



ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

9 822 oceny

## Kurs Terapia Polarity II stopień

Numer usługi 2025/11/12/55596/3141600

📍 Bydgoszcz

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 21:00 h

📅 16.05.2026 do 17.05.2026

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:

- 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 a także Pracodawców i ich Pracowników.

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

Do udziału w szkoleniu zapraszamy również uczestników projektów realizowanych przez innych Operatorów BUR.

**Minimalna liczba uczestników**

8

**Maksymalna liczba uczestników**

20

**Data zakończenia rekrutacji**

15-05-2026

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

# Cel

## Cel edukacyjny

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do samodzielnej pracy w zakresie bezpiecznego i poprawnego prowadzenia terapii Polarity, wykonywania masażu układu limfatycznego, usprawniania pracy nerek, wątroby, śledziony i serca oraz równoważenia organizmu i uwalniania napięć kręgosłupa.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje zasady masażu układu limfatycznego i samodzielnie określa rodzaje dotyku terapeutycznego wraz z technikami uwalniania napięć kręgosłupa	Uczestnik określa techniki uwalniania napięć kręgosłupa	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik definiuje zasady wykonywania masażu układu limfatycznego	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik rozumie i rozróżnia rodzaje dotyku terapeutycznego i jego wpływu na organizm	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik samodzielnie prowadzi terapię Polarity w zakresie wykonywania masażu układu limfatycznego, usprawniania pracy nerek, wątroby, śledziony i serca oraz równoważenia organizmu i uwalniania napięć kręgosłupa	Uczestnik usprawnia pracę nerek, pobudza i usprawnia pracę wątroby, pęcherzyka żółciowego i śledziony	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik łagodnie pobudza pracę serca, oczyszcza i uaktywnia pracę układu limfatycznego	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik stosuje jedną z kilku technik uwalniania napięć kręgosłupa	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik równoważy organizm - układy na potylicy, na nogach, na rękach, układy czaszkowe	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik poprawnie diagnozuje i dobiera proces terapii	Uczestnik skutecznie prowadzi wywiad z pacjentem	Analiza dowodów i deklaracji
	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 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: 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 Polarity, wykonywania masażu układu limfatycznego, usprawniania pracy nerek, wątroby, śledziony i serca oraz równoważenia organizmu i uwalniania napięć kręgosłupa.

**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: 21 godzin dydaktycznych**

### PROGRAM MODUŁU :

#### Dzień 1

1. Powtórzenie zagadnień z modułu I.
2. Usprawnianie pracy serca.
3. Usprawnianie pracy : wątroby, pęcherzyka żółciowego i śledziony.
4. Usprawnianie pracy nerek.
5. Oczyszczanie i uaktywnianie pracy układu limfatycznego.

#### Dzień 2

1. Rozluźnianie kręgosłupa.
2. Równoważenie ogólne organizmu - układy na potylicy.
3. Równoważenie ogólne organizmu - układy na nogach.
4. Równoważenie ogólne organizmu - układy na rękach.
5. Równoważenie ogólne organizmu - układy czaszkowe.
6. Walidacja

*Opis zastosowania metod walidacji:*

1. *Analiza dowodów i deklaracji w części praktycznej*

*W procesie walidacji umiejętności praktycznych uczestników zastosujemy metodę "analizy dowodów i deklaracji". Organizator szkolenia odpowiada za nagrywanie i przekazywanie materiałów walidatorowi. Materiał nagrywany jest w trakcie trwania szkolenia. Weryfikacja zebranych materiałów odbywa się w sposób zdalny. 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.*

*Procedura walidacji:*

- 1. Nagranie wykonania zadania - uczestnicy wykonują zadanie praktyczne pod nadzorem organizatora, który rejestruje materiał video.*
- 2. Przekazanie nagrania do walidatora - organizator przesyła materiał do oceny.*
- 3. Analiza nagrania przez walidatora - walidator dokonuje oceny na podstawie kryteriów weryfikacji, obejmujących m.in. poprawność wykonania procedur, zgodność z zasadami i normami oraz jakość techniczną wykonanych czynności.*

*2. Test teoretyczny w części teoretycznej*

*Weryfikacja wiedzy teoretycznej uczestników odbędzie się za pomocą testu ABC, który zostanie przeprowadzony pod koniec szkolenia.*

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

*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.*

Terapia Polary 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 Polary obejmuje specjalistyczny masaż ciała, dietę oczyszczającą, ćwiczenia Polary-yoga i „samoświadomość” (zasady wynikające z pozytywnego myślenia i postaw). Podczas masażu Polary 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 Polary pozwala na samodzielne wykonywanie zabiegów terapeutycznych.

Terapia Polary 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 – 14 godzin dydaktycznych.

*Weryfikacja obecności odbywa się na podstawie listy obecności podpisanej podczas szkolenia. Wymagana obecność minimum 80%.*

# 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	16-05-2026	08:30	13:00	04:30
<b>2 z 8</b> Przerwa	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	16-05-2026	13:00	14:00	01:00
<b>3 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 1, punkty cd 3-5, teoria 45 min	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	16-05-2026	14:00	19:30	05:30
<b>4 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkty 1-3, teoria 90 min	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	17-05-2026	08:00	10:00	02:00
<b>5 z 8</b> Przerwa	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	17-05-2026	10:00	11:00	01:00
<b>6 z 8</b> Realizacja szkolenia zgodnie z programem – dzień 2, punkty 4-5, teoria 45 min	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	17-05-2026	11:00	13:45	02:45
<b>7 z 8</b> Przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	mgr Grażyna Małgorzata Zalewska	17-05-2026	13:45	14:00	00:15
<b>8 z 8</b> Walidacja	-	17-05-2026	14:00	14:45	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 w wersji papierowej obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

### Warunki uczestnictwa

- Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
- 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.
- 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.
- Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOVA.
- 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  
II piętro. Wejście obok windy  
Sala własna

## 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