



HealthConcept  
Katarzyna Stobiecka

★★★★★ 4,8 / 5

161 ocen

## Manual and move therapy - lower body

Numer usługi 2025/11/27/186142/3176164

📍 Łódź

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 32:00 h

📅 11.09.2026 do 13.09.2026

2 280,00 PLN brutto

2 280,00 PLN netto

71,25 PLN brutto/h

71,25 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

### Grupa docelowa usługi

Szkolenia HealthConcept skierowane są do specjalistów z zakresu fizjoterapii, terapii manualnej, osteopatii, rehabilitacji oraz innych zawodów medycznych i okołomedycznych, którzy chcą pogłębić wiedzę i rozwijać praktyczne umiejętności terapeutyczne. Uczestnikami mogą być także studenci kierunków medycznych i fizjoterapeutycznych posiadający podstawową znajomość anatomii i fizjologii. Oferta kursów uwzględnia potrzeby zarówno osób rozpoczynających pracę w danym obszarze, jak i doświadczonych praktyków poszukujących aktualizacji wiedzy i wymiany doświadczeń.

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem”

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.

### Minimalna liczba uczestników

1

### Maksymalna liczba uczestników

12

### Data zakończenia rekrutacji

10-09-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

32

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnej diagnostyki funkcjonalnej oraz prowadzenia kompleksowej terapii manualnej i kinezyterapeutycznej pacjentów z dysfunkcjami odcinka lędźwiowego, miednicy i kończyny dolnej. Uczestnik nabywa umiejętność doboru i łączenia technik manualnych oraz ćwiczeń terapeutycznych w zależności od stanu pacjenta i celu terapii, zgodnie z aktualną wiedzą naukową i zasadami bezpieczeństwa.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje wybrane patologie i dysfunkcje dolnej połowy ciała oraz ich wpływ na wzorce ruchowe i dolegliwości bólowe.	Wymienia przyczyny, objawy i skutki funkcjonalne najczęstszych schorzeń w obszarze kręgosłupa lędźwiowego, miednicy i kończyn dolnych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Opisuje założenia teoretyczne, wskazania i ograniczenia wybranych technik terapii manualnej, tkanek miękkich oraz kinezyterapii.	Porównuje metody terapeutyczne i wskazuje kryteria ich doboru na podstawie potrzeb pacjenta.	Analiza dowodów i deklaracji
Przeprowadza diagnostykę funkcjonalną z wykorzystaniem testów ortopedycznych i neurologicznych.	Dobiera i wykonuje odpowiednie testy w zależności od zgłaszanych objawów oraz lokalizacji dolegliwości.	Analiza dowodów i deklaracji
Dobiera i łączy techniki terapii manualnej i ćwiczeń ruchowych w indywidualnym planie terapii.	Tworzy i realizuje zróżnicowane strategie terapeutyczne uwzględniające stan funkcjonalny pacjenta i fazę leczenia.	Analiza dowodów i deklaracji
Komunikuje się z pacjentem i współpracuje interdyscyplinarnie w procesie terapeutycznym.	Przedstawia pacjentowi plan terapii i potrafi omówić jego cele oraz ograniczenia w zrozumiały sposób.	Analiza dowodów i deklaracji
Przestrzega zasad bezpieczeństwa, etyki i obowiązujących standardów pracy z pacjentem.	Stosuje się do zasad aseptyki, udziela świadomej zgody na zabieg, prowadzi dokumentację zgodnie z wymaganiami zawodowymi.	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

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnej diagnostyki funkcjonalnej oraz prowadzenia kompleksowej terapii manualnej i kinezyterapeutycznej pacjentów z dysfunkcjami odcinka lędźwiowego, miednicy i kończyny dolnej. Uczestnik nabywa umiejętność doboru i łączenia technik manualnych oraz ćwiczeń terapeutycznych w zależności od stanu pacjenta i celu terapii, zgodnie z aktualną wiedzą naukową i zasadami bezpieczeństwa.

Szkolenia HealthConcept skierowane są do specjalistów z zakresu fizjoterapii, terapii manualnej, osteopatii, rehabilitacji oraz innych zawodów medycznych i okołomedycznych, którzy chcą pogłębić wiedzę i rozwijać praktyczne umiejętności terapeutyczne. Uczestnikami mogą być także studenci kierunków medycznych i fizjoterapeutycznych posiadający podstawową znajomość anatomii i fizjologii. Oferta kursów uwzględnia potrzeby zarówno osób rozpoczynających pracę w danym obszarze, jak i doświadczonych praktyków poszukujących aktualizacji wiedzy i wymiany doświadczeń.

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem”

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.

### Program szkolenia:

1. Anatomia i biomechanika odcinka lędźwiowego kręgosłupa, miednicy i kończyny dolnej.
2. Omówienie wybranych patologii narządu ruchu w obrębie kręgosłupa lędźwiowego, miednicy i kończyny dolnej. Podstawy fizjologii bólu i gojenia tkanek. Wady postawy i asymetrie w obrębie narządu ruchu, zasadność wprowadzania korekcji.
3. Ograniczenia i możliwości terapii manualnej oraz kinezyterapii i ich rola w procesie terapeutycznym. Założenia teoretyczne i skuteczność wybranych metod.
4. Diagnostyka funkcjonalna i manualna. Wybrane testy neurologiczne i ortopedyczne na potrzeby fizjoterapii. Współpraca z innymi specjalistami, podejście interdyscyplinarne.
5. Techniki manualne stawowe: mobilizacje i manipulacje stawów kręgosłupa i stawów obwodowych. Zasadność ich stosowania i mechanizm działania. Aktualna wiedza naukowa.
6. Techniki manualne w terapii tkanek miękkich: rozluźnianie mięśniowo-powięziowe, punkty spustowe, masaż tkanek głębokich, rozluźnianie pozycyjne, taping, łączenie metod i wybór najbardziej adekwatnej dla pacjenta. Cele stosowania terapii i skuteczność w oparciu o aktualną wiedzę naukową.
7. Zagadnienia teoretyczne wysiłku fizycznego, parametry sprawności fizycznej i zdolności motorycznych. Omówienie stref tętna i parametrów wydolnościowych.
8. Kinezyterapia: ocena podstawowych wzorców ruchowych, dobór odpowiednich ćwiczeń i strategii ruchowych w najczęstszych patologjach narządu ruchu w obrębie dolnej połowy ciała. Ćwiczenia siły, mocy, wytrzymałości, plyometria, kryteria powrotu do sportu/aktywności zawodowej, powrót i nauka lokomocji po urazach.

9. Analiza techniki biegu, korekcje i zasadność ich stosowania. Mierzenie i monitorowanie efektów rehabilitacji.

10. Podstawy periodyzacji treningowej na potrzeby fizjoterapii. Dobór parametrów treningowych, układanie planów i protokołów rehabilitacji oraz łączenie pracy manualnej i ruchowej.

Walidacja

-----

Po zrealizowanym szkoleniu uczestnik otrzyma certyfikat o ukończeniu usługi.

Warunkiem uzyskania certyfikatu jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć

Usługa realizowana jest w godzinach dydaktycznych tj. za godzinę usługi szkoleniowej rozumie się 45 minut

Szkolenie zawiera 10h teorii i 22h praktyki (jw.)

Fakt uczestnictwa w każdym dniu usługi rozwojowej musi zostać potwierdzony przez uczestnika własnoręcznym podpisem złożonym na udostępnionej przez organizatora liście obecności

Walidacja wlicza się w czas trwania usługi

Trener dostosowuje przerwy do potrzeb uczestników (max. 10 min.) i **odpowiednio wydłuża zajęcia**. Przerwy nie są wpisane w harmonogram szkolenia i nie stanowią kosztów kwalifikowalnych.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 12

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 12</b> Anatomia funkcjonalna i biomechanika odcinka lędźwiowego, miednicy i kończyny dolnej	Mateusz Goczał	11-09-2026	08:00	10:00	02:00
<b>2 z 12</b> Wybrane patologie, fizjologia bólu, wady postawy, asymetrie i ich wpływ na narząd ruchu	Mateusz Goczał	11-09-2026	10:00	12:00	02:00
<b>3 z 12</b> Ograniczenia i możliwości terapii manualnej i kinezyterapii – skuteczność metod	Mateusz Goczał	11-09-2026	12:00	14:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>4 z 12</b> Diagnostyka funkcjonalna i manualna – testy ortopedyczne i neurologiczne, interpretacja wyników	Mateusz Goczał	11-09-2026	14:00	16:00	02:00
<b>5 z 12</b> Techniki manualne stawowe – mobilizacje i manipulacje w obrębie kręgosłupa lędźwiowego, miednicy i stawów kończyn dolnych	Mateusz Goczał	12-09-2026	08:00	10:00	02:00
<b>6 z 12</b> Terapia tkanek miękkich – punkty spustowe, rozluźnianie mięśniowo-powięziowe, masaż głęboki, rozluźnianie pozycyjne	Mateusz Goczał	12-09-2026	10:00	14:00	04:00
<b>7 z 12</b> Wybór techniki w zależności od stanu pacjenta – analiza kliniczna i decyzje terapeutyczne	Mateusz Goczał	12-09-2026	14:00	16:00	02:00
<b>8 z 12</b> Zasady oceny sprawności fizycznej – zdolności motoryczne, strefy tętna, parametry wysiłku	Mateusz Goczał	13-09-2026	08:00	10:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>9 z 12</b> Kinezyterapia w praktyce – ocena wzorców ruchowych, dobór ćwiczeń siłowych, wytrzymałościowych, plyometrycznych	Mateusz Goczał	13-09-2026	10:00	12:00	02:00
<b>10 z 12</b> Kryteria powrotu do aktywności – planowanie progresji i monitorowanie efektów rehabilitacji	Mateusz Goczał	13-09-2026	12:00	14:00	02:00
<b>11 z 12</b> Podstawy periodyzacji w fizjoterapii – budowanie planów i łączenie terapii manualnej z ruchem	Mateusz Goczał	13-09-2026	14:00	15:45	01:45
<b>12 z 12</b> Walidacja	-	13-09-2026	15:45	16:00	00:15

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 280,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 280,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	71,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	71,25 PLN

# Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

## Mateusz Goczał

Fizjoterapeuta z wykształceniem medycznym i sportowym, absolwent Wydziału Rehabilitacji Akademii Wychowania Fizycznego w Warszawie (studia licencjackie) oraz Wydziału Wojskowo-Lekarskiego Uniwersytetu Medycznego w Łodzi (studia magisterskie na kierunku fizjoterapia). Od ponad 8 lat prowadzi prywatną praktykę fizjoterapeutyczną, obecnie pod marką HoliClinic. Doświadczenie zawodowe zdobywał w renomowanych placówkach, takich jak Enel-Sport, FizjoAdventure, CareSolutions, Pallmed, Aneta Clinic Dental Art, a także współpracując z klubami sportowymi: MUKS Widzew Łódź i Olimp Karate.

W ciągu ostatnich 5 lat systematycznie rozwijał swoje kompetencje zawodowe, uczestnicząc w zaawansowanych szkoleniach krajowych i międzynarodowych z zakresu terapii manualnej, leczenia ruchem, diagnostyki funkcjonalnej i terapii inwazyjnej. Specjalizuje się w pracy z pacjentami ortopedycznymi, sportowcami oraz osobami z przewlekłym bólem. W codziennej praktyce integruje podejście manualne, nowoczesną kinezyterapię i elementy obrazowania funkcjonalnego. Jako szkoleniowiec skupia się na praktycznym zastosowaniu skutecznych metod pracy w oparciu o aktualną wiedzę i doświadczenie kliniczne.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

skrypt szkoleniowy

### Informacje dodatkowe

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem”

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.

Usługa zwolniona z VAT na podstawie art.43 ust.1 pkt.29 lit.a ustawy o podatku VAT lub art.113 ust.1 ustawy o podatku VAT

## Adres

ul. Szeregową 23

94-225 Łódź

woj. łódzkie

Dzień pierwszy: ul. Szeregową 23, 94 - 225 Łódź

Dzień drugi i trzeci: Pl. Niepodległości, 4 93-029 Łódź

# Kontakt



**KATARZYNA STOBIECKA**

**E-mail** [healthconcept.kursy@gmail.com](mailto:healthconcept.kursy@gmail.com)

**Telefon** (+48) 731 800 505