



TEB EDUKACJA
SPÓŁKA Z
OGRA NICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,9 / 5

41 ocen

Dno miednicy i blizna w codziennym funkcjonowaniu - podejście praktyczne

Numer usługi 2026/03/03/28897/3376892

📍 Bielsko-Biała / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 10 h

📅 26.04.2026 do 26.04.2026

499,00 PLN brutto

499,00 PLN netto

49,90 PLN brutto/h

49,90 PLN netto/h

198,28 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Sport
Grupa docelowa usługi	Wszystkie osoby pełnoletnie
Minimalna liczba uczestników	8
Maksymalna liczba uczestników	12
Data zakończenia rekrutacji	25-04-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	10
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Zapraszamy na wyjątkowy kurs skierowany głównie do Techników masażyistów. Mocno praktyczne spotkanie, które pozwoli poznać techniki manualne i metody autoterapii w pracy z dnem miednicy i blizną. Słuchacze kursu poznają podstawy anatomii i biomechaniki, opanują teorię na temat ćwiczeń dna miednicy i mięśni głębokich a także metody pracy z oddechem. Zapraszamy serdecznie

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wprowadzenie do tematu dna miednicy i blizny - podstawy anatomii i biomechaniki	teoria	Test teoretyczny

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

1. Wprowadzenie do tematu dna miednicy i blizny - podstawy anatomii i biomechaniki
2. Dno miednicy w codziennym funkcjonowaniu- znaczenie funkcjonalne
3. Ćwiczenia dna miednicy, aktywacja mięśni głębokich, oddech
4. Napięcie, a osłabienie dna miednicy jak rozpoznać
5. Blizna- etapy powstawania
6. Rodzaje blizny oraz zasadność pracy z blizną
7. Techniki manualne oraz autoterapia
8. Przeciwwskazania, granice kompetencji
9. Sesja pytań i odpowiedzi

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 1

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 1 Wprowadzenie do tematu dna miednicy i blizny - podstawy anatomii i biomechaniki	-	26-04-2026	09:00	16:25	07:25

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	499,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	499,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	49,90 PLN
Koszt osobogodziny netto	49,90 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Justyna Chudzik
Dyrektor

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

materiały dydaktyczne, poczęstunek kawowy

Adres

ul. Stefanii Sempołowskiej 22

43-300 Bielsko-Biała

woj. śląskie

Kontakt



Marzena Drozda

E-mail mdrozda@teb-edukacja.pl

Telefon (+48) 571 312 527