



## Kurs: Trening dna miednicy według koncepcji BeBo® - moduł II

Numer usługi 2026/02/16/36350/3337592

1 600,00 PLN brutto

1 600,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Niepubliczna

Placówka

Kształcenia

Ustawicznego "MED  
COACH"

★★★★★ 4,7 / 5

3 947 ocen

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 16:00 h

📅 26.09.2026 do 27.09.2026

## Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

**Kurs skierowany jest do uczestników, którzy ukończyli I moduł kursu "Trening dna miednicy według koncepcji BeBo®"**

**Kurs skierowany jest do:**

- studentów fizjoterapii → po ukończeniu 3 roku!
- fizjoterapeutów
- osteopatów
- lekarzy
- położnych

Instruktorzy fitness oraz trenerzy medyczni i sportowi mogą zostać zakwalifikowani do udziału w szkoleniu po uprzedniej indywidualnej konsultacji z organizatorem i kadrą dydaktyczną..

**Grupa docelowa usługi**

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**

10

**Maksymalna liczba uczestników**

24

Data zakończenia rekrutacji	21-09-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	16
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Szkolenie przygotowuje uczestnika do wykorzystania zaawansowanych elementów koncepcji BeBo® w pracy z dysfunkcjami dna miednicy. Uczestnik rozwija umiejętność doboru i modyfikacji ćwiczeń w problemach takich jak nietrzymanie moczu, obniżenie narządów czy zaburzenia proktologiczne, poznaje neurologię mikcji oraz zasady planowania i prowadzenia treningu dna miednicy, w tym tworzenia konspektów i prowadzenia zajęć.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik opisuje neurologiczne mechanizmy mikcji w kontekście treningu dna miednicy	opisuje mechanizm kontroli mikcji	Test teoretyczny
	wyjaśnia rolę dna miednicy w kontroli mikcji	Test teoretyczny
Uczestnik diagnozuje funkcjonalnie problemy dna miednicy w wybranych dysfunkcjach	opisuje objawy obniżenia narządów	Test teoretyczny
	interpretuje znaczenie objawów w planowaniu terapii	Test teoretyczny
Uczestnik prezentuje ćwiczenia dna miednicy wg koncepcji BeBo®	prezentuje ćwiczenie aktywizujące dno miednicy	Analiza dowodów i deklaracji
	modyfikuje ćwiczenie do wskazania klinicznego	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik planuje trening dna miednicy dostosowany do problemu pacjenta	dobiera ćwiczenia do problemu	Test teoretyczny
	uzasadnia dobór ćwiczeń	Test teoretyczny
Uczestnik wyjaśnia zasady metodyczne prowadzenia treningu BeBo®	opisuje zasadę „toczącej się świadomości”	Test teoretyczny
	prezentuje fragment ćwiczenia wg konspektu	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik tworzy konspekt treningu dna miednicy	opracowuje plan ćwiczeń	Test teoretyczny
	uzasadnia kolejność ćwiczeń	Test teoretyczny

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

**Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?**

TAK

**Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?**

TAK

**Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają 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: 2 dni**

**Liczba godzin kursu: 16 h** dydaktycznych, co stanowi 12 h zegarowych bez przerw (15 h zegarowych z przerwami - jak w harmonogramie poniżej).

Przerwy nie są wliczone do godzin dydaktycznych szkolenia, ale ujęte są w harmonogramie poniżej - **łącznie 3h zegarowe w ciągu 2 dni.**

#### Zakres tematyczny:

##### DZIEŃ 1

- Przedstawienie i podsumowanie doświadczeń związanych z poznawaniem metody BeBo®
- Cele treningu dna miednicy, poszerzenie anatomii struktur miednicy
- **Część praktyczna nr 1:** Powtórzenie wiadomości z modułu I - Poszczególne warstwy + ćwiczenia świadomościowe + strefy refleksyjne
- Neurologia mikcji
- **Część praktyczna nr 2:** Przyporządkowanie ćwiczeń do poszczególnych typów ćwiczeń – SŁONECZNIK. Prezentacja wybranych ćwiczeń i ich modyfikacji
- Obniżenie narządów

##### DZIEŃ 2

- Pytania do dnia I

- **Część praktyczna nr 1:** Ćwiczenia w pozycjach odwróconych
- Proktologia – formy inkontynencji i choroba hemoroidalna
- **Część praktyczna nr 2:** Zasada toczącej się świadomości – podstawy teoretyczne i ich praktyczne zastosowanie
- Egzamin – wymogi formalne, zakres wymaganego materiału. Tworzenie przykładowych konspektów
- **Część praktyczna nr 3:** Prezentacja wybranych ćwiczeń, przygotowanych w konspektach
- walidacja

#### Warunki organizacyjne:

Forma szkolenia: trening /praca w parach połączony 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

#### Sposób walidacji:

#### test pisemny i/lub zaprezentowanie techniki

Część praktyczna szkolenia może być nagrywana dla celów walidacyjnych.

#### Warunki zaliczenia:

Obecność na kursie z frekwencją nie mniejszą niż 80% czasu trwania usługi, potwierdzona listą obecności.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 16</b> Przedstawienie i podsumowanie doświadczeń związanych z poznawaniem metody BeBo®	mgr Katarzyna Kucab-Klich	26-09-2026	09:00	09:15	00:15
<b>2 z 16</b> Cele treningu dna miednicy, poszerzenie anatomii struktur miednicy + część praktyczna nr 1	mgr Katarzyna Kucab-Klich	26-09-2026	09:15	11:15	02:00
<b>3 z 16</b> Przerwa	mgr Katarzyna Kucab-Klich	26-09-2026	11:15	11:30	00:15
<b>4 z 16</b> Neurologia mikcji	mgr Katarzyna Kucab-Klich	26-09-2026	11:30	13:00	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 16 Przerwa obiadowa	mgr Katarzyna Kucab-Klich	26-09-2026	13:00	14:00	01:00
6 z 16 Część praktyczna nr 2	mgr Katarzyna Kucab-Klich	26-09-2026	14:00	15:00	01:00
7 z 16 Przerwa	mgr Katarzyna Kucab-Klich	26-09-2026	15:00	15:15	00:15
8 z 16 Obniżenie narzędzi	mgr Katarzyna Kucab-Klich	26-09-2026	15:15	16:30	01:15
9 z 16 pytania do dnia I + część praktyczna nr 1	mgr Katarzyna Kucab-Klich	27-09-2026	08:00	10:00	02:00
10 z 16 Przerwa	mgr Katarzyna Kucab-Klich	27-09-2026	10:00	10:15	00:15
11 z 16 Proktologia – formy inkontynencji i choroba hemoroidalna	mgr Katarzyna Kucab-Klich	27-09-2026	10:15	12:00	01:45
12 z 16 Przerwa obiadowa	mgr Katarzyna Kucab-Klich	27-09-2026	12:00	13:00	01:00
13 z 16 Część praktyczna nr 2	mgr Katarzyna Kucab-Klich	27-09-2026	13:00	14:00	01:00
14 z 16 Przerwa	mgr Katarzyna Kucab-Klich	27-09-2026	14:00	14:15	00:15
15 z 16 Egzamin – wymogi formalne, zakres wymaganego materiału. Tworzenie przykładowych konspektów Część praktyczna nr 3	mgr Katarzyna Kucab-Klich	27-09-2026	14:15	15:10	00:55
16 z 16 walidacja	-	27-09-2026	15:10	15:30	00:20

# Cennik

## Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	1 600,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 600,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### mgr Katarzyna Kucab-Klich

Magister fizjoterapii, absolwentka studiów I stopnia na Wydziale Fizjoterapii Wyższej Szkoły Biznesu w Dąbrowie Górniczej oraz studiów II stopnia na Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach. Od 2011 roku konsekwentnie rozwija swoje kompetencje w obszarze treningu dna miednicy, opierając swoją praktykę na międzynarodowych, evidence-based koncepcjach ruchowych oraz fizjoterapeutycznych.

Jest certyfikowaną instruktorką metody BeBo® Trening Dna Miednicy, a także dyplomowaną instruktorką Pilates (Matwork), z wieloletnim doświadczeniem w pracy zarówno z kobietami, jak i mężczyznami. Ukończyła liczne specjalistyczne kursy i szkolenia z zakresu treningu funkcjonalnego, uroginiekologii, terapii ruchem, stabilizacji oraz nowoczesnych metod pracy z układem mięśniowo-powięziowym.

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

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

Do dyspozycji uczestników są także materiały kosmetyczno- higieniczne oraz specjalistyczny sprzęt fizjoterapeutyczny (jedna leżanka na dwie osoby wyposażona w półwałek, poduszkę, koc i pisaki do ciała).

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): <https://med-coach.pl/szkolenia-kursy/trening-dna-miednicy-wedlug-koncepcji-bebo/10690?srsId=AfmBOoo5B8vbR5bnEw8s4ECwm5WSzphZZefgHf-MWMfyeOyXHAZrMz7C>

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.

- 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 kwot dofinansowań, mogą pojawić się dodatkowe dopłaty do kursu.

- **Godziny przerw są podane orientacyjnie- w zależności od dynamiki i tempa grupy- mogą ulec zmianie.**

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

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](mailto:dofinansowania@med-coach.pl)

**Telefon** (+48) 694 806 689