



## Medyczny Trening Funkcjonalny - szkolenie

Numer usługi 2026/03/05/116717/3383339

2 330,24 PLN brutto

1 894,50 PLN netto

52,96 PLN brutto/h

43,06 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Aleksander Lizak

REHA PLUS

EDUKACJA

★★★★★ 4,8 / 5

833 oceny

📍 Kraków

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

🕒 44:00 h

📅 17.07.2026 do 21.07.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Medycyna
<b>Identyfikatory projektów</b>	Małopolski Pociąg do kariery, FELB.06.03-IZ.00-0003/24 ZIPH, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe, FELB.06.08-IZ.00-0083/24, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Fizjoterapeuci. Lekarze. Studenci V roku fizjoterapii. Usługa adresowana również do uczestników projektu MP.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	26
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	16-07-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	44
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa "Medyczny Trening Funkcjonalny - szkolenie" przygotowuje do samodzielnego diagnozowania i leczenia pacjentów poprzez aktywną rehabilitację polegającą na tworzeniu planów treningowych oraz prowadzenia treningu na urządzeniach w zależności od określonych wskazań.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Posługuje się wiedzą dotyczącą ruchu, metodyki treningu oraz planów treningowych	<ul style="list-style-type: none"><li>- definiuje ogólne i specyficzne plany treningowe</li><li>- charakteryzuje metodykę treningu</li><li>- definiuje ruch</li><li>- charakteryzuje podstawy treningu na urządzeniach z uwzględnieniem wskazań i indywidualnie określonego celu</li><li>- określa przeciwwskazania do treningu</li><li>- charakteryzuje zasady prowadzenia dokumentacji</li></ul>	Test teoretyczny
Planuje i prowadzi proces terapeutyczny pacjenta	<ul style="list-style-type: none"><li>- ustala, względnie określa, siły działające na mięśnie i stawy oraz wielkość obciążenia i zakresów</li><li>- planuje oraz prowadzi terapię</li><li>- prowadzi dokumentację i określa cele</li><li>- stosuje odpowiednie testy</li><li>- stosuje urządzenia treningowe w zależności od określonych wskazań</li></ul>	Test teoretyczny  Obserwacja w warunkach symulowanych
Charakteryzuje zasady pracy z pacjentami	<ul style="list-style-type: none"><li>- prowadzi rozmowę z pacjentem w celu określenia zaburzenia</li><li>- kieruje pacjentów do innych specjalistów i współpracuje z nimi</li><li>- wspiera i mobilizuje pacjenta do wykonywania zaplanowanego treningu w celu osiągnięcia jak najlepszego efektu terapii</li></ul>	Wywiad swobodny

## 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 skierowane jest do fizjoterapeutów oraz lekarzy, którzy chcą prowadzić aktywną rehabilitację swoich pacjentów i którzy pracują ze sportowcami. Wchodzi w skład szkolenia z zakresu "Terapii manualnej - szkoły niemieckiej" jako jeden z sześciu modułów szkolenia, może też być realizowane jako odrębne szkolenie.

Warunkiem niezbędnym do osiągnięcia głównego celu jest:

- uczestnictwo w szkoleniu w min. 80 %;
- posiadanie podstawowych wiadomości nt. fizjologii mięśni.

Podczas szkolenia odbywają się wykłady oraz praca praktyczna polegająca na ćwiczeniu przedstawianych przez instruktora technik leczenia oraz praca z przyrządami i na maszynach treningowych.

**Liczba godzin usługi (44) podana jest w godzinach edukacyjnych (45-minutowych), tym 24 g./teoria; 20 g./praktyka.**

**Przerwy nie wliczają się do godzin usługi. Godziny przerw mogą ulec zmianie w zależności od dynamiki i tempa pracy grupy.**

**Obecność na szkoleniu będzie weryfikowana przez codzienne podpisy Uczestnika na indywidualnej liście obecności.**

**Wymagana frekwencja: min. 80 % obecności.**

Zakres tematyczny usługi:

### **Dzień 1**

Powitanie, wprowadzenie , przebieg szkolenia.

Aktywność fizyczna wartości MET.

Terapia zachowania Coping Fear Avoidence Kognitywne. Ból nocycyptywny/ pierwotny.

Biomechanika Newton, Newtonmetr Siła.

Aktywność fizyczna wartości MET - kontynuacja.

Ćwiczenia praktyczne.

Testy Rm Max Rm Submax Rm Minus VO2. Ćwiczenia praktyczne.

RPE ( Rate of Perceived Exertion) RIR (Reps in Reserve) m/s ćwiczenia praktyczne

Ćwiczenia praktyczne

### **Dzień 2**

Brak aktywności .Aktywność. Struktury pasywne. Teoria.

Proces gojenia się Teoria.

Proces gojenia się. Ćwiczenia praktyczne.

Aktywność. Brak aktywności. Mięśnie. Teoria.

Aktywność. Brak aktywności. Mięśnie - kontynuacja.

Czas na dyskusję, pytania.

### **Dzień 3**

Aspekty. Progresja.

Mięśnie w łańcuchach otwartych Ćwiczenia praktyczne.

Łańcuchy zamknięte. Ćwiczenia praktyczne.

RTA. Teoria. Ćwiczenia praktyczne

kscentrycznie Tendopatia Ręka/ łokieć, 3 programy

Ekscentrycznie Tendopatia Ręka/ łokieć, 3 programy - Kontynuacja

Czas na dyskusję, pytania.

### **Dzień 4**

Teoria Rom

Ćwiczenia praktyczne ROM Overload

Kończyny górne. Łańcuchy otwarte

Kręgosłup-teoria.

Kręgosłup-praktyka

Praca w grupach

Praca w grupach

Czas na pytania, dyskusję.

### **Dzień 5**

Praktycznie- kręgosłup.

Praca w grupach. Prezentacje.

Pytania. Zakończenie

Walidacja (test teoretyczny).

**Walidacja odbędzie się w formie testu teoretycznego, obserwacji w warunkach symulowanych oraz wywiadu swobodnego..Test zostanie przekazany Uczestnikowi przez Osobę prowadzącą usługę, a zostanie oceniony przez Osobę prowadzącą walidację. Walidator nie będzie obecny podczas walidacji. Obserwacja w warunkach symulowanych oraz wywiad swobodny odbędą się podczas zajęć praktycznych, prowadzonych w trakcie trwania szkolenia.**

## **Harmonogram**

Liczba pozycji harmonogramu: 45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 45</b> Wprowadzenie do tematyki, przebieg szkolenia.	Uwe Hallmann	17-07-2026	09:00	09:45	00:45
<b>2 z 45</b> Aktywność fizyczna wartości MET.	Uwe Hallmann	17-07-2026	09:45	10:30	00:45
<b>3 z 45</b> Terapia zachowania Coping Fear Avoidance Kognitywne. Ból nocyceptywny/pierwotny.	Uwe Hallmann	17-07-2026	10:30	11:15	00:45
<b>4 z 45</b> Przerwa.	Uwe Hallmann	17-07-2026	11:15	11:30	00:15
<b>5 z 45</b> Biomechanika Newton, Newtonometr Siła.	Uwe Hallmann	17-07-2026	11:30	12:30	01:00
<b>6 z 45</b> Aktywność fizyczna, wartości MET - kontynuacja.	Uwe Hallmann	17-07-2026	12:30	13:15	00:45
<b>7 z 45</b> Przerwa.	Uwe Hallmann	17-07-2026	13:15	14:00	00:45
<b>8 z 45</b> Ćwiczenia praktyczne.	Uwe Hallmann	17-07-2026	14:00	15:00	01:00
<b>9 z 45</b> Testy Rm Max Rm Submax Rm Minus VO2 - ćwiczenia praktyczne.	Uwe Hallmann	17-07-2026	15:00	15:45	00:45
<b>10 z 45</b> Przerwa.	Uwe Hallmann	17-07-2026	15:45	16:00	00:15
<b>11 z 45</b> RPE, RIR m/s - ćwiczenia praktyczne.	Uwe Hallmann	17-07-2026	16:00	17:00	01:00
<b>12 z 45</b> Ćwiczenia praktyczne - kontynuacja.	Uwe Hallmann	17-07-2026	17:00	17:30	00:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>13 z 45</b> Brak aktywności. Aktywność. Struktury pasywne - teoria.	Uwe Hallmann	18-07-2026	09:00	11:15	02:15
<b>14 z 45</b> Przerwa	Uwe Hallmann	18-07-2026	11:15	11:30	00:15
<b>15 z 45</b> Proces gojenia - teoria.	Uwe Hallmann	18-07-2026	11:30	12:30	01:00
<b>16 z 45</b> Proces gojenia - praktyka.	Uwe Hallmann	18-07-2026	12:30	13:15	00:45
<b>17 z 45</b> Przerwa.	Uwe Hallmann	18-07-2026	13:15	14:00	00:45
<b>18 z 45</b> Aktywność. Brak aktywności. Mięśnie - teoria.	Uwe Hallmann	18-07-2026	14:00	15:45	01:45
<b>19 z 45</b> Przerwa.	Uwe Hallmann	18-07-2026	15:45	16:00	00:15
<b>20 z 45</b> Aktywność. Brak aktywności. Mięśnie - kontynuacja.	Uwe Hallmann	18-07-2026	16:00	17:00	01:00
<b>21 z 45</b> Dyskusja, pytania.	Uwe Hallmann	18-07-2026	17:00	17:30	00:30
<b>22 z 45</b> Aspekty, progresja.	Uwe Hallmann	19-07-2026	09:00	09:45	00:45
<b>23 z 45</b> Mięśnie w łańcuchach otwartych - praktyka.	Uwe Hallmann	19-07-2026	09:45	11:15	01:30
<b>24 z 45</b> Przerwa.	Uwe Hallmann	19-07-2026	11:15	11:30	00:15
<b>25 z 45</b> Łańcuchy zmknięte - praktyka.	Uwe Hallmann	19-07-2026	11:30	13:15	01:45
<b>26 z 45</b> Przerwa.	Uwe Hallmann	19-07-2026	13:15	14:00	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
27 z 45 RTA - teoria, praktyka.	Uwe Hallmann	19-07-2026	14:00	15:00	01:00
28 z 45 Ekscentrycznie Tendopatia Ręka /łokieć, 3 programy.	Uwe Hallmann	19-07-2026	15:00	15:45	00:45
29 z 45 Przerwa.	Uwe Hallmann	19-07-2026	15:45	16:00	00:15
30 z 45 Ekscentrycznie Tendopatia Ręka /łokieć, 3 programy - kontynuacja.	Uwe Hallmann	19-07-2026	16:00	17:00	01:00
31 z 45 Dyskusja, pytania.	Uwe Hallmann	19-07-2026	17:00	17:30	00:30
32 z 45 ROM - teoria.	Uwe Hallmann	20-07-2026	09:00	09:45	00:45
33 z 45 ROM Overload - praktyka.	Uwe Hallmann	20-07-2026	09:45	10:30	00:45
34 z 45 Przerwa.	Uwe Hallmann	20-07-2026	10:30	10:45	00:15
35 z 45 Kończyny górne. Łańcuchy otwarte.	Uwe Hallmann	20-07-2026	10:45	12:30	01:45
36 z 45 Kręgosłup - teoria.	Uwe Hallmann	20-07-2026	12:30	13:15	00:45
37 z 45 Przerwa.	Uwe Hallmann	20-07-2026	13:15	14:00	00:45
38 z 45 Kręgosłup - praktyka.	Uwe Hallmann	20-07-2026	14:00	15:00	01:00
39 z 45 Praca w grupach.	Uwe Hallmann	20-07-2026	15:00	15:45	00:45
40 z 45 Przerwa.	Uwe Hallmann	20-07-2026	15:45	16:00	00:15
41 z 45 Praca w grupach.	Uwe Hallmann	20-07-2026	16:00	17:00	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>42 z 45</b> Dyskusja, pytania.	Uwe Hallmann	20-07-2026	17:00	17:30	00:30
<b>43 z 45</b> Kręgosłup - praktyka - kontynuacja.	Uwe Hallmann	21-07-2026	09:00	11:15	02:15
<b>44 z 45</b> Praca w grupach.	Uwe Hallmann	21-07-2026	11:15	12:30	01:15
<b>45 z 45</b> Walidacja.	-	21-07-2026	12:30	13:00	00:30

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 330,24 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	1 894,50 PLN
Koszt osobogodziny brutto	52,96 PLN
Koszt osobogodziny netto	43,06 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



**1 z 1**

### Uwe Hallmann

Fizjoterapeuta z pozwoleniem zawodowym w Niemczech, Szwecji i Norwegii, ze szkoleniem ze standaryzowanych metod badania naukowego i akupunktury. Pozytywnie ukończył międzynarodowe szkolenie OMT zgodne z wytycznymi IFOMPT, fizjoterapeuta sportowy, instruktor Terapii Manualnej, Ortopedycznej Terapii Manualnej, Gimnastyki Chorych na Urządzeniach i Medycyny Sportowej. Właściciel gabinetu i długoletni Instruktor Physio-Akademie gGmbH i Grupy Roboczej Terapii Manualnej w ZVK e.V. certyfikowanych kursów terapii manualnej i szkoleń OMT. W 1992 r. zdał pozytywnie egzamin uzyskując tytuł instruktora Terapii Manualnej, AG Manuelle Therapie w ZVK e.V., Wremen i rozpoczął pracę jako nauczyciel ww. metody fizjoterapeutycznej. W skład modułowego szkolenia z zakresu Terapii manualnej - szkoły niemieckiej, wchodzi nauczany przez niego przedmiot pn. Medyczny Trening Funkcjonalny. 1994 - 1995 Szkolenie na instruktora Medycyny Sportowej

1990 - dziś Nauczyciel Terapii Manualnej, IFOMPT  
1987 - dziś Nauczyciel Terapii Manualnej, AG Manuelle Therapie w ZVK e.V., Wremen  
1985 - dziś Nauczyciel Terapii Manualnej dla lekarzy i fizjoterapeutów, Loka Medicinska Kursenhet, Loka/Szwecja  
1983 Certyfikat jako instruktor Terapii Manualnej, Oslo/Norwegia

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnik otrzymuje skrypt.

### Warunki uczestnictwa

- rezerwacja miejsca na szkoleniu u Organizatora;

- wpisanie numeru PWZF w formularzu rejestracyjnym lub przesłanie dyplomu z tytułem fizjoterapeuty / lekarza / zaświadczenia o statusie studenta V roku kierunku Fizjoterapia

- wpłata zaliczki w wysokości 500 zł będącej potwierdzeniem uczestnictwa w szkoleniu i wymaganej przez regulamin organizatora ( w przypadku dofinansowania pokrywającego cały koszt szkolenia, zaliczka jest zwracana uczestnikowi szkolenia, po rozliczeniu usługi ze środków z dofinansowania)

### Informacje dodatkowe

Jeżeli usługa finansowana jest w minimum 70 % ze środków publicznych, jest ona zwolniona z podatku VAT. Warunkiem wystawienia faktury zwolnionej z podatku VAT, jest przesłanie usługodawcy stosownego oświadczenia.

Podstawa prawna:

1. finansowanie w 100 % - zgodnie z art. 43 ust.1 pkt 29 litera c) Ustawy o podatku od towarów i usług z dnia 11 marca 2004 ze zmianami
2. finansowanie w co najmniej 70 % - zgodnie z § 3 ust.1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20.12.2013

Przed dokonaniem zapisu na usługę, prosimy o kontakt z organizatorem szkolenia w celu sprawdzenia dostępności miejsc.

Podpisano regulamin projektu MP.

## Adres

ul. Franciszka Karpińskiego 5  
30-657 Kraków  
woj. małopolskie

Metraż 140 m<sup>2</sup>. W skład lokalu wchodzi: sala wykładowa, szatnie dla kursantów, pomieszczenie socjalne, toalety, pokój socjalny dla instruktora. Wyposażenie sali: stoły terapeutyczne, materace, piłki terapeutyczne, pomoce dydaktyczne np. modele anatomiczne – kręgosłup, szkielet człowieka, miednica, potylicy, część kości udowej, czaszka, ręka, noga; tablice – układ nerwowy, szkieletowy, mięśnie, kręgosłup. Sala wykładowa jest klimatyzowana.

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Parking.

# Kontakt



**Bernadeta Siupik**

**E-mail** [bernatkas@fizjoterapia.pl](mailto:bernatkas@fizjoterapia.pl)

**Telefon** (+48) 126 509 370