



Kurs Terapia mięśniowo-powięziowych punktów spustowych

Numer usługi 2025/12/08/135249/3199549

1 400,00 PLN brutto
1 400,00 PLN netto
70,00 PLN brutto/h
70,00 PLN netto/h

Centrum

Szkoleniowe

MediKos Remigiusz

Gołąbek

★★★★★ 4,9 / 5

185 ocen

📍 Kielce

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 20:00 h

📅 29.08.2026 do 30.08.2026

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

5

Maksymalna liczba uczestników

24

Data zakończenia rekrutacji

28-08-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Cel

Cel edukacyjny

Celem kursu "Terapia Mięśniowo-Powięziowych Punktów Spustowych" jest wyposażenie uczestników w specjalistyczną wiedzę i umiejętności niezbędne do skutecznego diagnozowania i leczenia punktów spustowych w tkance mięśniowo-powięziowej. Kurs ma na celu nauczenie technik, które pozwalają na szybkie i efektywne rozluźnianie napięć mięśniowych, redukcję bólu oraz poprawę funkcji ruchowych u pacjentów z dolegliwościami związanymi z punktami spustowymi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje punkty spustowe oraz zaburzenia funkcjonalne, lokalizację mięśni w celu znalezienia punktu spustowego	Uczestnik definiuje i charakteryzuje punkty spustowe oraz zaburzenia funkcjonalne, do których mogą one prowadzić	Prezentacja
	Uczestnik charakteryzuje różne sposoby czynnościowej oceny i lokalizacji mięśni, w których jest największa szansa znalezienia punktu spustowego	Prezentacja
Uczestnik samodzielnie posługuje się konceptem pracy z punktami spustowymi w dysfunkcjach układu ruchu u pacjentów odczuwających dolegliwości bólowe	Uczestnik dokonuje wyboru miejsc poddawanych terapii, wskazywanych przez pacjenta, jako miejsca bolesne	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik lokalizuje punkty spustowe w określonych mięśniach oraz definiuje i posługuje się zasadami ich palpacji po dokonaniu wyboru dysfunkcyjnych mięśni	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik wykonuje różne techniki terapeutyczne w pracy ze zlokalizowanymi punktami spustowymi oraz właściwie dobiera techniki	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik jest świadomy przestrzegania praw pacjenta i zasad etyki zawodowej oraz potrzeby ciągłego kształcenia się	Uczestnik dąży do samodoskonalenia poprzez systematyczne aktualizowanie wiedzy i umiejętności	Debata swobodna
	Uczestnik posiada zdolność do kształtowania własnego rozwoju oraz autonomicznego i odpowiedzialnego uczestniczenia w życiu zawodowym i społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania	Debata swobodna

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 fizjologię człowieka.

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: 20 godzin dydaktyczne

Program kursu:

1. Wprowadzenie teoretyczne:

- Definicja i klasyfikacja punktów spustowych.
- Patofizjologia powstawania punktów spustowych.
- Czynniki predysponujące do ich rozwoju.
- Objawy kliniczne związane z obecnością punktów spustowych.

2. Diagnostyka punktów spustowych:

- Techniki palpacyjne służące identyfikacji punktów spustowych.
- Różnicowanie punktów spustowych od innych źródeł bólu.
- Wykorzystanie testów funkcjonalnych w diagnostyce.

3. Techniki terapeutyczne:

- Ucisk ischemiczny (technika ucisku punktu spustowego).
- Rozciąganie połączone z uciskiem.
- Techniki energii mięśniowej.
- Techniki rozluźniania pozycyjnego.
- Integracja technik terapii manualnej z terapią punktów spustowych.

4. Praktyczne zastosowanie terapii:

- Praca z punktami spustowymi w różnych grupach mięśniowych:
 - Mięśnie obręczy barkowej i kończyny górnej.
 - Mięśnie kręgosłupa szyjnego, piersiowego i lędźwiowego.
 - Mięśnie miednicy i kończyny dolnej.
- Ćwiczenia praktyczne z wykorzystaniem technik terapeutycznych.

5. Postępowanie po terapii:

- Zalecenia dla pacjentów po terapii punktów spustowych.
- Ćwiczenia rozciągające i wzmacniające wspomagające efekty terapii.
- Edukacja pacjenta w zakresie profilaktyki nawrotów dolegliwości.

6. Przeciwwskazania i środki ostrożności:

- Identyfikacja stanów, w których terapia punktów spustowych jest niewskazana.
- Omówienie potencjalnych skutków ubocznych terapii.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 17

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 17 Wprowadzenie do kursu.	Mateusz Kawalec	29-08-2026	09:00	09:15	00:15
2 z 17 Wprowadzenie teoretyczne	Mateusz Kawalec	29-08-2026	09:15	10:45	01:30
3 z 17 Przerwa	Mateusz Kawalec	29-08-2026	10:45	11:00	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 17 Wprowadzenie teoretyczne (kontynuacja): Objawy kliniczne związane z obecnością punktów spustowych.	Mateusz Kawalec	29-08-2026	11:00	12:30	01:30
5 z 17 Przerwa	Mateusz Kawalec	29-08-2026	12:30	13:00	00:30
6 z 17 Diagnostyka punktów spustowych (kontynuacja): Różnicowanie punktów spustowych od innych źródeł bólu. Wykorzystanie testów funkcjonalnych w diagnostyce.	Mateusz Kawalec	29-08-2026	13:00	14:30	01:30
7 z 17 Przerwa	Mateusz Kawalec	29-08-2026	14:30	14:45	00:15
8 z 17 Techniki terapeutyczne: Ucisk ischemiczny. Rozciąganie połączone z uciskiem.	Mateusz Kawalec	29-08-2026	14:45	17:30	02:45
9 z 17 Techniki terapeutyczne (kontynuacja): Techniki energii mięśniowej. Techniki rozluźniania pozycyjnego.	Mateusz Kawalec	30-08-2026	08:30	10:00	01:30
10 z 17 Przerwa	Mateusz Kawalec	30-08-2026	10:00	10:15	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 17 Praktyczne zastosowanie terapii: Praca z punktami spustowymi w mięśniach obręczy barkowej i kończyny górnej.	Mateusz Kawalec	30-08-2026	10:15	11:45	01:30
12 z 17 Przerwa	Mateusz Kawalec	30-08-2026	11:45	12:30	00:45
13 z 17 Praktyczne zastosowanie terapii (kontynuacja): Mięśnie kręgosłupa szyjnego, piersiowego i lędźwiowego. Mięśnie miednicy i kończyny dolnej.	Mateusz Kawalec	30-08-2026	12:30	13:45	01:15
14 z 17 Przerwa	Mateusz Kawalec	30-08-2026	13:45	14:00	00:15
15 z 17 Postępowanie po terapii: Zalecenia dla pacjentów, ćwiczenia rozciągające i wzmacniające. Edukacja pacjenta w zakresie profilaktyki.	Mateusz Kawalec	30-08-2026	14:00	16:00	02:00
16 z 17 Przeciwwskazania i środki ostrożności. Sesja pytań i odpowiedzi.	Mateusz Kawalec	30-08-2026	16:00	16:45	00:45
17 z 17 Walidacja i zakończenie kursu	-	30-08-2026	16:45	17:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 400,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 400,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	70,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	70,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Mateusz Kawalec

Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha w Krakowie na kierunku Rehabilitacja ruchowa. Pasjonat terapii manualnej i sportu.

Właściciel gabinetów fizjoterapii i dietetyki ACTIV-MED oraz klubu fitness SILVER GYM w Skarżysku-Kamiennej.

W swojej pracy skupia się na przygotowaniu motorycznym zawodników w celu poprawy wyników sportowych oraz przywracaniu pacjentów do pełnej sprawności. Specjalista w treningu medycznym, usprawnianiu osób z problemami bólowymi. Prowadzi zawodników różnych dyscyplin sportowych, a także osoby, które dążą do poprawy zdrowia i sylwetki.

Podczas współpracy skupia się na programowaniu treningu, personalizacji oraz skuteczności. Trening pod okiem fizjoterapeuty/ trenera daje nowe możliwości dla sportowca oraz zapobiega kontuzjom.

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. Bernardyńska 67A

25-716 Kielce

woj. świętokrzyskie

Miejsce szkolenia: Kawiarnia Grabina -ul. Bernardyńska 67A, 25-716 Kielce

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



REMIGIUSZ GOŁĄBEK

E-mail kontakt@medikos.com.pl

Telefon (+48) 600 447 765