



Kurs: Terapia Manualna w masażu – Głowa, kręgosłup szyjny i piersiowy, kończyna górna – w koncepcji Terapii Manualnej Rakowskiego

Numer usługi 2025/12/10/36350/3204450

2 000,00 PLN brutto
2 000,00 PLN netto
50,00 PLN brutto/h
50,00 PLN netto/h

Niepubliczna

Placówka

Kształcenia

Ustawicznego "MED
COACH"

★★★★★ 4,7 / 5

3 991 ocen

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 40:00 h

📅 26.10.2026 do 29.10.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do:

- techników masażystów,
- studentów III,IV i V roku fizjoterapii
- fizjoterapeutów legitymującymi się dokumentami potwierdzającymi odpowiednio ww. stopnie wykształcenia

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu "Małopolski pociąg do kariery - sezon 1" i/lub dla Uczestników Projektu "Nowy start w Małopolsce z EURESem".

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój (WUP w Toruniu)

Usługa rozwojowa adresowana również dla Uczestników projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe".

Do udziału w szkoleniu zapraszamy również uczestników projektów realizowanych przez innych Operatorów BUR. Usługa jest dostępna dla osób spełniających wymagania kwalifikacyjne, niezależnie od tego, z którego projektu lub operatora korzystają.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

30

Data zakończenia rekrutacji

21-10-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Cel

Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do kompleksowej terapii dysfunkcji kręgosłupa szyjnego i piersiowego, głowy oraz kończyny górnej zgodnie z koncepcją Terapii Manualnej Rakowskiego. Uczestnik zdobywa praktyczne umiejętności pracy z pacjentami bólowymi, rozwija kompetencje cenione w gabinetach i placówkach medycznych oraz podnosi standard swojej pracy terapeutycznej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik wyjaśnia zasady koncepcji Terapii Manualnej Rakowskiego i jej podstawy neurofizjologiczne	opisuje patogenezę dysfunkcji, definiuje czst, charakteryzuje bodźce zabiegowe	Test teoretyczny
Uczestnik rozpoznaje zespoły segmentarne w rejonie kręgosłupa szyjnego i piersiowego.	charakteryzuje objawy, wskazuje segment, różnicuje z konfliktem korzeniowym	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik prawidłowo przeprowadza badanie palpacyjne tkanek okołostawowych, więzadłowych i mięśniowych	prezentuje palpację, wskazuje wrażliwość, klasyfikuje tkanki	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik dobiera odpowiednie techniki manualne (mobilizacje uciskowe, trakcyjne, czynne) do rodzaju zespołu i fazy objawów	uzasadnia wybór techniki, określa przeciwwskazania, planuje seans	Test teoretyczny
Uczestnik prowadzi terapię w zespołach obręczy barkowej i kończyny górnej zgodnie z założeniami Rakowskiego	prezentuje technikę, zachowuje ciąg zabiegowy, kontroluje reakcje	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik ocenia i prowadzi postępowanie w stanach ostrych dolnego odcinka szyjnego	analizuje dokumentację, wykonuje testy różnicujące, określa kierunek wolny od bólu	Test teoretyczny
Uczestnik stosuje techniki manualne w obrębie systemu zuchwowo-gnykowo-czaszkowego oraz szlaku migrenowo-wegetatywnego	prezentuje mobilizacje wewnątrzustne/zewnątrzustne, ocenia reakcję tkanek	Analiza dowodów i deklaracji

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

Łączna liczba dni, w których zostanie przekazana wiedza oraz umiejętności praktyczne opisane w programie: 4 dni

Liczba godzin kursu: 40 h dydaktycznych, co stanowi 30 h zegarowych bez przerw (35h 30 min z przerwami).

Przerwy nie są wliczone do godzin dydaktycznych szkolenia, ale ujęte są w harmonogramie poniżej - **łącznie 5h 30 min zegarowych w ciągu 4 dni.**

* Przerwy w czasie kursu dostosowane będą do tempa pracy uczestników szkolenia oraz ich potrzeb.

Liczba godzin usługi (40) podana jest w godzinach edukacyjnych (45-minutowych).

ZAKRES TEMATYCZNY-HARMONOGRAM

1. Wprowadzenie do koncepcji Terapii Manualnej Rakowskiego.

- sfery osobowości, integrująca rola narządu ruchu
- dostęp do aferencji
- patogeneza dysfunkcji
- czynnościowa zmiana stanu tkanek czst (definicja, cechy, fazy rozwoju, rodzaje aktywności)
- bodźce zabiegowe
- techniki zabiegowe
- wskazania i przeciwwskazania
- seans zabiegowy
- reakcje pozabiegowe
- test kontrolny.

2. Zespoły segmentów ruchowych środkowego i górnego odcinka kręgosłupa piersiowego

- anatomia, patogeneza, objawy
- badanie

- przez wyrostki kolczyste

-wrażliwości uciskowej więzadeł nadkolcowych i międzykolcowych oraz tkanek okołostawowych stawów kręgosłupa

- terapia

- techniki trakcyjne przez wyrostki kolczyste i poprzeczne

3. Zespoły stawów żeber 1-7

- Anatomia, patogeneza, objawy
- badanie

- wrażliwość uciskowa tkanek okołostawowych stawów żeber

- postępowanie

- mobilizacje uciskowe tkanek okołostawowych stawów żebrowo-poprzecznych.

4. Zespoły mięśniowe

- anatomia, patogeneza, objawy

- zespół mięśnia biodrowo-żebrowego

- zespoły mięśni karku: mięsień czworoboczny grzbietu, dźwigacz łopatki, mięsień piersiowy, mięsień dwugłowy i trójgłowy ramienia, mięśnie przedramion.

- zespoły mięśni obręczy barkowej i kończyn górnych

- badanie
- postępowanie.

5. Zespoły struktur łącznotkankowych i okostnowych obręczy barkowej i kończyn górnych

- anatomia, patogeneza, objawy

- staw barkowo-objczykowy

- wyrostek kruczy łopatki

- przyczepy m. biodrowo-żebrowego na kątach żeber

- guzek podpanewkowy łopatki

- nadkłykieć boczny i przyśrodkowy kości ramiennej

- badanie

- wrażliwości uciskowej

- postępowanie

- mobilizacje uciskowe.

6. Zespoły segmentów ruchowych przejścia szyjno-piersiowego

- patogeneza, objawy

- zespoły szyjne dolne c6,c7,c8

- badanie

- różnicowanie z konfliktem korzeniowo-dyskowym

- terapia

-mobilizacje uciskowe tkanek okołostawowych stawów międzywyrastkowych odcinka szyjnego kręgosłupa

-mobilizacje uciskowe więzadeł międzykolcowych i nadkolcowych segmentów ruchowych górnego kręgosłupa piersiowego

7. Zespół bolesnego barku, łokcia, nadgarstka

- patogeneza, objawy
- badanie
- terapia.

8. Postępowanie w stanach ostrych dolnego odcinka kręgosłupa szyjnego

- patogeneza, objawy

-aktywny konflikt dyskowo-korzeniowy

- stany ostre pozakorzeniowe

- badanie

- analiza dokumentacji

- testy różnicujące

- określenia kierunków wolnych od bólu

- postępowanie

- terapia ułożeniowa

- mobilizacje czynne

- mobilizacje izometryczne

- inne techniki wspomagające

- różnicowanie z ostrym zespołem pozakorzeniowym segmentu ruchowego.

9. Zespoły połączenia głowowo-szyjnego

- badanie

- wrażliwość wyrostków poprzecznych c1, wyrostka kolczystego c2

- badanie kresy karkowej dolnej

- postępowanie

- technika pulsowaniem

- mobilizacje uciskowe

- mobilizacje czynne

- program „broda” czyli autoterapia

10. Zespoły mięśniowe

- anatomia, patogeneza, objawy

- zespół mięśni podpotylicznych

- badanie
- terapia.

11. Szlak migrenowo-wegetatywny – wsparcie masażysty w dolegliwościach migrenowych pacjenta

-mobilizacje skb przez rotacje talerzy biodrowych w przód i tył

12. Zespół dysfunkcji systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego (szgc) – wykorzystanie technik terapii manualnej w rejonie twarzoczaszki

- patogeneza, objawy
- badanie

- zewnątrzustne

- wewnątrzustne

- terapia

- trakcja

- mobilizacje uciskowe wewnętrzne, zewnętrzne struktur szógc
- mm. skroniowe
- mm. żwacze
- mm. skrzydłowe
- platyzma
- czepiec ścięgniasty

13. Walidacja

Warunki organizacyjne:

Forma szkolenia: trening /praca w parach połączone z wykładem, dyskusja, ćwiczenia.

- zajęcia teoretyczne prowadzone są w formie wykładu
- zajęcia praktyczne odbywają się w grupach dwuosobowych;
- podczas części praktycznej uczestnicy pracują w parach, na sobie nawzajem lub na modelach.
- każda para/grupa 2 osobowa ma do dyspozycji stanowisko pracy, na które składa się: leżanka, zestaw materiałów higieniczno-kosmetycznych

Warunki zaliczenia:

Obecność na kursie z frekwencją nie mniejszą niż 80% czasu trwania usługi, potwierdzona listą obecności podpisaną przez uczestnika, trenera oraz osobę upoważnioną z ramienia realizatora usługi.

Sposób walidacji:

Test pisemny z pytaniami otwartymi i/lub zaprezentowanie techniki. Część praktyczna szkolenia będzie nagrywana dla celów walidacyjnych.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 32

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 32 Wprowadzenie do koncepcji TMR – podstawowe pojęcia.	mgr Justyna Sieracka	26-10-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	26-10-2026	10:30	10:45	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 32 Zespoły segmentów ruchowych środkowego i górnego odcinka kręgosłupa piersiowego – patogeneza, objawy.	mgr Justyna Sieracka	26-10-2026	10:45	12:15	01:30
4 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	26-10-2026	12:15	12:30	00:15
5 z 32 Zespoły segmentów ruchowych środkowego i górnego odcinka kręgosłupa piersiowego. Badanie i terapia wrażliwości uciskowej struktur łącznotkankowych kręgosłupa piersiowego.	mgr Justyna Sieracka	26-10-2026	12:30	14:00	01:30
6 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	26-10-2026	14:00	15:00	01:00
7 z 32 Technika trakcyjna przez wyrostki kolczyste i wyrostki poprzeczne. Zespoły stawów żeber. Badanie i terapia wrażliwości uciskowej tkanek okołostawowych stawów żeber 1-12.	mgr Justyna Sieracka	26-10-2026	15:00	18:00	03:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 32 Zespoły segmentów ruchowych przejścia szyjno-piersiowego i środkowego odcinka kręgosłupa szyjnego - zespoły szyjne dolne, zespół bolesnego barku, łokcia, nadgarstka, kręcz karku.	mgr Justyna Sieracka	27-10-2026	08:00	09:30	01:30
9 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	27-10-2026	09:30	09:45	00:15
10 z 32 Badanie i terapia wrażliwości tkanek segmentów kręgosłupa szyjnego – pokaz, praktyka. Zespoły struktur łącznotkankowych i okostnowych obręczy barkowej i kończyn górnych – patogeneza, objawy.	mgr Justyna Sieracka	27-10-2026	09:45	11:15	01:30
11 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	27-10-2026	11:15	11:30	00:15
12 z 32 Badanie i terapia wrażliwości uciskowej struktur łącznotkankowych i okostnowych obręczy barkowej i kończyn górnych – pokaz, praktyka.	mgr Justyna Sieracka	27-10-2026	11:30	13:00	01:30
13 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	27-10-2026	13:00	14:00	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
14 z 32 Zespoły mięśniowe rejonu odcinka szyjnego i piersiowego kręgosłupa oraz obręczy barkowej – patogeneza, objawy. Techniki normalizacji w ww. zespołach mięśniowych – pokaz, praktyka.	mgr Justyna Sieracka	27-10-2026	14:00	16:00	02:00
15 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	27-10-2026	16:00	16:15	00:15
16 z 32 Techniki normalizacji w ww. zespołach mięśniowych – pokaz, praktyka - kontynuacja.	mgr Justyna Sieracka	27-10-2026	16:15	18:15	02:00
17 z 32 Postępowanie w stanach ostrych – różnicowanie, omówienie postępowania. Stany ostre - terapia ułożeniowa, mobilizacje czynne – pokaz, praktyka.	mgr Justyna Sieracka	28-10-2026	08:00	09:30	01:30
18 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	28-10-2026	09:30	09:45	00:15
19 z 32 Mobilizacje izometryczne dla odcinka szyjnego kręgosłupa – pokaz, praktyka. Powtórzenie technik badawczych i zabiegowych.	mgr Justyna Sieracka	28-10-2026	09:45	11:15	01:30
20 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	28-10-2026	11:15	11:30	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
21 z 32 Zespoły tkanek połączenia głowowo-szyjnego – patogeneza, objawy. Badanie rejonu połączenia głowowo-szyjnego – pokaz, praktyka.	mgr Justyna Sieracka	28-10-2026	11:30	13:00	01:30
22 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	28-10-2026	13:00	14:00	01:00
23 z 32 Techniki zabiegowe dla połączenia głowowo-szyjnego – pokaz, praktyka. Techniki normalizujące mięśnie podpotyliczne – pokaz, praktyka.	mgr Justyna Sieracka	28-10-2026	14:00	16:00	02:00
24 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	28-10-2026	16:00	16:15	00:15
25 z 32 Program „broda”. Szlak migrenowo-wegetatywny - mobilizacje skb przez rotacje talerzy biodrowych w przód i tył - pokaz, praktyka.	mgr Justyna Sieracka	28-10-2026	16:15	18:15	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
26 z 32 Szlak migrenowo-wegetatywny - mobilizacje skb przez rotacje talerzy biodrowych w przód i tył. Zespół dysfunkcji systemu zuchwowo-gnykowo-czaszkowego. Badanie i terapia zewnętrznie i wewnętrznie.	mgr Justyna Sieracka	29-10-2026	08:00	09:30	01:30
27 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	29-10-2026	09:30	09:45	00:15
28 z 32 Badanie i terapia zewnętrznie i wewnętrznie – pokaz, praktyka – cd.	mgr Justyna Sieracka	29-10-2026	09:45	11:15	01:30
29 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	29-10-2026	11:15	11:30	00:15
30 z 32 Techniki normalizujące mięśnie żwaczowe – pokaz, praktyka.	mgr Justyna Sieracka	29-10-2026	11:30	13:30	02:00
31 z 32 Przerwa	mgr Justyna Sieracka	29-10-2026	13:30	13:45	00:15
32 z 32 Walidacja	mgr Justyna Sieracka	29-10-2026	13:45	14:00	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 000,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto 2 000,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto 50,00 PLN

Koszt osobogodziny netto 50,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

mgr Justyna Sieracka

mgr rehabilitacji ruchowej – Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu - rehabilitacja ruchowa - rok ukończenia 1997. Fizjoterapeuta – numer prawa wykonywania zawodu: 15368

Terapeuta Manualny z IV° kompetencji TMR - Nauczyciel Dyplomowany

Aktywnie uczestniczy w szkoleniach, kursach, konferencjach i spotkaniach naukowych z zakresu fizjoterapii i Terapii Manualnej. W ciągu ostatnich 5 lat przeszkolił ponad 200 kursantów z Terapii Manualnej Rakowskiego.

Odbyte kursy i aktywność naukowa w ciągu ostatnich 5 lat:

- Fakultet dla studentów 3 roku fizjoterapii w Wyższej Szkole Edukacji i Terapii w Poznaniu. – 01 i 02 2025
- Holistyczna Szkoła Rodzenia – prowadzenie wykładów i zajęć praktycznych – od 2024 r. do chwili obecnej
- Cranial Nerves (CSCN) – Upledger Institute Poland - 2024
- SomatoEmocjonalne Uwolnienie moduł III – Upledger Institute Poland - 2024
- Terapia CranioSacralna Upledgera moduł II – Upledger Institute Poland - 2024
- Terapia CranioSacralna Upledgera moduł I – Upledger Institute Poland - 2023
- Zdrowie Kobiety – 2023
- Kurs Instruktorski Masażu Metodą Shantala – Szkoła Masażu Shantala i Terapii Funkcji Poznawczych – 2022
- Kurs Terapii Linii Środkowej - Szkoła Masażu Shantala i Terapii Funkcji Poznawczych – 2022
- Warsztaty Terapii Ręki – Szkoła Masażu Shantala i Terapii Funkcji Poznawczych – 2022
- Racjonalna Terapia Zachowania RTZ – Centrum Psychoterapii Integralnej – 2022

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Organizator zapewnia materiały szkoleniowe, takie jak: skrypt, notatnik, długopisy oraz dostęp do filmów instruktażowych.

Podczas ćwiczeń i nauki wykorzystywane są: stoły terapeutyczne (1 stół na parę), materace (dla każdego uczestnika), piłki terapeutyczne, pasy trakcyjne, poduszki (dla każdego uczestnika), rzutnik multimedialny, pomoce dydaktyczne np. plansze i modele anatomiczne.

Na Sali znajdować się będą modele anatomiczne: kręgosłup, szkielet całego człowieka, czaszka osteopatyczna.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa w szkoleniu jest :

1. Posiadanie ważnego numeru ID wsparcia
2. Zapisanie się na wybraną usługę przez stronę Med Coach (z zaznaczeniem opcji: Dofinansowanie BUR)
3. Przesłanie na adres: dofinansowania@med-coach.pl podpisanego oświadczenia dotyczącego udziału i pokrycia kosztów szkolenia, który zostanie automatycznie przesłany po zapisie.
4. W szkoleniu mogą wziąć udział osoby wskazane w sekcji "Grupa docelowa usługi"

Informacje dodatkowe

- Cena kursu nie zawiera kosztów wyżywienia, zakwaterowania i podróży.
- w liczbę godzin dydaktycznych kursu **nie są wliczone przerwy**
- Szkolenie jest zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 26 podpunkt a ustawa o VAT lub w przypadku kursów dofinansowanych ze środków publicznych w min. 70% zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 29 c.
- W zależności od wymogów Operatorów i kwot dofinansowań, mogą pojawić się dodatkowe dopłaty do kursu.
- **Godziny przerw są podane orientacyjnie- w zależności od dynamiki i tempa grupy- mogą ulec zmianie.**

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój

Zawarto umowę z Wojewódzki Urząd Pracy w Szczecinie na świadczenie usług rozwojowych z wykorzystaniem elektronicznych bonów szkoleniowych w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe

Adres

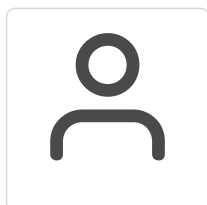
Kraków
Kraków
woj. małopolskie

Dokładny dojazd komunikacją miejską oraz samochodem zostanie podany w wiadomości od organizatora.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Anita Boczar-Lipińska

E-mail dofinansowania@med-coach.pl

Telefon (+48) 694 806 689