

**Access Bars® - certyfikowany warsztat.**

Numer usługi 2026/01/13/186860/3255415

1 275,00 PLN brutto

1 275,00 PLN netto

127,50 PLN brutto/h

127,50 PLN netto/h

LESZEK

WIŚNIEWSKI SOMA
GROUP

★★★★★ 4,7 / 5

22 oceny

📍 Kraków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 10 h

📅 31.01.2026 do 31.01.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do osób dorosłych zainteresowanych rozwojem osobistym oraz poszerzaniem kompetencji w zakresie pracy z technikami energetycznymi. Udział w szkoleniu nie wymaga wcześniejszego doświadczenia ani specjalistycznego przygotowania. "Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski pociąg do Kariery – sezon 1 i/lub dla Uczestników Projektu Nowy Start w Małopolsce z EURESem"
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	6
Data zakończenia rekrutacji	28-01-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	10
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

Kurs przygotowuje do samodzielnego prowadzenia sesji Access Bars®, która polega na delikatnej, manualnej stymulacji ściśle określonych punktów na głowie. Punkty te są powiązane z różnymi obszarami życia i funkcjonowania organizmu. Technika ta sprzyja uwalnianiu nagromadzonych napięć, redukcji stresu oraz osiągnięciu głębokiego odprężenia. Uczestnicy kursu zdobywają praktyczne umiejętności pozwalające wspierać dobre samopoczucie i wewnętrzną harmonię.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik umie omówić zasady metody.	Omawia historię metody i podstawy teoretyczne.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik omawia przebieg sesji Access Bars®	Wykonuje wykonuje sesje terapeutyczną Access Bars®	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Uczestnik omawia dobór technik terapeutycznych.	Uczestnik umie wykonać sesję terapeutyczną z prawidłowym doбором technik.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Kształtuje własny rozwój i umiejętności interpersonalne w pracy zawodowej.	Umie nawiązywać relacje interpersonalne.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych

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

Szkolenie realizowane jest w formie stacjonarnej i trwa 1 dzień. Zajęcia mają charakter teoretyczno-praktyczny. Część praktyczna realizowana jest w parach – uczestnicy wykonują poznane techniki na sobie nawzajem, pracując przy stołach do masażu, pod bezpośrednim nadzorem Instruktora. Łączny czas szkolenia: 10 godzin szkoleniowych. 1 godzina szkoleniowa = 45 minut, Przerwy o łącznym czasie 1:50 godz zegarowych. Przerwy są realizowane elastycznie, po zakończeniu poszczególnych etapów części praktycznej. Ze względu na zróżnicowane tempo pracy uczestników nie jest możliwe precyzyjne określenie godzin rozpoczęcia i zakończenia przerw.

1. Organizacja szkolenia i wprowadzenie.
2. Podstawy teoretyczne metody Access Bars®

- definicja i założenia metody Access Consciousness ® Bars®,
- charakterystyka metody jako narzędzia pracy energetycznej,
- omówienie badań dotyczących wpływu Access Bars® na fale mózgowe,
- omówienie badań dotyczących wpływu metody na redukcję napięcia i stresu,
- oświadczenie odkreowujące Access Consciousness ®

1. Materiał wideo- wprowadzenie do metody (twórcy Access Consciousness ®)
2. Demonstracja techniki Access Bars® przez Instruktora
3. Sesja Access Bars®- praktyka uczestników (1 sesja) wraz z omówieniem punktów
4. Sesja Access Bars®- praktyka w parach (2 sesja, wymiana) oraz pogłębienie wiedzy teoretycznej
5. Narzędzia werbalne stosowane w pracy z metodą Access Bars®
6. Inne procesy energetyczne klasy Bars:

- ćwiczenia grasicy,
- proces "Exit Stage Left",
- Access Bars® z Trójkątkowym Systemem Sekwencyjnym

1. Sesja Access Bars®- praktyka uczestników (3 sesja, nowe pary)
2. Sesja Access Bars®- praktyka uczestników (4 sesja, wymiana)
3. Podsumowanie szkolenia
4. Materiał podsumowujący (twórcy Access Consciousness ®)
5. Walidacja efektów uczenia się i zakończenie szkolenia

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 7

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 7 Realizacja szkolenia zgodnie z programem- punkty 1-2 programu. W bloku szkoleniowym uwzględniono 10 min. przerwy	Marcin Kołpak	31-01-2026	09:00	10:00	01:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 7 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt 3 programu. W bloku szkoleniowym uwzględniono 10 min. przerwy	Marcin Kołpak	31-01-2026	10:00	11:00	01:00
3 z 7 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkty 4-6 programu. W bloku szkoleniowym uwzględniono 20 minut przerwy	Marcin Kołpak	31-01-2026	11:00	14:00	03:00
4 z 7 Realizacja szkolenia zgodnie w programem - punkty 7-9 programu. W bloku szkoleniowym uwzględniono 50 minut przerwy	Marcin Kołpak	31-01-2026	14:00	16:00	02:00
5 z 7 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkty 10-11 programu. W bloku szkoleniowym uwzględniono 20 minut przerwy	Marcin Kołpak	31-01-2026	16:00	17:00	01:00
6 z 7 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt 12.	Marcin Kołpak	31-01-2026	17:30	18:00	00:30
7 z 7 Walidacja	LESZEK WIŚNIEWSKI	31-01-2026	18:00	18:20	00:20

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 275,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 275,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	127,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	127,50 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

LESZEK WIŚNIEWSKI

Mgr fizjoterapii, dyplomowany osteopata. Prowadzi własny gabinet fizjoterapii i osteopatii od 2014 r, wcześniej pracował w szpitalu im J. Dietla w Krakowie. Wieloletni nauczyciel na kierunku technik masażysta w szkole policealnej Teb Edukacja w Krakowie. Prowadzi szkolenia z zakresu fizjoterapii i masażu.



2 z 2

Marcin Kołpak

Certyfikowany praktyk i facylitator metody Access Bars®. Jego pasją jest rozwój osobisty i odkrywanie nowych możliwości, nawet jeśli są w sprzeczności z ogólnie przyjętymi kanonami. Z wykształcenia jest inżynierem mechanikiem pracującym w zawodzie oraz absolwentem Szkoły Wokalno - Aktorskiej. Píše zarówno teksty piosenek, muzykę jak i skrypty programów. Cyklicznie występuje na deskach krakowskich scen muzycznych takich jak Piwnica Pod Baranami, Klub Pod Jaszczurami. Praca z emocjami to jego specjalność — z uważnością i życzliwością pomaga rozpuszczać wewnętrzne bariery, otwierać przestrzeń na zmianę i odnajdywać w sobie więcej swobody. Uwielbia eksplorować to, co nowe, autentyczne i wspierające — zarówno w sobie, jak i w innych.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Przed dokonaniem zapisu na kurs, prosimy o kontakt w celu potwierdzenia dostępności miejsc. Kontakt mailowy: biuro@somagroup.pl lub telefoniczny.

W ramach szkolenia uczestnik otrzymuje:

1. Materiały szkoleniowe – skrypt

2. Zaświadczenie o ukończeniu kursu zgodne ze standardami Ministerstwa Edukacji Narodowej
3. Certyfikat uczestnictwa w szkoleniu w języku polsko-angielskim

Łączny czas szkolenia: 10 godzin szkoleniowych. 1 godzina szkoleniowa = 45 minut, Przerwy o łącznym czasie 1:50 godz zegarowych. Przerwy są realizowane elastycznie, po zakończeniu poszczególnych etapów części praktycznej. Ze względu na zróżnicowane tempo pracy uczestników nie jest możliwe precyzyjne określenie godzin rozpoczęcia i zakończenia przerw.

“Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski pociąg do Kariery – sezon 1 i/lub dla Uczestników Projektu Nowy Start w Małopolsce z EURESem”

Warunki uczestnictwa

Warunkiem uczestnictwa w kursie jest pełnoletność oraz stan zdrowia umożliwiający uczestnictwo w szkoleniu.

Adres

ul. Żółtej Cizemki 5/1
31-560 Kraków
woj. małopolskie

Sala szkoleniowa znajduje się na parterze w lokalu usługowym.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja

Kontakt



Renata Prejsnar-Wiśniewska

E-mail biuro@somagroup.pl

Telefon (+48) 506 430 668