



CENTRUM
ZDROWIA GARBARY
64 SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚĆ
CIĄ
★★★★★ 4,8 / 5
137 ocen

Szkolenie: Diagnostyka i terapia tkanek miękkich

Numer usługi 2026/01/02/178006/3236709

5 650,00 PLN brutto
5 650,00 PLN netto
57,65 PLN brutto/h
57,65 PLN netto/h

📍 Szczecin / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 98 h

📅 06.02.2026 do 10.05.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest dla:

- fizjoterapeutów/osteopatów/masażystów/terapeutów manualnych/lekarzy,
- studentów powyższych kierunków,
- uczestnik kursu powinien posiadać podstawową wiedzę o anatomii ciała ludzkiego,
- Organizator zastrzega sobie prawo do poproszenia o okazanie dokumentów potwierdzających posiadanie wymaganego wykształcenia, lub zaświadczenia jeśli kursant jest w trakcie nauki.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

40

Data zakończenia rekrutacji

05-02-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

98

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest przygotowanie uczestników do samodzielnego i bezpiecznego prowadzenia terapii pacjentów z dolegliwościami bólowymi poprzez rozwój kompetencji w zakresie diagnostyki funkcjonalnej, terapii tkanek miękkich, mięśniowo-powięziowych punktów spustowych, masażu tkanek głębokich oraz terapii kręgosłupa, z uwzględnieniem zależności strukturalnych, posturalnych, neurologicznych i trzewnych oraz planowania indywidualnego postępowania terapeutycznego opartego na analizie klinicznej.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza Uczestnik definiuje, rozróżnia i charakteryzuje mechanizmy powstawania zaburzeń mięśniowo-powięziowych, punktów spustowych, dysfunkcji posturalnych oraz schorzeń kręgosłupa, uzasadnia dobór metod terapeutycznych (MTrPs, MPR, MTG, techniki manualne kręgosłupa) w oparciu o anatomię funkcjonalną, biomechanikę, zależności neurologiczne i kryteria bezpieczeństwa.	Poprawne merytorycznie wyjaśnia zależności anatomiczne i patofizjologiczne oraz trafnie uzasadnia dobór techniki terapeutycznej do problemu klinicznego.	Test teoretyczny
Umiejętności Uczestnik planuje, wykonuje, monitoruje i ocenia proces diagnostyczno-terapeutyczny, obsługuje techniki palpacyjne i manualne, projektuje indywidualny plan terapii tkanek miękkich i kręgosłupa oraz kontroluje bezpieczeństwo i skuteczność zastosowanych procedur w pracy z pacjentem.	Prawidłowo przeprowadza badanie funkcjonalne, dobiera i wykonuje techniki terapeutyczne oraz modyfikuje plan terapii na podstawie uzyskanych efektów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Kompetencje społeczne Uczestnik organizuje i nadzoruje własną pracę terapeutyczną, ocenia swoje kompetencje, komunikuje się w sposób profesjonalny z pacjentem i zespołem terapeutycznym oraz ponosi odpowiedzialność za bezpieczeństwo i jakość prowadzonej terapii.	Wykazuje postawę etyczną, przestrzega zasad bezpieczeństwa, efektywnie komunikuje się i współpracuje podczas realizacji zadań terapeutycznych.	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

Sposób realizacji zajęć:

Część teoretyczna zajęć będzie prowadzona z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wyświetlonej za pomocą projektora multimedialnego. Uczestnicy będą korzystali ze skryptów. Sala wyposażona będzie w krzesła i sprzęt rehabilitacyjny – stoły.

Zajęcia praktyczne odbywają się głównie na stołach rehabilitacyjnych, na jeden stół przypadają 2 osoby. Jeśli będzie nieparzysta liczba osób to będzie jedna trójka przy stole. Kursanci wykonują techniki na sobie nawzajem. Każdy uczestnik ma możliwość przećwiczenia każdej z technik. Cały sprzęt wykorzystywany do realizacji szkolenia zapewniony jest przez instytucję. W trakcie trwania szkolenia jest ogólnodostępny dla kursantów.

Czas trwania: 98 godzin zegarowych (w zakres godzinowy kursu są wliczane przerwy)

Godziny kursu :

Moduł 1: Terapia punktów spustowych (MTrPS) i Mięśniowo-powięziowe rozluźnianie (MPR)

Termin 23-26 kwietnia 2026

Godziny kursu :

- czwartek - 11-17
- piątek - 9-17
- sobota - 9-17
- niedziela - 9-13

Teoria+praktyka - część teoretyczna jest zawsze wplatana w ćwiczenia protyczne - omówienie każdej metody przed przystąpieniem do ćwiczeń.

Dzień 1. Zajęcia teoretyczne:

godziny: 11:00-12:30

Punkty spustowe – definicja, fizjologia i klasyfikacja.

Podstawy zaburzeń bólowych struktura mięśniowo – powięziowa.

Czynniki sprzyjające powstawaniu punktów spustowych.

Zaburzenia postawy – punkty spustowe.

Przeciwwskazania do terapii.

Sposoby lokalizacji i palpacji punktów spustowych – uważność i kryteria jako istotne narzędzie badawcze.

Metody i skuteczne techniki terapeutyczne wspomagające prace na punktach spustowych MPR, PRT, PIR

Dzień 1. Zajęcia praktyczne:

godziny: 12:30-17:00

Opracowanie górnego kwadrantu ciała ze szczególnym uwzględnieniem mięśni oddechowych.

Kliniczne warianty w ujęciu terapeutycznym:

- Napięciowe bóle głowy
- Zaburzenia snu
- Zaburzenia pracy mm. Oddechowych
- Zespół górnego otworu klatki piersiowej TOS
- Bolesny bark – zapalenie stożka rotatorów
- Dysfunkcje stawu skroniowo – żuchwowego TMJ
- Łokieć tenisisty – golfisty
- Zespół cieśni nadgarstka

Mięśnie oddechowe – obręcz barkowa.

Techniki: TP, MPR, PRT, PIR

- Czworoboczny – trapezowy
- MOS – praca z nerwem dodatkowym
- Pochyłe
- Piersiowy większy
- Piersiowy mniejszy
- Podobojczykowy – 1 żebro
- Przepona
- Zębaty przedni

Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .

Dzień 2. Zajęcia praktyczne:

godziny: 9:00-17:00

Terapia w obszarze odcinka szyjnego C – czaszka, obręcz barkowa – kończyna górna.

Kliniczne warianty w ujęciu terapeutycznym:

- Napięciowe bóle głowy
- Zaburzenia snu
- Zaburzenia pracy mm. Oddechowych
- Zespół górnego otworu klatki piersiowej TOS
- Bolesny bark – zapalenie stożka rotatorów
- Dysfunkcje stawu skroniowo – żuchwowego TMJ
- Łokieć tenisisty – golfisty
- Zespół cieśni nadgarstka

Techniki: TP, MPR, PRT, PIR

- Żwacz – praca od strony jamy ustnej TMJ
- Skroniowy – relaksacja
- MOS – n. dodatkowy, n. błędny
- Rotatory zew. i wew. staw ramienny
- Dwugłowy i trójąłowy ramienia
- Prostowniki i zginacze nadgarstka i palców

Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury.

DZIEŃ 3. Zajęcia praktyczne:

godziny: 9:00-17:00

Terapia w obszarze odcinka L-S (opracowanie dolnego kwadrantu, kończyna dolna)

Kliniczne warianty w ujęciu terapeutycznym:

- Zespół pasma biodrowo – piszczelowego ITBS

- Rwa kulszowa – ischialgia
- Shin splints – zespół bolesnego podudzia
- Plantar fasciitis - Ból podeszwy stopy

Techniki: TP,MPR, PRT, PIR

- Biodrowo – lędźwiowy
- Węzadło pachwinowe
- Pośladkowy wielki
- Pośladkowy średni
- Gruszkowaty
- Naprężacz powięzi szerokiej
- Krawiecki
- Prosty uda, obszerny boczny, przyśrodkowy
- Dwugłowy uda
- Piszczelowy przedni – troczki

Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .

Dzień 4. Zajęcia praktyczne:

godziny: 9:00-13:00

Terapia w obszarze kończyny dolnej podudzie oraz stopa.

Kliniczne warianty w ujęciu terapeutycznym:

- Zespół pasma biodrowo – piszczelowego ITBS
- Rwa kulszowa – ischialgia
- Shin splints – zespół bolesnego podudzia
- Plantar fasciitis - Ból podeszwy stopy

Techniki: TP, MPR, PRT, PIR

- Brzuchaty łydki
- Płaszczkowaty
- Strzałkowy długi i krótki
- Rozciągnio stopy - łuk boczny

Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .

Moduł 2: Masaż tkanek głębokich

Część 1: Termin: 6-8 luty 2026

Część 2: Termin 20-22 marca 2026

Godziny kursu :

Część 1: termin 06-08 luty 2026

- piątek - 10-18
- sobota - 09-17
- niedziela - 08-16

Część 2: termin 20-22 marca 2026

- piątek - 10-18
- sobota - 09-17
- niedziela - 08-16

Część teoretyczna modułu masaż tkanek głębokich:

- Definicja masażu tkanek głębokich i przedstawienie filozofii koncepcji.
- Zasady masażu tkanek głębokich.
- Rodzaj chwytów stosowanych w MTG i kierunek ruchów.
- Narzędzia pracy w MTG.
- Ergonomia pracy terapeuty.

- Sposób myślenia zgodnie z koncepcją MTG i strategię pracy w MTG.
- Czytanie ciała i zasady strukturalnej pracy z ciałem.
- Plan pracy w serii spotkań terapeutycznych (Plan dla serii 10 i 6 spotkań).

Część praktyczna modułu masaż tkanek głębokich:

- Ocena wizualna ciała (bodyreading)
- Badanie całego ciała (screening ciała)
- Stawianie diagnozy
- Diagnostyka naczyniowa, neurologiczna, diagnostyka różnicowa jamy brzusznej, testy kliniczne i ortopedyczne
- Relacja struktur w taśmach mięśniowo-powięziowych i transmisja napięć w ich obrębie
- Palpacja struktur poddawanych terapii
- Struktury mięśniowo-powięziowe oraz aspekty terapeutyczne i diagnostyczne podejmowane podczas kursu

1 CZĘŚĆ MODUŁU

- Terapia w obrębie taśm: tylnej, przedniej powierzchownej i głębokiej, bocznej, skośnej
- Testy funkcjonalne, naczyniowe i neurologiczne w obrębie odcinka szyjnego
- Praca na strukturach anatomicznych:
 - Prostownik grzbietu
 - Prostowniki głowy i szyi
 - Mięśnie podpotyliczne
 - Czepiec ścięgniasty
 - Mięsień czworoboczny grzbietu
 - Dźwigacz łopatki
 - Mostkowo-obończykowo-sutkowym
 - Żwacz, skroniowy, czołowy
- Ocena wizualna i funkcjonalna klatki piersiowej
- Mobilizacja mostka
- Mobilizacje żeber
- Mięsień piersiowy większy i mniejszy
- mięśnie międzyżebrowe
- Podobojczykowy
- Badanie i diagnostyka różnicowa jamy brzusznej
- Praca na strukturach anatomicznych:
 - Mięsień prosty, skośne brzucha, mięsień piramidowy
 - Mięśnie pochyle
 - Przepona oddechowej
 - Mięsień biodrowy i lędźwiowy
 - Czworoboczny lędźwi
 - Gruszkowaty
 - Pośladkowy wielki
- Tkanki w obszarze kości krzyżowej i ogonowej

2 CZĘŚĆ MODUŁU

- Ocena wizualna ciała
- Praca w obrębie taśm: tylnej, przedniej, skośnej, bocznej, kończyn górnych
- Praca na strukturach anatomicznych:
 - Więzadło krzyżowo-guzowe
 - Mięśnie kulszowo-goleniowe
 - Trójęłowy łydki
 - Ścięgno Achillesa
 - Guz piętowy
 - Rozciągnio podeszwowe
 - Czworojęłowy uda
 - Więzadło pachwinowe
 - Rzepka i system powięziowy kolana
 - Piszczelowy przedni i powięź grzbietowa stopy
 - Pasma biodrowo-piszczelowe i naprężacz powięzi szerokiej
 - Mobilizacja stawu biodrowego
 - Pośladkowy średni
 - Obszar okołokrętarzowy
 - Mięśnie strzałkowe

- Mięśnie przywodziciele uda
- Głębokie zginacze stawu skokowego
- Diagnostyka rejonu łopatki, ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna
- Praca na strukturach anatomicznych
- Mięsień równoległoboczny
- Najszerszy grzbietu
- Zębaty przedni
- Mięśnie obłe
- Mięsień nad- i podgrzebieniowy
- Naramienny
- Trójęglowy i dwugłowy ramienia
- Mięśnie zginacze i prostowniki stawu nadgarstkowego
- Mięśnie dłoni

Moduł 3: Kręgosłup. Diagnostyka i terapia

Termin i godziny:

Termin 08-10 maja 2026

- poniedziałek - 10-18
- wtorek - 10-18
- środa - 9-17

Zakres tematyczny

MIEDNICA (część teoretyczna)

- Choroby i dolegliwości kompleksu miednicznego.
- Kliniczne aspekty terapii miednicy.
- Relacje naczyniowe, neurologiczne, mechaniczne rejonu miednicy.
- Relacje trzewne miednicy.
- Czerwone flagi.

MIEDNICA (część praktyczna)

- Badanie ortopedyczne miednicy.
- Badanie stawów krzyżowo-biodrowych.
- Badanie talerzy biodrowych (rotacja przednia-tylna, upslip/downslip, outflare/downflare).
- Badanie spojenia łonowego.
- Badanie kości krzyżowej.
- Terapia dla kości krzyżowej w nutacji.
- Terapia dla kości krzyżowej w kontrnutacji.
- Terapia dla kości krzyżowej w rotacji lewej/prawej.
- Terapia dla talerzy biodrowych ustawionych w rotacji przedniej.
- Terapia dla talerzy biodrowych ustawionych w rotacji tylnej.
- Terapia dla spojenia łonowego przesunięciu górnym.
- Terapia dla spojenia łonowego przesunięciu dolnym.
- Terapia dla zablokowanego spojenia łonowego.
- Terapia dla stawów krzyżowo-biodrowych.
- Balansowanie kości krzyżowej.

KRĘGOSŁUP ŁĘDŹWIOWY (część teoretyczna)

- Choroby i dolegliwości odcinka lędźwiowego kręgosłupa.
- Kliniczne aspekty terapii kręgosłupa lędźwiowego.
- Relacje naczyniowe, neurologiczne, mechaniczne kręgosłupa lędźwiowego
- Relacje trzewne kręgosłupa lędźwiowego.
- Czerwone flagi

KRĘGOSŁUP ŁĘDŹWIOWY (część praktyczna)

- Badanie neurologiczne odcinka lędźwiowego.
- Badanie segmentów kręgosłupa lędźwiowego w siadzie.
- Badanie segmentów kręgosłupa lędźwiowego w leżeniu bokiem.
- Badanie segmentów kręgosłupa lędźwiowego w leżeniu przodem.

- Techniki mobilizacji zablokowanych segmentów kręgosłupa lędźwiowego.
- Terapia kręgosłupa w zależności od określonej dysfunkcji na podstawie badania.
- Terapia „manipulacji bez manipulacji”.
- Techniki MET dla zablokowanych segmentów lędźwiowych.
- Technika manipulacji odcinka lędźwiowego.

KRĘGOSŁUP PIERSIOWY, ŻEBRA, MOSTEK (część teoretyczna)

- Choroby i dolegliwości kompleksu piersiowego.
- Kliniczne aspekty terapii odcinka piersiowego i żeber.
- Relacje naczyniowe, neurologiczne, mechaniczne rejonu odcinka piersiowego.
- Relacje trzewne odcinka piersiowego.
- Czerwone flagi.

KRĘGOSŁUP PIERSIOWY, ŻEBRA, MOSTEK (część praktyczna)

- Badanie neurologiczne kręgosłupa piersiowego.
- Badanie ortopedyczne kręgosłupa piersiowego.
- Badania kręgosłupa piersiowego.
- Badanie żeber.
- Badanie mostka.
- Techniki terapeutyczne dla mostka w relacji z żebrami oraz osierdziem.

WALIDACJA

Walidacja umiejętności prowadzona przez walidatora usługi. Walidator nie ingeruje w proces kształcenia.

Do przeprowadzenia walidacji wykorzystane zostaną metody: obserwacja w warunkach symulowanych (w trakcie trwania kursu) oraz "test teoretyczny" dla części teoretycznej przeprowadzony po zakończeniu części eduk

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 104

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 104 Wprowadzenie do metody MTG, jej filozofii i zastosowania. Ocena wizualna oraz screeningowe badanie ciała pacjenta.	Łukasz Skibiński	06-02-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 104 Przerwa	Łukasz Skibiński	06-02-2026	11:00	11:15	00:15
3 z 104 Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu w pozycji leżącej.	Łukasz Skibiński	06-02-2026	11:15	13:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 104 Przerwa obiadowa	Łukasz Skibiński	06-02-2026	13:00	13:45	00:45
5 z 104 Omówienie oraz opracowanie struktur taśmy tylnej w tym prostownika grzbietu z włączeniem funkcji zginania grzbietu, elongacji, skrętu tułowia i wyprost	Łukasz Skibiński	06-02-2026	13:45	15:45	02:00
6 z 104 Omówienie oraz opracowanie mięśni podpotylicznych, czepca ścięgnistego i mięśnia czołowego.	Łukasz Skibiński	06-02-2026	15:45	17:00	01:15
7 z 104 Opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatk, prostowników głowy i szyi w pozycji leżącej.	Łukasz Skibiński	07-02-2026	08:00	10:00	02:00
8 z 104 Omówienie oraz opracowanie struktur głowy w tym mięśni żwacza, skroniowego badanie funkcjonalne odcinka szyjnego, terapia mięśnia mostkowo-obojczykowo-sutkowego	Łukasz Skibiński	07-02-2026	09:00	11:00	02:00
9 z 104 Przerwa	Łukasz Skibiński	07-02-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 104 Omówienie i wykonania badania jamy brzusznej, omówienie i opracowanie rejonu powłok brzusznych w tym mięśni prostego brzucha, skośnych zewnętrznych brzucha i mięśni piramidowych.	Łukasz Skibiński	07-02-2026	11:15	13:00	01:45
11 z 104 Przerwa	Łukasz Skibiński	07-02-2026	13:00	13:45	00:45
12 z 104 Ocena wizualna klatki piersiowej, omówienie typów, opracowanie globalnej terapii klatki piersiowej, mięśni piersiowych większych, mniejszych, podobojczykowych.	Łukasz Skibiński	07-02-2026	13:45	15:45	02:00
13 z 104 Omówienie i opracowanie mięśni czworobocznego grzbietu, dźwigacza łopatki, prostowników głowy i szyi w pozycji siedzącej.	Łukasz Skibiński	07-02-2026	15:45	17:00	01:15
14 z 104 Omówienie i opracowanie mięśni pochyłych przednich i przepony.	Łukasz Skibiński	08-02-2026	10:00	10:15	00:15
15 z 104 Przerwa	Łukasz Skibiński	08-02-2026	10:15	10:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
16 z 104 Omówienie i opracowanie mięśnia lędźwiowego i biodrowego	Łukasz Skibiński	08-02-2026	10:30	12:45	02:15
17 z 104 Przerwa obiadowa	Łukasz Skibiński	08-02-2026	12:45	13:15	00:30
18 z 104 Omówienie i opracowanie mięśnia czworobocznego lędźwi w pozycji leżącej.	Łukasz Skibiński	08-02-2026	13:15	14:30	01:15
19 z 104 Omówienie i opracowanie mięśnia pośladkowego wielkiego i gruszkowatego	Łukasz Skibiński	08-02-2026	14:30	15:40	01:10
20 z 104 Omówienie i opracowanie tkanek w rejonie kości krzyżowej i ogonowej. ~podsumowanie i zakończenie 1 modułu.	Łukasz Skibiński	08-02-2026	15:40	16:00	00:20
21 z 104 Wprowadzenie do zagadnień związanych z kończyną dolną, ocena wizualna kończyny dolnej. Omówienie i opracowanie struktur mięśni kulszowo-goleniowych.	Łukasz Skibiński	20-03-2026	09:00	11:00	02:00
22 z 104 Przerwa	Łukasz Skibiński	20-03-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
23 z 104 Omówienie i opracowanie mięśni trójdłowego łydki oraz rejonu rozciągna podeszwowego i stopy.	Łukasz Skibiński	20-03-2026	11:15	13:00	01:45
24 z 104 Przerwa obiadowa	Łukasz Skibiński	20-03-2026	13:00	13:45	00:45
25 z 104 Opracowanie rejonu rozciągna podeszwowego i stopy.	Łukasz Skibiński	20-03-2026	13:45	15:45	02:00
26 z 104 Omówienie i opracowanie rejonu stawu kolanowego, rzepki, mięśnia czworogłowego uda	Łukasz Skibiński	20-03-2026	15:45	17:00	01:15
27 z 104 Omówienie i opracowanie rejonu pasma biodrowo-piszczelowego oraz naprężacza powięzi szerokiej i mięśnia pośladkowego średniego.	Łukasz Skibiński	21-03-2026	09:00	11:00	02:00
28 z 104 Przerwa	Łukasz Skibiński	21-03-2026	11:00	11:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
29 z 104 Omówienie i opracowanie mięśni strzałkowych, obszaru przedniej strony podudzia z mięśniami piszczelowym przednim i prostownikami stawu skokowego.	Łukasz Skibiński	21-03-2026	11:15	13:00	01:45
30 z 104 Przerwa obiadowa	Łukasz Skibiński	21-03-2026	13:00	13:45	00:45
31 z 104 Omówienie i opracowanie mięśni przywodzicieli uda, ścięgien zginaczy uda, więzadła pachwinowego.	Łukasz Skibiński	21-03-2026	13:45	15:45	02:00
32 z 104 Omówienie i opracowanie przyśrodkowej strony podudzia. Ocena wizualna, funkcjonalna i palpacyjna rejonu łopatki	Łukasz Skibiński	21-03-2026	15:45	17:00	01:15
33 z 104 Omówienie i opracowanie mięśni równoległobocznych, najszerzego grzbietu, czworobocznego części wstępującej.	Łukasz Skibiński	22-03-2026	08:00	10:00	02:00
34 z 104 Przerwa	Łukasz Skibiński	22-03-2026	10:00	10:15	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
35 z 104 Omówienie i opracowanie mięśni rotatorów zewnętrznych i wewnętrznych stawu ramennego, mięśnia zębatego przedniego, nadgrzebieniowego, naramiennego.	Łukasz Skibiński	22-03-2026	10:15	12:00	01:45
36 z 104 Przerwa	Łukasz Skibiński	22-03-2026	12:00	12:45	00:45
37 z 104 Omówienie i opracowanie mięśni trójdłowego ramienia, dwugłowego ramienia i zginaczy stawu łokciowego	Łukasz Skibiński	22-03-2026	12:45	14:30	01:45
38 z 104 Omówienie i opracowanie mięśni zginaczy dłoniowych i grzbietowych nadgarstka oraz mięśni dłoni. Podsumowanie i zakończenie kursu. Wręczenie dyplomów.	Łukasz Skibiński	22-03-2026	14:30	16:00	01:30
39 z 104 Punkty spustowe – definicja, fizjologia i klasyfikacja.	Paweł Szeklicki	23-04-2026	11:00	11:15	00:15
40 z 104 Podstawy zaburzeń bólowych struktura mięśniowo – powięziowa.	Paweł Szeklicki	23-04-2026	11:15	11:30	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
41 z 104 Czynniki sprzyjające powstawaniu punktów spustowych.	Paweł Szeklicki	23-04-2026	11:30	11:40	00:10
42 z 104 Zaburzenia postawy – punkty spustowe. Przeciwwskazania do terapii.	Paweł Szeklicki	23-04-2026	11:40	11:50	00:10
43 z 104 Sposoby lokalizacji i palpacji punktów spustowych – uważność i kryteria jako istotne narzędzie badawcze.	Paweł Szeklicki	23-04-2026	11:50	12:00	00:10
44 z 104 Metody i skuteczne techniki terapeutyczne wspomagające prace na punktach spustowych MPR, PRT, PIR	Paweł Szeklicki	23-04-2026	12:00	12:15	00:15
45 z 104 Przerwa	Paweł Szeklicki	23-04-2026	12:15	12:30	00:15
46 z 104 Mięśnie oddechowe – obręcz barkowa. Techniki: TP, MPR, PRT, PIR. Czworoboczny – trapezowy	Paweł Szeklicki	23-04-2026	12:30	13:00	00:30
47 z 104 MOS – praca z nerwem dodatkowym.	Paweł Szeklicki	23-04-2026	13:00	13:30	00:30
48 z 104 Pochyłe	Paweł Szeklicki	23-04-2026	13:30	14:00	00:30
49 z 104 Piersiowy większy .	Paweł Szeklicki	23-04-2026	14:00	14:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
50 z 104 Piersiowy mniejszy.	Paweł Szeklicki	23-04-2026	14:30	15:00	00:30
51 z 104 Przerwa	Paweł Szeklicki	23-04-2026	15:00	15:40	00:40
52 z 104 Podobojczykowy – 1 żebro	Paweł Szeklicki	23-04-2026	15:40	16:00	00:20
53 z 104 Przepona	Paweł Szeklicki	23-04-2026	16:00	16:30	00:30
54 z 104 Zębaty przedni	Paweł Szeklicki	23-04-2026	16:30	17:00	00:30
55 z 104 Żwacz – praca od strony jamy ustnej TMJ.	Paweł Szeklicki	24-04-2026	09:00	09:40	00:40
56 z 104 Skroniowy – relaksacja	Paweł Szeklicki	24-04-2026	09:40	10:20	00:40
57 z 104 MOS – n. dodatkowy, n. błędny .	Paweł Szeklicki	24-04-2026	10:20	11:00	00:40
58 z 104 Przerwa	Paweł Szeklicki	24-04-2026	11:00	11:15	00:15
59 z 104 Rotatory zew. i wew. staw ramienny.	Paweł Szeklicki	24-04-2026	11:15	13:15	02:00
60 z 104 Przerwa	Paweł Szeklicki	24-04-2026	13:15	14:00	00:45
61 z 104 Dwugłowy i trójgłowy ramienia.	Paweł Szeklicki	24-04-2026	14:00	15:10	01:10
62 z 104 Prostowniki i zginacze nadgarstka i palców .	Paweł Szeklicki	24-04-2026	15:10	15:45	00:35
63 z 104 Przerwa	Paweł Szeklicki	24-04-2026	15:45	16:00	00:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
64 z 104 Prostowniki i zginacze nadgarstka i palców.	Paweł Szeklicki	24-04-2026	16:00	17:00	01:00
65 z 104 Techniki: TP,MPR, PRT, PIR. Biodrowo – lędźwiowy	Paweł Szeklicki	25-04-2026	09:00	09:40	00:40
66 z 104 Więzadło pachwinowe	Paweł Szeklicki	25-04-2026	09:40	10:00	00:20
67 z 104 Pośladowy wielki	Paweł Szeklicki	25-04-2026	10:00	10:30	00:30
68 z 104 Pośladowy średni	Paweł Szeklicki	25-04-2026	10:30	11:00	00:30
69 z 104 Przerwa	Paweł Szeklicki	25-04-2026	11:00	11:15	00:15
70 z 104 Gruszkowaty	Paweł Szeklicki	25-04-2026	11:15	12:00	00:45
71 z 104 Naprężacz powięzi szerokiej	Paweł Szeklicki	25-04-2026	12:00	12:40	00:40
72 z 104 Krawiecki	Paweł Szeklicki	25-04-2026	12:40	13:00	00:20
73 z 104 Przerwa	Paweł Szeklicki	25-04-2026	13:00	14:00	01:00
74 z 104 Prosty uda, obszerny boczny, przyśrodkowy	Paweł Szeklicki	25-04-2026	14:00	15:45	01:45
75 z 104 Przerwa	Paweł Szeklicki	25-04-2026	15:45	16:00	00:15
76 z 104 Dwugłowy uda.	Paweł Szeklicki	25-04-2026	16:00	16:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
77 z 104 Piszczelowy przedni. Przedstawienie koncepcji terapeutycznej MTrPs w ujęciu zasad działania postawy – postury .	Paweł Szeklicki	25-04-2026	16:30	17:00	00:30
78 z 104 Brzuchaty łydki	Paweł Szeklicki	26-04-2026	09:00	09:45	00:45
79 z 104 Płaszczkowaty	Paweł Szeklicki	26-04-2026	09:45	10:30	00:45
80 z 104 Przerwa	Paweł Szeklicki	26-04-2026	10:30	11:00	00:30
81 z 104 Strzałkowy długi i krótki	Paweł Szeklicki	26-04-2026	11:00	11:45	00:45
82 z 104 Rozciągnięno stopy - łuk boczny	Paweł Szeklicki	26-04-2026	11:45	12:15	00:30
83 z 104 Powtórzenie wybranych zagadnień - dodatkowe pytania	Paweł Szeklicki	26-04-2026	12:15	13:00	00:45
84 z 104 wstęp. Zasady terapii, filozofia pracy. Miednica. Informacje teoretyczne. Badanie miednicy.	-	08-05-2026	10:00	12:00	02:00
85 z 104 Przerwa	-	08-05-2026	12:00	12:15	00:15
86 z 104 Techniki terapeutyczne w obrębie kompleksu miedniczego cz.1	-	08-05-2026	12:15	14:00	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
87 z 104 Przerwa	-	08-05-2026	14:00	14:45	00:45
88 z 104 Techniki terapeutyczne w obrębie kompleksu miedniczego cz.2	-	08-05-2026	14:45	16:45	02:00
89 z 104 Kręgosłup lędźwiowy. Informacje teoretyczne. Badanie kręgosłupa lędźwiowego.	-	08-05-2026	16:45	18:00	01:15
90 z 104 Techniki terapeutyczne dla kręgosłupa lędźwiowego cz.1	-	09-05-2026	10:00	12:00	02:00
91 z 104 Przerwa	-	09-05-2026	12:00	12:15	00:15
92 z 104 Techniki terapeutyczne dla kręgosłupa lędźwiowego cz.2	-	09-05-2026	12:15	14:00	01:45
93 z 104 Przerwa	-	09-05-2026	14:00	14:45	00:45
94 z 104 Klatka piersiowa. Informacje teoretyczne. Badanie odcinka piersiowego.	-	09-05-2026	14:45	16:45	02:00
95 z 104 Techniki terapeutyczne dla odcinka piersiowego i klatki piersiowej cz.1	-	09-05-2026	16:45	18:00	01:15
96 z 104 Techniki terapeutyczne dla odcinka piersiowego i klatki piersiowej cz.2	-	10-05-2026	09:00	09:45	00:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
97 z 104 Odcinek szyjny. Informacje wstępne. Badanie odcinka szyjnego.	-	10-05-2026	09:45	11:00	01:15
98 z 104 Przerwa	-	10-05-2026	11:00	11:15	00:15
99 z 104 Techniki terapeutyczne dla kręgosłupa szyjnego cz.1	-	10-05-2026	11:15	13:00	01:45
100 z 104 Przerwa	-	10-05-2026	13:00	13:45	00:45
101 z 104 Techniki terapeutyczne dla kręgosłupa szyjnego cz.2	-	10-05-2026	13:45	15:00	01:15
102 z 104 Postępowanie w stanach ostrych kręgosłupa cz.1	-	10-05-2026	15:00	16:00	01:00
103 z 104 Postępowanie w stanach ostrych kręgosłupa cz.2 Podsumowanie. Zakończenie szkolenia.	-	10-05-2026	16:00	16:40	00:40
104 z 104 Walidacja	Marcin Wałowski	10-05-2026	16:40	17:00	00:20

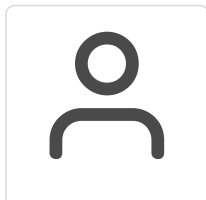
Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	5 650,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	5 650,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

Paweł Szeklicki

Dyplomowany Terapeuta Integracji Strukturalnej (EGSI – Guild for Structural Integration in the tradition of Ida Rolf Ph.D), absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu. Specjalizuje się w terapii powięziowej oraz technikach mięśniowo-powięziowych, co czyni go ekspertem w zakresie pracy z punktami spustowymi i dysfunkcjami tkanek miękkich.

Jego wiedza i umiejętności są poparte licznymi szkoleniami, m.in. z metody Fascial Manipulation L. Stecco (Level I i II) oraz terapii wisceralnej (Szkoła Terapii Wisceralnej i Integratywnych Manualnych Metod Leczenia – Florinda Czeija). Jest założycielem Pomorskiego Centrum Integracji Strukturalnej w Gdańsku, gdzie prowadzi praktykę opartą na holistycznym podejściu do terapii.

W ramach szkolenia Terapia mięśniowo-powięziowych punktów spustowych i mięśniowo-powięziowe rozluźnianie (MPR) Paweł Szeklicki przekazuje uczestnikom nie tylko techniczne aspekty pracy z punktami spustowymi, ale również kliniczne podejście do diagnostyki i terapii zaburzeń mięśniowo-powięziowych. Dzięki swojemu wieloletniemu doświadczeniu oraz interdyscyplinarnej wiedzy, uczy skutecznych metod terapeutycznych, które pozwalają na kompleksowe podejście do pacjentów bólowych. Jego podejście do terapii opiera się na precyzyjnej palpacji, analizie klinicznej oraz wykorzystaniu technik wspomagających, takich jak: MPR, PRT, PIR. Instruktor zwraca szczególną uwagę na skuteczną pracę z powięzią powierzchowną, co stanowi wyróżniający aspekt szkolenia.



2 z 3

Łukasz Skibiński

Fizjoterapeuta i dyplomowany osteopata. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach oraz Akademii Osteopatii w Krakowie. W Centrum instruktor szkolenia „MTG” oraz „Diagnostyka różnicowa z wnioskowaniem klinicznym”. Prowadzi praktykę kliniczną od 2013 r. Absolwent wielu szkoleń z dziedziny osteopatii, fizjoterapii, treningu personalnego czy dietetyki. Prywatnie szczęśliwy mąż, ojciec, pasjonat zdrowego trybu życia, anatomii i nauk związanych z człowiekiem.



3 z 3

Marcin Wałowski

Fizjoterapeuta z ponad 13-letnim doświadczeniem. Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu na kierunku fizjoterapia.

Wieloletnie doświadczenie w zakresie pracy z pacjentem SPA & Wellnes pozwoliło odkryć potrzeby ludzkiego ciała i zrozumieć mechanizmy pojawiających się problemów psycho-somatycznych. Wysoko rozwinięta empatia i cierpliwość do swoich pacjentów jest fundament budującym zaufanie podczas długofalowej rehabilitacji.

Prowadząc prywatną praktykę fizjoterapeutyczną na terenie Poznania i Warszawy doskonalili swój warsztat i poszerza zakres wiedzy, co przekłada się na rozumienie swoich podopiecznych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymują papierowy skrypt szkoleniowy.

Warunki uczestnictwa

- Przed zapisem na kurs prosimy o kontakt z organizatorem w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc.
- W celu dokonania zgłoszenia na kurs należy wysłać maila na adres szkolenia@szkoleniauryzaj.pl lub zadzwonić pod numer +48 663 041 233
- Po potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.
- Wymagane 80% obecności
- powadzona lista obecności

Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest w języku polskim.
- Przed zapisaniem się prosimy o wcześniejszy kontakt mailowy: szkolenia@szkoleniauryzaj.pl.

Adres

Szczecin

Szczecin

woj. zachodniopomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



MARTA MICHALAK

E-mail szkolenia@szkoleniauryzaj.pl

Telefon (+48) 663 041 233