



BUSINESS-LAND
ENTERPRISE
SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,6 / 5

1 060 ocen

Szkolenie: Niezbędnik trenera - dieta, suplementy, podstawowe badania

Numer usługi 2026/02/10/176672/3321036

📍 Łódź / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 16 h

📅 23.05.2026 do 24.05.2026

1 968,00 PLN brutto

1 600,00 PLN netto

123,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

61,25 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Dietetyka
Grupa docelowa usługi	<p>Grupa docelowa usługi to:</p> <ul style="list-style-type: none"> osoby fizyczne, osoby dorosłe, które ukończyły 18 rok życia osoby, które uczą się, pracują lub zamieszkują terytorium wskazane w regulaminie projektu, do którego aplikuje Uczestnik osoby chcące z własnej inicjatywy podnieść/uzupełnić swoje umiejętności, kompetencje lub kwalifikacje osoby zainteresowane aktywnością fizyczną i dietetyką
Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	16
Data zakończenia rekrutacji	22-05-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
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 kursu jest przygotowanie uczestników do profesjonalnego podejścia w pracy trenera, umożliwiającego interpretację podstawowych badań krwi, identyfikację czerwonych flag zdrowotnych oraz tworzenie dopasowanych planów żywieniowych i suplementacyjnych na podstawie danych, przy jednoczesnym wykorzystaniu praktycznych narzędzi i case studies w celu podejmowania decyzji opartych na faktach i bezpieczeństwie klienta.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Zna zakres podstawowych badań krwi przydatnych w pracy trenera	Wymienia i opisuje znaczenie badań: morfologia, tarczyca, lipidogram, glukoza, witamina D	Test teoretyczny
Potrafi interpretować wyniki badań i powiązać je z dietą	Wyjaśnia, jakie wnioski można wyciągnąć z wyników i jak wpływają na zalecenia żywieniowe	Test teoretyczny
Rozpoznaje czerwone flagi zdrowotne wymagające konsultacji lekarskiej	Wskazuje sytuacje i wyniki, które wymagają skierowania do lekarza	Test teoretyczny
Zna zasady suplementacji celowanej na podstawie wyników badań	Opisuje dobór suplementów w zależności od parametrów i potrzeb klienta	Test teoretyczny
Tworzy plan żywieniowy i suplementacyjny w oparciu o wyniki badań	Opracowuje praktyczny plan dla klienta uwzględniający cele, wyniki badań i bezpieczeństwo	Obserwacja w warunkach symulowanych
Analizuje case studies medyczno-treningowe i stosuje narzędzia trenera	W praktyce wykorzystuje narzędzia, starter kit i case studies do podejmowania decyzji	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

Dzień 1 (8h):

- Jakie badania zlecać
- Morfologia, tarczyca, lipidogram, glukoza, witamina D
- Analiza wyników – warsztat
- Kiedy odsyłać do lekarza

Dzień 2 (8h):

- Plan żywieniowy pod wyniki badań
- Suplementacja celowana
- Case studies medyczno-treningowe
- Starter kit narzędzi trenera
- Walidacja

Zajęcia prowadzone w ramach szkolenia będą realizowane metodami interaktywnymi i aktywizującymi jako metody umożliwiające uczenie się w oparciu o doświadczenie pozwalające uczestnikom na ćwiczenie umiejętności. Szkolenie składa się z części zarówno teoretycznej 4h jak i praktycznej 12h.

Usługa jest realizowana w godzinach zegarowych, a przerwy są wliczone w czas trwania usługi.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 15 Jakie badania zlecać	Kamil Kluszczyński	23-05-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 15 Przerwa	Kamil Kluszczyński	23-05-2026	11:00	11:15	00:15
3 z 15 Morfologia, tarczyca, lipidogram, glukoza, witamina D	Kamil Kluszczyński	23-05-2026	11:15	13:00	01:45
4 z 15 Przerwa	Kamil Kluszczyński	23-05-2026	13:00	13:30	00:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 15 Analiza wyników – warsztat	Kamil Kluszczyński	23-05-2026	13:30	15:00	01:30
6 z 15 Przerwa	Kamil Kluszczyński	23-05-2026	15:00	15:15	00:15
7 z 15 Kiedy odsyłać do lekarza	Kamil Kluszczyński	23-05-2026	15:15	17:00	01:45
8 z 15 Plan żywieniowy pod wyniki badań	Kamil Kluszczyński	24-05-2026	09:00	11:00	02:00
9 z 15 Przerwa	Kamil Kluszczyński	24-05-2026	11:00	11:15	00:15
10 z 15 Suplementacja celowana	Kamil Kluszczyński	24-05-2026	11:15	13:00	01:45
11 z 15 Przerwa	Kamil Kluszczyński	24-05-2026	13:00	13:30	00:30
12 z 15 Case studies medyczno-treningowe	Kamil Kluszczyński	24-05-2026	13:30	15:00	01:30
13 z 15 Przerwa	Kamil Kluszczyński	24-05-2026	15:00	15:15	00:15
14 z 15 Starter kit narzędzi trenera	Kamil Kluszczyński	24-05-2026	15:15	16:30	01:15
15 z 15 Walidacja	-	24-05-2026	16:30	17:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 968,00 PLN

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	123,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Kamil Kluszczyński

Trener personalny, dietetyk sportowy i kliniczny, szkoleniowiec z ponad 15-letnim doświadczeniem. Najważniejsze osiągnięcia sportowe: Mistrz Polski w Kulturystyce, finalista Mistrzostw Europy, laureat tytułu Dietetyk Roku 2019 i Osobowość Roku 2020. CEO cateringu dietetycznego "Kluszczyński Fit Catering". Na co dzień łączy praktykę treningową z wiedzą medyczną i żywieniową, pomagając ludziom realnie zmieniać sylwetkę, zdrowie i styl życia. Specjalizuje się w metamorfozach, pracy z osobami z nadwagą oraz edukacji trenerów i dietetyków w całej Polsce.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały w formie on-line

Warunki uczestnictwa

Warunkiem ukończenia usługi jest obecność na minimum 80% ilości przewidzianych godzin zajęciowych.

Informacje dodatkowe

Walidacja efektów uczenia się zostanie przeprowadzona w formie testu teoretycznego oraz ćwiczeń praktycznych w warunkach symulowanych, przygotowanych przez osobę walidującą.

Po zakończeniu szkolenia uczestnicy przystąpią do testu, a zebrane arkusze zostaną przekazane do oceny osobie walidującej.

Trener nie będzie ingerować w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania.

Osoba walidująca dokona oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników, następnie prześle efekty walidacji.

Walidacja odbędzie się w miejscu realizacji usługi

Adres

ul. 28 Pułku Strzelców Kaniowskich 61/63/3,2
90-558 Łódź
woj. łódzkie

Szkolenie odbywa się w lokalu dostosowanym do potrzeb uczestników. Na miejscu dostępna jest winda, co umożliwia swobodny dostęp osobom z ograniczoną mobilnością.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Julia Galusińska

E-mail julia.galusinska@business-land.pl

Telefon (+48) 730 009 454