretyczne, zasady aplikowania igieł, ćwiczenia praktyczne	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	11:30	12:15	00:45
6 z 40 Przerwa	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	12:15	12:30	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 40 Omówienie I regulatora	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	12:30	13:15	00:45
8 z 40 Omówienie aplikacji na jętki barku i „języczek u wagi”, pokaz, ćwiczenia praktyczne	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	13:15	14:00	00:45
9 z 40 Przerwa	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	14:00	15:00	01:00
10 z 40 Omówienie II regulatora	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	15:00	15:45	00:45
11 z 40 "Omówienie aplikacji na miogelozę mięśnia piersiowego większego i neurokompartment splotu ramiennego, pokaz, ćwiczenia praktyczne"	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	15:45	16:30	00:45
12 z 40 Przerwa	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	16:30	16:45	00:15
13 z 40 "Omówienie III regulatora Pokaz pracy praktycznej z zaburzeniami III regulatora – lipodynie"	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	16:45	17:30	00:45
14 z 40 Omówienie IV i V regulatora	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	17:30	18:15	00:45
15 z 40 Pytania od Uczestników i podsumowanie	Bartłomiej Kruk	25-09-2026	18:15	19:00	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p>16 z 40</p> <p>"Omówienie aplikacji w obrębie ręki: dysk łokciowo-nadgarstkowy, vice-lister, vice-guyon, jętka pomiędzy pierwszą i drugą k. śródreńcza, „Wolverine”, pokaz, ćwiczenia praktyczne"</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	09:00	09:45	00:45
<p>17 z 40</p> <p>Omówienie typologii pacjentów, podsumowanie części teoretycznej</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	09:45	10:30	00:45
<p>18 z 40</p> <p>Przerwa</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	10:30	10:45	00:15
<p>19 z 40</p> <p>"Omówienie aplikacji na jętki pomiędzy dźwigaczem łopatki i m. czworobocznym oraz miogelozę m. półkolcowego głowy, pokaz, ćwiczenia praktyczne"</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	10:45	11:30	00:45
<p>20 z 40</p> <p>"Omówienie zestawu aplikacji na m. podgrzebieniowy (miogelozy, jętki, przejście brzusięćno), pokaz, ćwiczenia praktyczne"</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	11:30	12:15	00:45
<p>21 z 40</p> <p>Przerwa</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	12:15	12:30	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>22 z 40</b>  Omówienie aplikacji na przejście brzusiec-ścięgno m. nadgrzebieniowe, pokaz, ćwiczenia praktyczne</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	12:30	13:15	00:45
<p><b>23 z 40</b>  "Omówienie techniki znoszącej dolegliwości pozabiegowe, pokaz, ćwiczenia praktyczne  Omówienie mobilizacji stawu barkowo- obojczykowego, pokaz, ćwiczenia praktyczne"</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	13:15	14:00	00:45
<p><b>24 z 40</b> Przerwa</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	14:00	15:00	01:00
<p><b>25 z 40</b>  "Omówienie aplikacji na miogelozę m. czworobocznego, neurokompartment nerwu dodatkowego oraz miogelozę m. najszerszego grzbietu, pokaz, ćwiczenia praktyczne"</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	15:00	15:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>26 z 40</b></p> <p>"Omówienie aplikacji na m. trójgłowy ramienia (neurokompartm ent n. promieniowego, łokieć tenisisty, łokieć golfisty) oraz jętkę pomiędzy m. ramiennym i ramiennie-promieniowym</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	15:45	16:30	00:45
<p><b>27 z 40</b> Przerwa</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	16:30	16:45	00:15
<p><b>28 z 40</b></p> <p>Omówienie aplikacji na muldy i obejmy odcinka Th i L-S, pokaz, ćwiczenia praktyczne</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	16:45	17:30	00:45
<p><b>29 z 40</b></p> <p>Omówienie aplikacji w obrębie pośladka: neurokompartme t n. pośladkowego górnego, miogeloza m. pośladkowego wielkiego i średniego, miogeloza m. gruszkowatego, miogeloza naprężacza powięzi szerokiej</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	17:30	18:15	00:45
<p><b>30 z 40</b></p> <p>Podsumowanie, czas na pytania</p>	Bartłomiej Kruk	26-09-2026	18:15	19:00	00:45
<p><b>31 z 40</b></p> <p>Przypomnienie najważniejszych wiadomości i czas na pytania od uczestników</p>	Bartłomiej Kruk	27-09-2026	09:00	09:45	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
32 z 40 Omówienie aplikacji na jętki przyśrodkowej, bocznej i tylnej części uda	Bartłomiej Kruk	27-09-2026	09:45	10:30	00:45
33 z 40 Przerwa	Bartłomiej Kruk	27-09-2026	10:30	10:45	00:15
34 z 40 Omówienie aplikacji na „kolano biegacza”, pokaz, ćwiczenia praktyczne	Bartłomiej Kruk	27-09-2026	10:45	11:30	00:45
35 z 40 Omówienie aplikacji na jętki podudzia i „GastroSol”, pokaz, ćwiczenia praktyczne	Bartłomiej Kruk	27-09-2026	11:30	12:15	00:45
36 z 40 Przerwa	Bartłomiej Kruk	27-09-2026	12:15	12:30	00:15
37 z 40 Omówienie aplikacji w obrębie stopy – metatarsalgie oraz ostroga piętowa, pokaz, ćwiczenia praktyczne	Bartłomiej Kruk	27-09-2026	12:30	13:15	00:45
38 z 40 "Omówienie aplikacji w obrębie stopy – więzozrost piszczelowo-strzałkowy tylny, więzadło ATFL, więzadła antysupinacyjne i antypronacyjne, „nadguzia”, pokaz, ćwiczenia praktyczne"	Bartłomiej Kruk	27-09-2026	13:15	14:00	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<span>39 z 40</span> Omówienie aplikacji na bliznę, pokaz	Bartłomiej Kruk	27-09-2026	14:00	14:15	00:15
<span>40 z 40</span> Walidacja	-	27-09-2026	14:15	14:45	00:30

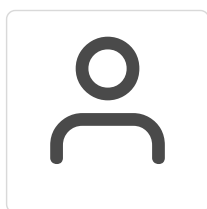
## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 650,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 650,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	91,38 PLN
Koszt osobogodziny netto	91,38 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Bartłomiej Kruk

Jest absolwentem Krakowskiej Akademii im. Jana Frycza Modrzewskiego. Od pierwszych lat studiów rozwijał swoje umiejętności uczestnicząc w licznych kursach z zakresu terapii manualnej, igłoterapii, chiropraktyki oraz treningu motorycznego. Od 2017 roku prowadzi indywidualną praktykę fizjoterapeutyczną w Centrum Medycznym Liszki pod Krakowem.

Przeprowadził już ponad 100 szkoleń z zakresu suchego igłowania.

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 skrypt.

W trakcie kursu zapewnione są środki ochrony osobistej, materiały dezynfekcyjne oraz narzędzia (na czas trwania kursu).

Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot pełniący funkcję Operatora lub Partnera Operatora w danym projekcie PSF lub w którymkolwiek Regionalnym Programie lub FERS albo przez podmiot powiązany z Operatorem lub Partnerem kapitałowo lub osobowo. Usługa rozwojowa nie jest świadczona przez podmiot będący jednocześnie podmiotem korzystającym z usług rozwojowych o zbliżonej tematyce w ramach danego projektu. Usługa rozwojowa nie obejmuje wzajemnego świadczenia usług w projekcie o zbliżonej tematyce przez Dostawców usług, którzy delegują na usługi siebie oraz swoich pracowników i korzystają z dofinansowania, a następnie świadczą usługi w zakresie tej samej tematyki dla Przedsiębiorcy, który wcześniej występował w roli Dostawcy tych usług. Cena usługi nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności kosztów środków trwałych przekazywanych Przedsiębiorcom lub Pracownikom przedsiębiorcy, kosztów dojazdu i zakwaterowania.

Zwolnienie ze względu na rodzaj prowadzonej działalności (art. 43 ust. 1 pkt 26) a) ustawy o VAT)- USTAWA z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług art. 43 ust. 26) usługi świadczone przez: a) jednostki objęte systemem oświaty w rozumieniu przepisów ustawy z dnia 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe, w zakresie kształcenia i wychowania.

## Informacje dodatkowe

Podstawą metody Dry needling jest FRSc, czyli koncepcja stworzona przez lekarza ortopedę Radosława Składowskiego, która w logiczny sposób wyróżnia i różnicuje kilka powtarzających się patomechanizmów będących przyczyną schorzeń, ograniczeń i bólu. FRSc w swoim postępowaniu zakłada odnalezienie pierwotnych przyczyn problemu z jakim przychodzi do nas pacjent, oraz terapię wycelowaną nie w objawy, a właśnie w bezpośrednią przyczynę tychże.

Info:

- internet: <https://frsc.pl/p/szkolenie/dry-needling-wg-frsc-modul-i/>
- facebook: <https://www.facebook.com/szkoleniaskladowski>
- instagram: [https://www.instagram.com/szkolenia\\_frsc/](https://www.instagram.com/szkolenia_frsc/)
- youtube: [https://www.youtube.com/channel/UC2WCmHvEbfQOw4S\\_hN\\_J0gw](https://www.youtube.com/channel/UC2WCmHvEbfQOw4S_hN_J0gw)
- e-mail: [szkolenia@frsc.pl](mailto:szkolenia@frsc.pl)
- telefon: 795 666 509

## Adres

ul. Thomasa Edisona 2  
04-510 Warszawa  
woj. mazowieckie

Kurs odbywa się w CS Natura Tour Centrum Konferencyjno-Szkoleniowe Warszawa

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

## Kontakt



**Joanna Kłosińska**

**E-mail** [szkolenia@frsc.pl](mailto:szkolenia@frsc.pl)

**Telefon** (+48) 795 607 809