Możliwość dofinansowania

# Kurs ZOGA Movement Therapy Wady Postawy

**Numer usługi** 2025/11/18/135249/3154201

3 900,00 PLN brutto
3 900,00 PLN netto
92,86 PLN brutto/h
92,86 PLN netto/h

Centrum Szkoleniowe MediKos Remigiusz Gołąbek

4,9 / 5

185 ocen

Radom
Usługa szkoleniowa
stacjonarna
42:00 h
04.11.2026 do 08.11.2026

## Informacje podstawowe

| | |
|---|---|
| **Kategoria** | Zdrowie i medycyna / Medycyna |
| **Grupa docelowa usługi** | Kurs jest skierowany do:<br>- fizjoterapeutów,<br>- terapeutów manualnych,<br>- osteopatów,<br>- chiropraktyków,<br>- masażystów,<br>- studentów fizjoterapii,<br>- słuchaczy szkoły policealnej na kierunku technik masażysta<br>----------<br>Warunek niezbędny do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka.<br>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 |

| | |
|---|---|
| **Liczba godzin usługi** | 42 |
| **Podstawa uzyskania wpisu do BUR** | Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0 |

# 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 zawiłości 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 |
| Samodzielnie planuje i wykonuje działania terapeutyczne z uwzględnieniem potrzeb i problemów klienta | Tworzy strategie terapeutyczne dla pacjentów z wadami postawy | Obserwacja w warunkach symulowanych |
| | 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 literatura 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 strategie 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 przećwiczenie 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 przećwiczenie 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 przećwiczenie 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 sekcyjnej. 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