



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

10 294 oceny

## Kurs Terapia Polarity IV stopień

Numer usługi 2025/11/12/55596/3140868

- 📍 Bydgoszcz
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 🕒 21:00 h
- 📅 01.10.2026 do 02.10.2026

1 500,00 PLN brutto

1 500,00 PLN netto

71,43 PLN brutto/h

71,43 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Zdrowie i medycyna / Medycyna

**Grupa docelowa usługi**

Kurs skierowany jest do:

- wszystkich zajmujących się pracą z ciałem,
- fizjoterapeutów,
- masażyistów,
- terapeutów manualnych,
- osteopatów,
- chiropraktyków,
- terapeutów behawioralnych,
- nauczycieli różnych form ruchu np. joga, pilates, feldenkreisa,
- instruktorów ruchowych i trenerów,
- lekarzy zajmujących się leczeniem narządu ruchu,
- terapeutów terapii czaszkowo-krzyżowej,
- 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**

30-09-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

21

# Cel

## Cel edukacyjny

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie bezpiecznego i poprawnego prowadzenia terapii Polarity, równoważenia wzorca długoliniowego energii Wody i Ziemi, równoważenia pracy okrężnicy, kości ogonowej, miednicy, terapii kroczonej, bolesnych piersi, obrzęków, guzków, zastoju oraz rozluźniania stóp i kostek.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje równoważenie wzorca długoliniowego Wody i Ziemi	Uczestnik definiuje równoważenie wzorca długoliniowego Wody	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje równoważenie wzorca długoliniowego Ziemi	Test teoretyczny
Uczestnik samodzielnie prowadzi terapię Polarity w zakresie równoważenia wzorca długoliniowego, równoważenia pracy okrężnicy, kości ogonowej, miednicy, terapii kroczonej, bolesnych piersi, obrzęków, guzków, zastoju oraz rozluźniania stóp i kostek	Uczestnik przeprowadza równoważenie wzorca długoliniowego Wody oraz wzorca długoliniowego Ziemi	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik pobudza i usprawnia pracę okrężnicy, równoważy kość ogonową	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik prowadzi terapię kroczonej, bolesnych piersi, obrzęków, guzków i zastoju	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik prowadzi terapię miednicy oraz rozluźniania stóp i kostek	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik poprawnie diagnozuje i dobiera proces terapii	Uczestnik skutecznie prowadzi wywiad z pacjentem
Uczestnik komunikuje pacjentowi plan pracy i zastosowane metody		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 ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie bezpiecznego i poprawnego prowadzenia terapii Polarität, równoważenia wzorca długoliniowego energii Wody i Ziemi, równoważenia pracy okrężnicy, kości ogonowej, miednicy, terapii kroczonej, bolesnych piersi, obrzęków, guzków, zastojów oraz rozluźniania stóp i kostek.

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

**Czas: 21 godzin dydaktycznych**

**PROGRAM MODUŁU :**

**Dzień 1 /Woda /**

1. Odpowiedzi na pytania dotyczące modułu III.
2. Informacje dotyczące żywiołu Wody.
3. Równoważenie wzorca długoliniowego energii Wody.
4. Układy terapeutyczne równoważące pracę okrężnicy.
5. Terapia kroczonej.
6. Terapia bolesnych piersi, obrzęków, guzków, zastojów.
7. Protokół równoważenia energii Wody.

**Dzień 2 /Ziemia /**

1. Informacje dotyczące żywiołu Ziemi.
2. Równoważenie wzorca długoliniowego Ziemi.
3. Równoważenie kości ogonowej.
4. Uwalnianie gazów.
5. Układy terapeutyczne dla miednicy.
6. Rozluźnianie stóp i kostek.
7. Protokół równoważenia energii Ziemi.
8. 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.

Terapia Polarity to holistyczny system wiedzy o utrzymaniu zdrowia opisany przez dr Rundolpha Stone'a (osteopatę, ortopedę, neurologa, chiropraktyka, naturoterapeutę), wywodzący się ze starożytnej wiedzy Ayurwedy. W tradycjach kultury Wschodu (Ajurweda, Taoizm) uznaje się, że głównym czynnikiem istnienia Wszechświata jest ruch energii.

Prawa rządzące Wszechświatem są takie same dla wszystkiego co w nim istnieje, w tym również dla człowieka. Istnieje źródło energii i pole, w którym odbywa się jej ruch. Podstawowymi prawami ruchu są odśrodkowa i dośrodkowa pulsacja oraz biegunowość (polarność). Według tradycji ajurwedycznej polaryzacja obejmuje istnienie trzech stanów umożliwiających przepływ: dodatni, ujemny i neutralny. Ruch energii warunkuje życie człowieka. Centra energetyczne (czakramy) są źródłami różnych jakości energii w naszym ciele. Istnieje siedem głównych czakramów. Pole dla ruchu różnych jakości energii (Powietrza, Ognia, Wody i Ziemi) tworzy element Eteru. Ciało człowieka jest polarne. Górna część ciała stanowi biegun dodatni, dolna – biegun ujemny, przepona jest obszarem neutralnym. Energia w ciele człowieka porusza się w obrębie wzorców zgodnie z prawami pulsacji i biegunowości, tworząc tzw. bezprzewodową anatomię człowieka.

„Podstawą Zdrowia na wszystkich jego poziomach jest uznanie odpowiedzialności za własne myśli, postawy i uczucia. Jest to najważniejsza część procesu uzdrawiania.”

Terapia Polarity obejmuje specjalistyczny masaż ciała, dietę oczyszczającą, ćwiczenia Polarity-yoga i „samoświadomość” (zasady wynikające z pozytywnego myślenia i postaw). Podczas masażu Polarity terapeuta posługując się delikatnym dotykiem odpowiednich miejsc na ciele, równoważy wzorce energetyczne Pięciu elementów (Eteru, Powietrza, Ognia, Wody i Ziemi) zaburzone w następstwie mentalnych, emocjonalnych i fizycznych doświadczeń (stresu, chorób, urazów), decydujące o prawidłowym funkcjonowaniu narządów i podstawowych układów fizjologicznych w organizmie człowieka (układów: nerwowego, hormonalnego, odpornościowego itd.).

W praktyce terapia prowadzi do odblokowania zaburzonych wzorców tworzących „Bezprzewodową Anatomię Człowieka”, do poprawy samopoczucia i stanu zdrowia na wszystkich jego poziomach. Znajomość podstaw terapii i układów praktycznych Polarity pozwala na samodzielne wykonywanie zabiegów terapeutycznych.

Terapia Polarity jest wskazana i skuteczna przy: bólach głowy, migrenach, bólach stawów, kręgosłupa, nerwicach, osłabieniu, problemach trawiennych, krążeniowych, zaburzeniach hormonalnych, rekonwalescencji po przebytych chorobach lub operacjach (obejmuje masaż limfatyczny), po urazach, przy depresji i wielu innych problemach.

Kurs trwa 21 godz. dydaktycznych, co stanowi 15 godz.45 min zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 2 h. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy realizowane w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dyd. (szkoleniowa) = 45 min

Liczba godzin kursu obejmuje zajęcia teoretyczne – 6 godzin dydaktycznych, oraz zajęcia praktyczne – 15 godzin dydaktycznych.

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 8

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, punkty 1-3, teoria 90 min	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	01-10-2026	08:00	12:00	04:00
<b>2 z 8</b> Przerwa	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	01-10-2026	12:00	13:00	01:00
<b>3 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, punkty 4-7, teoria 90 min	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	01-10-2026	13:00	17:00	04:00
<b>4 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkty 1-3, teoria 45 min	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	02-10-2026	08:00	12:00	04:00
<b>5 z 8</b> Przerwa	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	02-10-2026	12:00	13:00	01:00
<b>6 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkty 4-7, teoria 45 min	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	02-10-2026	13:00	15:45	02:45
<b>7 z 8</b> 8. Walidacja- przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	02-10-2026	15:45	16:00	00:15
<b>8 z 8</b> 8. Walidacja - weryfikacja testów teoretycznych oraz analiza dowodów i deklaracji	-	02-10-2026	16:00	16:45	00:45

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	71,43 PLN
Koszt osobogodziny netto	71,43 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### mgr Grażyna Małgorzata Zalewska

Od ponad 20 lat terapeutka w zakresie: Polarity, Pierwotnego Oddechu Życia, certyfikowany terapeuta Terapii Czaszkowo – Krzyżowej.

Od 2013r. nauczycielka Polarity i Pierwotnego Oddechu Życia.

Od 2015r. nauczycielka Normalizacji Składu Biochemicznego Organizmu Człowieka. Trenerka zrealizowała 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. Grudziądzka 3  
85-130 Bydgoszcz  
woj. kujawsko-pomorskie

Centrum Szkoleń ODNOVA  
Parter. Wejście obok windy  
Sala własna

Walidacja: ul. Grudziądzka 3, 85-130 Bydgoszcz

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

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

## Kontakt



**Joanna Dobska**

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

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