



Monika Korfanty
REHAMAX

★★★★★ 4,7 / 5

675 ocen

KURS TRENING MEDYCZNY: ODCINEK SZYJNY, PIERSIOWY I KOŃCZYNA GÓRNA.

Numer usługi 2025/11/27/11130/3176703

📍 Rzeszów / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 24 h

📅 06.10.2026 do 07.10.2026

2 100,00 PLN brutto

2 100,00 PLN netto

87,50 PLN brutto/h

87,50 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Identyfikatory projektów	Małopolski Pociąg do kariery
Grupa docelowa usługi	Kurs skierowany jest do: fizjoterapeutów, lekarzy, trenerów personalnych, trenerów sportu, techników fizjoterapii, studentów fizjoterapii i medycyny. Usługa adresowana jest również do uczestników wszystkich projektów również do uczestników projektów: Kierunek- Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem.
Minimalna liczba uczestników	12
Maksymalna liczba uczestników	24
Data zakończenia rekrutacji	05-10-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	24
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Znak Jakości Małopolskich Standardów Usług Edukacyjno-Szkoleniowych (MSUES) - wersja 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Uczestnik kursu jest przygotowany do kompleksowego planowania i prowadzenia procesu usprawniania u pacjentów z różnymi uszkodzeniami w obrębie odcinka szyjnego, piersiowego kręgosłupa i kończyny górnej. Jest przygotowany do stosowania sposobów nieoperacyjnego leczenia, przeprowadzania właściwego procesu terapeutycznego, wykonania technik diagnostycznych i leczniczych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie określa postawę aktywną i fundamentalne wzorce ruchowe.	Uczestnik definiuje cechy postawy aktywnej.	Test teoretyczny
	Uczestnik opisuje fundamentalne wzorce ruchowe.	Test teoretyczny
Uczestnik samodzielnie planuje oraz realizuje nauczanie prawidłowego ruchu oraz proces usprawniania pacjentów ortopedycznych.	Ustala ćwiczenia stanowiące podstawę czy uzupełnienie w treningu usprawniającym – trzy filary treningu pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prowadzi trening w dysfunkcjach odcinka szyjnego i piersiowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prowadzi trening po ortopedycznych zabiegach chirurgicznych w obrębie kończyny górnej.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prowadzi trening medyczny przy kontuzjach przeciążeniowych barku.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prowadzi trening medyczny przy kontuzjach przeciążeniowych łokcia, przedramienia i nadgarstka.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prowadzi proces usprawniania w oparciu o aktualny stan pacjenta, jego możliwości i ograniczenia ruchowe.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Propaguje postawę prozdrowotną i zdrowy styl życia.	Okazuje zrozumienie dla problemów wynikających z niepełnosprawności.	Wywiad swobodny
	Propaguje i aktywnie kreuje wszelkie aktywności ruchowe.	Wywiad swobodny

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:

Szkolenie adresowane jest do fizjoterapeutów, lekarzy, trenerów personalnych specjalizujących się w treningu medycznym, posiadających podstawowe doświadczenie w swoim zawodzie. Uczestnik powinien znać podstawy anatomii.

Czas trwania kursu: 24 godziny dydaktyczne.

Łączna liczba dni, w których zostanie przekazana wiedza oraz umiejętności praktyczne opisane w programie: 2 dni.

W harmonogramie ujęto również przerwy oraz walidację. Przerwy nie są wliczone w liczbę godzin usługi.

Godziny przerw są podane orientacyjnie- w zależności od dynamiki i tempa grupy- mogą ulec zmianie.

Warunki organizacyjne dla przeprowadzenia szkolenia:

- podział na grupy 2 osobowe w trakcie zajęć praktycznych,

-liczba przydzielonych stanowisk na grupę : 1, elementy wchodzą w jego skład: mata terapeutyczna, taśmy theraband, piłki, obciążniki.

I dzień

8.00.00-11.00 Idea kursu. Kooperacja specjalistów w procesie usprawniania pacjentów. Trening medyczny: definicja, cel, specyfika pacjenta.

Przerwa kawowa: 11.00-11.15

11.15-13.00 Trzy filary w treningu medycznym. I filar w treningu medycznym: Postawa aktywna; Oddech w treningu siły i gibkości; Core: wydajność mięśni korpusu. Programowanie i strategia wprowadzania ćwiczeń z I filaru.

Przerwa obiadowa: 13.00-13.30

13.30-16.30 Zabiegi chirurgiczne i urazy w obrębie kręgosłupa szyjnego, piersiowego i kończyny górnej. II filar w treningu medycznym. Ćwiczenia dedykowane - trening mobilności vs trening oporowy.

Przerwa kawowa: 16.30-16.45

16.45-19.00 Ćwiczenia dedykowane dla pacjentów po zabiegach chirurgicznych: odcinek szyjny (dyskopatie), szcicie stożka rotatorów, rekonstrukcji i szcicia obrąbka: SLAP, Bankart, chirurgii łokcia. Wariacje ćwiczeń dostosowane do specyfiki kontuzji i aktualnego stanu pacjenta. Programowanie i strategia wprowadzania ćwiczeń z II filaru.

II dzień

8.00-11.00 Kontuzje przeciążeniowe kręgosłupa szyjnego, piersiowego (zespoły bólowe, whiplash, zawroty głowy) obręczy barkowej (zamrożony bark, staw barkowo - obojczykowy, zespół ciasnoty podbarkowej), łokcia (tenisisty, golfisty), tendinopatie (bicepsa, tricepsa); zespół cieśni nadgarstka. Specyfika wybranych patologii, przyczyny ich powstawania i strategia leczenia. III filar w treningu medycznym - przyczynowe oddziaływanie treningu w procesie usprawniania pacjentów.

Przerwa kawowa: 11.00-11.15

11.15-13.00 Fundamentalne wzorce ruchowe - ruchy push i pull, ruchy funkcjonalne i wielostawowe. Fundamentalne wzorce ruchowe: Push Up; Gorilla Row, Neck Press, Halo, Cuban Press.

Przerwa obiadowa: 13.00 - 13.30

13.30-16.30 Wykorzystanie specyfiki odważników kulowych kettlebells w treningu medycznym. Programowanie procesu usprawniania w oparciu o 3 filary. Indywidualizacja w procesie usprawniania pacjentów. Cel procesu usprawniania, Strategia, Planowanie. Q&A

16.30-17.00 Walidacja

Kurs trwa 24 godz. dydaktyczne, co stanowi 18 godz. zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 1h 45min. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna (szkoleniowa) = 45 min

Metoda weryfikacji obecności - lista obecności podpisywana przez uczestników kursu. Liczba godzin kursu obejmuje:

zajęcia teoretyczne - 8 godz. dydakt.

zajęcia praktyczne - 16 godz. dydakt.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 13

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 13 Idea kursu. Kooperacja specjalistów w procesie usprawniania pacjentów. Trening medyczny: definicja, cel, specyfika pacjenta.	Bartosz Rutowicz	06-10-2026	08:00	11:00	03:00
2 z 13 przerwa	Bartosz Rutowicz	06-10-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 13 Trzy filary w treningu medycznym. I filar w treningu medycznym: Postawa aktywna; Oddech w treningu siły i gibkości; Core: wydajność mięśni korpusu.	Sebastian Krawczyk	06-10-2026	11:15	13:00	01:45
4 z 13 przerwa	Sebastian Krawczyk	06-10-2026	13:00	13:30	00:30
5 z 13 Zabiegi chirurgiczne i urazy w obrębie kręgosłupa szyjnego, piersiowego i kończyny górnej. II filar w treningu medycznym.	Bartosz Rutowicz	06-10-2026	13:30	16:30	03:00
6 z 13 przerwa	Bartosz Rutowicz	06-10-2026	16:30	16:45	00:15
7 z 13 Ćwiczenia dedykowane dla pacjentów po zabiegach chirurgicznych.	Sebastian Krawczyk	06-10-2026	16:45	19:00	02:15
8 z 13 Kontuzje przeciążeniowe kręgosłupa szyjnego, piersiowego.	Bartosz Rutowicz	07-10-2026	08:00	11:00	03:00
9 z 13 przerwa	Bartosz Rutowicz	07-10-2026	11:00	11:15	00:15
10 z 13 Fundamentalne wzorce ruchowe.	Sebastian Krawczyk	07-10-2026	11:15	13:00	01:45
11 z 13 przerwa	Sebastian Krawczyk	07-10-2026	13:00	13:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 13 Wykorzystanie specyfiki odważników kulowych kettlebells w treningu medycznym.	Bartosz Rutowicz	07-10-2026	13:30	16:15	02:45
13 z 13 2 etap walidacji.	-	07-10-2026	16:15	16:45	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 100,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	87,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	87,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Bartosz Rutowicz

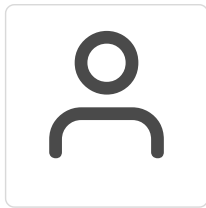
Fizjoterapia, rehabilitacja sportowa, rehabilitacja pourazowa.

Od wielu lat prowadzi własną praktykę rehabilitacyjną w prywatnym gabinecie. Obecnie pracuje na stanowisku asystenta w Katedrze i Zakładzie Anatomii Collegium Medicum na Uniwersytecie.

W 2004 r. ukończył studia magisterskie na kierunku Fizjoterapia, a w 2010 r. studia doktoranckie na AWF w Krakowie. W roku 2012 obronił pracę doktorską. Pierwsze lata jego przygody zawodowej skupiały się na edukacji podyplomowej, praktykowaniu zawodu oraz pracy ze studentami. W roku 2006 rozpoczął proces nostryfikacji dyplomu fizjoterapeuty w Nowym Jorku.

W 2008 r. założył firmę Rehalab, w której przeszkolił ponad 3000 fizjoterapeutów oraz lekarzy w kilkunastu krajach Europy w zakresie diagnostyki, leczenia zachowawczego, pooperacyjnego stawu kolanowego, obręczy barkowej, stawu skokowego i stopy. Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5

lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.



2 z 2

Sebastian Krawczyk

fizjoterapia, ortopedia

Pracuję głównie ze sportowcami i osobami po urazach ortopedycznych, pozostając w ścisłej współpracy z ortopedą i fizjoterapeutą. Jestem instruktorem sportu (snowboard, gimnastyka, sporty siłowe). W 2017 roku dołączyłem do elitarnego grona instruktorów Międzynarodowej Szkoły Strongfirst – The School of Strength. Jestem instruktorem SFG1 – StrongFirst Gira i SFB – StrongFirst Bodyweight training. Ze sportem mam do czynienia od 20 lat. Trenując boks i kick-boxingu w latach 1999-2003 zdobywałem medale na turniejach strefowych i ogólnopolskich. Byłem też członkiem kadry narodowej juniorów. Najważniejsze osiągnięcia: Mistrzostwo Polski (Junior), Kick-Boxing -1999; Wicemistrzostwo Polski (Młodzieżowiec), Kick-Boxing 2002; Wicemistrzostwo Polski (senior), Kick-Boxing 2003. Cały czas się rozwijam, szkole i nieustannie trenuję.. Aktualnie trening systemem Hardstyle Kettlebells, biegi górskie i trening usprawniający to najbliższe mi aktywności i formy ruchu.

W 2004 roku ukończył studia magisterskie na kierunku Fizjoterapia, a w 2010 roku studia doktoranckie na AWF im. Bronisława Czecha w Krakowie. W roku 2012 obronił pracę doktorską. Dyplomowany terapeuta Międzynarodowego Instytutu McKenziego, dyplomowany terapeuta PNF. 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

uczestnicy otrzymują skrypt autorstwa prowadzących kurs

Warunki uczestnictwa

Przed zapisem na kurs prosimy o kontakt z organizatorem w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.

W celu dokonania zgłoszenia na kurs należy wypełnić formularz zgłoszeniowy na stronie www.rehamax.com.pl i wypełniony przesłać na adres mailowy wraz z dokumentem potwierdzającym wykształcenie i informacją o formie płatności.

Informacje dodatkowe

1 godzina edukacyjna to 45 minut.

Każdy z uczestników otrzyma długopis oraz skrypt z treściami realizowanymi podczas kursu.

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.

Usługa adresowana jest również do uczestników projektów: , Małopolski pociąg do kariery - sezon 2, Nowy start w Małopolsce z EURESem.

Adres

ul. Hetmańska 40 a

35-001 Rzeszów

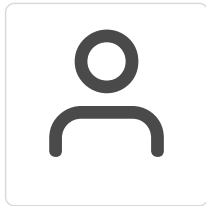
woj. podkarpackie

Sala szkoleniowa składająca się z dwóch części: sali na zajęcia teoretyczne oraz sali na zajęcia praktyczne . Sala w pełni wyposażona w sprzęt potrzebny do szkolenia: projektor, stoły rehabilitacyjne, materace do ćwiczeń, piłki terapeutyczne. Sprzęt pomocniczy. W budynku znajduje się zaplecze socjalne dla uczestników , toalety i szatnia.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Monika Korfanty

E-mail biuro@rehamax.com.pl

Telefon (+48) 512 220 494