



Centrum
Szkoleniowe
MediKos Remigiusz
Gołąbek

★★★★★ 4,9 / 5

190 ocen

Kurs ZOGA Movement Therapy Wady Postawy

Numer usługi 2025/11/18/135249/3154201

📍 Radom
🏠 Usługa szkoleniowa
📄 stacjonarna
👥 Zajęcia grupowe
🕒 42:00 h
📅 04.11.2026 do 08.11.2026

3 900,00 PLN brutto

3 900,00 PLN netto

92,86 PLN brutto/h

92,86 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Kurs jest skierowany do:

- fizjoterapeutów,
- terapeutów manualnych,
- osteopatów,
- chiropraktyków,
- masażyistów,
- studentów fizjoterapii,
- słuchaczy szkoły policealnej na kierunku technik masażyста

Warunek niezbędny do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: 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

12

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

03-11-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Cel

Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnego stosowania technik Zoga w prowadzeniu analizy i oceny zaburzeń posturalnych spotykanych w wadach postawy – częstych konsekwencji ruchowych i posturalnych; dostrzegania, analizy i oceny zawłości poszczególnych wzorców posturalnych a także stosowania technik uwalniania Mięśniowo-Powięziowego i ZOGA Movement w pracy terapeutycznej korekcji.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą z zakresu oceny postawy i ruchu	Opisuje proces oceny postawy i ruchu	Wywiad ustrukturyzowany
	Wymienia techniki skutecznie wpływające na strukturę ruchu i postawę	Wywiad ustrukturyzowany
	Charakteryzuje nieprawidłowości występujące w obrębie klatki piersiowej i kręgosłupa	Wywiad ustrukturyzowany
	Opisuje zależności między tkankami głębokimi a wadami postawy	Wywiad ustrukturyzowany
	Dokonuje oceny prawidłowej postawy i ruchu	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Tworzy strategie terapeutyczne dla pacjentów z wadami postawy	Obserwacja w warunkach symulowanych
Samodzielnie planuje i wykonuje działania terapeutyczne z uwzględnieniem potrzeb i problemów klienta	Stosuje w pracy z pacjentem techniki wpływające na strukturę i ruch w obszarze stopy i kończyn dolnych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje techniki kierowania ruchem	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje techniki na tkankach głębokich w pracy z pacjentem z wadami postawy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje ćwiczenia Zoga Movement w pracy z pacjentem z wadami postawy	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Współpracuje wewnątrz interdyscyplinarnych zespołów medycznych	Stosuje specjalistyczne słownictwo przy opisie stanu pacjentów	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

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i zjologię człowieka.

Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

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 zjoterapeutycznym.

Czas: 42 godziny dydaktyczne:

Program:

1. Ocena prawidłowej postawy i ruchu oraz strategię terapeutyczne. Omówienie interakcji stopy z podłożem i konsekwencjach braku tej równowagi w reszcie ciała. Tworzenie strategii dla poprawy mechaniki stopy i nogi, dla stabilności miednicy i wydajności kręgosłupa.
2. Stopa i kończyna dolna. Techniki skutecznie wpływające na strukturę i ruch w obszarze stopy i kończyn dolnych. Uzupełnienie technik manualnych o techniki kierowania ruchem.
3. Klatka piersiowa i kręgosłup. Nieprawidłowości występujące w obrębie klatki piersiowej i kręgosłupa. Praca nad przywróceniem prawidłowej ruchomości i postawy ciała.
4. Spirala mięśniowo-powięziowa. Omówienie przebiegu oraz analiza funkcjonalna tego w jaki sposób zaburzenia napięcia w obrębie tych struktur będą wpływały na ustawienie stóp, kolan czy również miednicy względem klatki piersiowej.

5. Tkanki głębokie a wady postawy. Tkanki głębokie, połączenia mięśniowo-powięziowe kończyn górnych i funkcjonalne połączenia tkanek w ciele. Omówienie wymienionych przebiegów połączeń mięśniowo- powięziowych i korespondujących z nimi wad postawy. Nauka wybranych technik na tkankach głębokich. Ćwiczenia zalecane pacjentom do domu z zakresu metody Zoga Movement, które wspomagać będą proces terapeutyczny.

6. Walidacja

Liczba godzin kursu: 42 h dyd., co stanowi 31,5 h zegarowych. W harmonogramie nie wpisaniu przerw. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Przerwy w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna = 45 min

Metoda werykacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 23

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 23 Wprowadzenie. Cele i zasady pracy według metody Zoga Movement	Beata Anderko	04-11-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 23 Analiza i ocena zaburzeń posturalnych w płaszczyźnie strzałkowej. Omówienie anatomii i biomechaniki obszaru, body reading - pokaz instruktora i praca w grupach	Beata Anderko	04-11-2026	10:00	11:00	01:00
3 z 23 Analiza i ocena zaburzeń posturalnych w płaszczyźnie czołowej i poprzecznej. Omówienie anatomii i biomechaniki obszaru, body reading - pokaz instruktora i praca w grupach	Beata Anderko	04-11-2026	11:15	13:00	01:45
4 z 23 Sekwencje ruchowe Zoga Movement.	Beata Anderko	04-11-2026	14:00	14:30	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 23 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący stopy płaskiej i koślawości kolan. Anatomia , palpacja i przećwiczenie technik w parach	Beata Anderko	04-11-2026	14:30	17:00	02:30
6 z 23 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący przechylenia goleni i kolan szpotawych. Palpacja i przećwiczenie technik w parach.	Beata Anderko	05-11-2026	09:00	11:00	02:00
7 z 23 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący stopy wydrążonej. Palpacja i przećwiczenie technik w parach	Beata Anderko	05-11-2026	11:15	13:00	01:45
8 z 23 Sekwencje ruchowe korygujące omówione do tej pory wady	Beata Anderko	05-11-2026	14:00	14:30	00:30
9 z 23 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący miednicy (przodopochylenie i tyłopochylenie) . Anatomia, palpacja i przećwiczenie technik w parach.	Beata Anderko	05-11-2026	14:30	17:00	02:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 23 3 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący brzucha i klatki piersiowej. Anatomia, palpacja i przećwiczenie technik w parach.	Beata Anderko	06-11-2026	09:00	11:00	02:00
11 z 23 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący klatki piersiowej i żeber. Anatomia, palpacja i przećwiczenie technik w parac.	Beata Anderko	06-11-2026	11:15	13:00	01:45
12 z 23 Sekwencje ruchowe korygujące omówione do tej pory wady postawy	Beata Anderko	06-11-2026	14:00	14:30	00:30
13 z 23 Demonstracja pracy z pacjentem z wadą postawy	Beata Anderko	06-11-2026	14:30	16:00	01:30
14 z 23 Omówienie sesji demonstracyjnej.	Beata Anderko	06-11-2026	16:30	17:00	00:30
15 z 23 Pokaz anatomii, palpacji i technik terapeutycznych dotyczący odcinka szyjnego kręgosłupa. Touch - check - kontrola jakości dotyku .Ćwiczenie technik i dotyku w parach.	Beata Anderko	07-11-2026	09:00	11:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 23 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący odcinka szyjnego kręgosłupa oraz głowy. Palpacja i przeciwiczenie technik w parach.	Beata Anderko	07-11-2026	11:15	13:00	01:45
17 z 23 Sekwencje ruchowe korygujące omówione wcześniej wady postawy	Beata Anderko	07-11-2026	14:00	14:30	00:30
18 z 23 Praca uczestników szkolenia na modelach z zewnątrz.	Beata Anderko	07-11-2026	14:30	16:30	02:00
19 z 23 Omówienie sesji na pacjentach.	Beata Anderko	07-11-2026	16:30	17:00	00:30
20 z 23 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący kręgosłupa . Palpacja i przeciwiczenie technik w parach	Beata Anderko	08-11-2026	09:00	11:00	02:00
21 z 23 Pokaz technik terapeutycznych dotyczący obręczy barkowej. Palpacja i przeciwiczenie technik w parach	Beata Anderko	08-11-2026	11:30	13:30	02:00
22 z 23 Podsumowanie, omówienie.	Beata Anderko	08-11-2026	13:30	14:00	00:30
23 z 23 Walidacja	-	08-11-2026	14:00	14:30	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 900,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	92,86 PLN
Koszt osobogodziny netto	92,86 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Beata Anderko

Fizjoterapeutka, ale również certykowana specjalistka w dziedzinie hipoterapii (od 2007 roku), PNF (od 2015 roku) oraz ZOGA Movement Therapy (od 2022 roku). Nieustannie rozwija swoje umiejętności poprzez udział w szkoleniach prowadzonych przez autorytety w dziedzinie fizjoterapii, takie jak Wojtek Cackowski, Sharon Wheeler, Jannie Cnossen i wielu innych. Jako właścicielka gabinetu rehabilitacji od wielu lat, wspólnie z doświadczonym zespołem terapeutów, pomaga pacjentom w powrocie do zdrowia i pełnej sprawności. Kładzie szczególny nacisk na terapię manualną połączoną z ruchem, skupiając się również na pracy nad czaszką i kośćmi. Doskonała umiejętność czytania ciała pozwala jej precyzyjnie dobierać specjalistyczne techniki terapeutyczne, mające na celu osiągnięcie zamierzonego efektu zarówno strukturalnego, jak i funkcjonalnego. Prowadząca aktywnie wspiera lokalne inicjatywy sportowe i kulturalne poprzez swoją pracę. Dodatkowo, prowadzi zajęcia ruchowe z zakresu ZOGA Movement, co podkreśla jej pasję do zdrowego stylu życia. Jako pasjonatka, nieustannie doskonali swoje umiejętności, poszerza wiedzę z zakresu anatomii sekcijnej. Jej zaangażowanie i profesjonalizm sprawiają, że jest ekspertką w dziedzinie zjoterapii. 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

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

Warunki uczestnictwa

Przed dokonaniem zapisu na usługę, wymagany jest kontakt z Organizatorem celem potwierdzenia wolnych miejsc.

Uczestniczki – kobiety, będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny poinformować o swoim stanie Organizatora, o ile fakt ten może mieć wpływ na stan zdrowia Uczestniczki lub sposób jej uczestniczenia w kursie.

Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych Centrum Szkoleniowe MediKos

Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT: art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług par. 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień.

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.

W sytuacji ogłoszenia stanu epidemii w kraju Organizator wdroży i ściśle będzie przestrzegał procedur bezpieczeństwa zgodnie z zaleceniami KIF oraz wytycznymi Ministerstwa Zdrowia we współpracy z Głównym Inspektorem Sanitarnym.

Kursanci o wszelkich zasadach i wytycznych będą informowani co najmniej na 7 dni przed realizacją usługi. Organizator zapewni środki do dezynfekcji.

Adres

ul. Ofiar Firleja 7/10
26-600 Radom
woj. mazowieckie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Remigiusz Gołabek

E-mail kontakt@medikos.com.pl

Telefon (+48) 600 447 765