



kurs DNS wg Kolara moduł B (Dynamic Neuromuscular Stabilization)

Numer usługi 2026/03/26/23372/3437936

2 690,00 PLN brutto
2 690,00 PLN netto
149,44 PLN brutto/h
149,44 PLN netto/h
162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Medical Moment
Urszula Górecka-
Fligiel

★★★★★ 4,6 / 5

365 ocen

📍 Łódź
🏠 Usługa szkoleniowa
📄 stacjonarna
🕒 18:00 h
📅 11.12.2026 do 13.12.2026

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Kurs adresowany jest do fizjoterapeutów, lekarzy, osób posiadających dyplom osteopaty, technika masażysty, studentów kierunków medycznych.
Minimalna liczba uczestników	10
Maksymalna liczba uczestników	20
Data zakończenia rekrutacji	04-12-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	18
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 szkolenia jest przygotowanie kursanta do samodzielnego przeprowadzenia badania pacjenta oraz planowania i przeprowadzania terapii opartej na zaawansowanych technikach DNS.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

DNS jest to metoda dostosowana do indywidualnego stanu pacjenta i uwzględnia kombinacje wielu ćwiczeń (np. z metody Wojty). Obejmuje zasady kinezylogii rozwojowej, która pozwala odróżnić zachowania prawidłowe od zaburzonych wzorców ruchu. Polega na ocenie i korekcie nieprawidłowych wzorców oddechowych. Głównym celem leczenia jest optymalizacja rozłożenia sił wewnętrznych mięśni, które wpływają na odcinki kręgosłupa i/ lub innych stawów co przekłada się na wydajność ruchu. Znajduje zastosowanie w leczeniu:

- * schorzeń neurologicznych (udar mózgu, stwardnienie rozsiane, choroba Parkinsona)
- * schorzeń ortopedycznych (zespół bólowy kręgosłupa, schorzenia stawów, choroby zwyrodnieniowe, po wszczępieniu protez stawu biodrowego i kolanowego, stawów, zapalenie nadkłykcia bocznego kości ramiennej, uszkodzenie stożka rotatorów / zespół ciasnoty podbarkowej)
- * schorzeń pediatrycznych (porażenie mózgowie, skolioza, wady postawy związane z wrodzonym zwichnięciem stawów biodrowych itp.)

Terapia metodą DNS jest dostosowywana do indywidualnego stanu pacjenta i uwzględnia kombinację wielu ćwiczeń. Praktycy wykorzystujący tę metodę w codziennej pracy, podkreślają, że jest ona mniej wyczerpująca dla pacjenta niż wiele innych metod fizjoterapii, dlatego często stosuje się ją u dzieci, osób starszych, a także pacjentów, którzy nie mogą wykonywać intensywnych ćwiczeń, na przykład pacjentów onkologicznych.

Program szkolenia:

- Kinezylogia rozwojowa i ontogeneza; przegląd podstawowych zasad.
- Prymitywne odruchy, reakcje posturalne i aktywność posturalna w pierwszym roku życia. Ocena funkcjonalna w pierwszym roku życia
- Rozwój fizjologiczny i patologiczny; centralne zaburzenie koordynacji
- Aktywne ćwiczenia DNS w pozycji leżącej, na boku
- Dyspraksja rozwojowa, DCD, funkcja kory – teoria, demonstracja wideo
- Warsztaty: pozycje na plecach i na brzuchu
- Techniki mobilizacji i relaksacji oparte na DNS.
- Walidacja wiedzy i umiejętności

Szkolenie obejmuje 12 godzin praktycznych i 6 godzin teoretycznych.

Test teoretyczny przeprowadzany jest na koniec szkolenia. Czas testu 15 min.

Warunkiem otrzymania certyfikatu jest pozytywne zdanie testu teoretycznego oraz obecność na zajęciach. Obecność na kursie z frekwencją nie mniejszą niż 90% czasu trwania usługi, potwierdzona listą obecności.

Techniki stosowane podczas zajęć: wykład, prezentacja, dyskusja, ćwiczenia w zespołach 2-,3 - osobowych.

Liczba godzin usługi podana jest w godzinach zegarowych (1 godzina zegarowa to 60 minut) i wynosi 18h, co stanowi 24 godziny dydaktyczne (45 minut).

W harmonogramie ujęto również przerwy - łącznie 3 godziny 45 minut w ciągu 3 dni. Przerwy w czasie kursu dostosowane będą do tempa pracy uczestników szkolenia oraz ich potrzeb.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 12

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 12 Kinezylogia rozwojowa i ontogeneza; przegląd podstawowych zasad.	Łukasz Burlinski, PT	11-12-2026	09:00	10:30	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 12 Prymitywne odruchy, reakcje posturalne i aktywność posturalna w pierwszym roku życia.	Łukasz Burlinski, PT	11-12-2026	10:45	12:30	01:45
3 z 12 Aktywne ćwiczenia DNS w pozycji leżącej – przegląd i zaawansowane modyfikacje	Łukasz Burlinski, PT	11-12-2026	13:30	15:00	01:30
4 z 12 Aktywne ćwiczenia DNS w pozycji leżącej – warsztat.	Łukasz Burlinski, PT	11-12-2026	15:15	17:00	01:45
5 z 12 Aktywne ćwiczenie DNS w pozycjach leżących – przegląd i zaawansowane modyfikacje.	Łukasz Burlinski, PT	12-12-2026	09:00	10:30	01:30
6 z 12 Aktywne ćwiczenia DNS w pozycjach leżących – warsztat.	Łukasz Burlinski, PT	12-12-2026	10:45	12:30	01:45
7 z 12 Dyspraksja rozwojowa, DCD, funkcja kory – teoria, demonstracja wideo	Łukasz Burlinski, PT	12-12-2026	13:30	15:00	01:30
8 z 12 Warsztaty: pozycje na plecach i na brzuchu – cd.	Łukasz Burlinski, PT	12-12-2026	15:15	17:00	01:45
9 z 12 Aktywne ćwiczenia DNS w pozycji leżącej na boku – wprowadzenie na podstawowe mięśnie synergiczne.	Łukasz Burlinski, PT	13-12-2026	08:30	10:30	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 12 Aktywne ćwiczenie DNS w pozycji leżącej na boku. Zaawansowane „wyższe” pozycje ontogenetyczne do aktywnego ćwiczenia.	Łukasz Burlinski, PT	13-12-2026	10:45	12:30	01:45
11 z 12 Techniki mobilizacji i relaksacji oparte na DNS.	Łukasz Burlinski, PT	13-12-2026	13:00	14:00	01:00
12 z 12 Walidacja - Test teoretyczny	-	13-12-2026	14:00	14:15	00:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 690,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 690,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	149,44 PLN
Koszt osobogodziny netto	149,44 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Łukasz Burlinski, PT

Jako pierwszy polski instruktor metody DNS, jego droga do sukcesu była pełna pasji i zaangażowania. Ukończył Akademię Wychowania Fizycznego w Poznaniu z tytułem magistra, a od 2014 roku z powodzeniem prowadzi własną klinikę fizjoterapeutyczno-treningową. Jego zainteresowanie metodą DNS rozpoczęło się w 2016 roku, kiedy ukończył swój pierwszy kurs. Do

2020 roku dzielił się swoją wiedzą, tłumacząc kursy DNS w całej Polsce, obejmujące obszary kliniczne, pediatryczne i specjalistyczne.

W 2023 roku uzyskał oficjalny certyfikat praktyka DNS.

Sport i aktywność fizyczna są nieodłączną częścią jego życia od dzieciństwa. Przez lata grał w siatkówkę, zanim zajął się treningiem siłowym. Zafascynowały go różne techniki treningowe, takie jak CrossFit, kettlebell i podnoszenie ciężarów. Dziś swoją sportową pasję ukierunkowuje na brazylijskie jiu-jitsu, gdzie wciąż stawia czoła wyzwaniom na macie.

W swojej praktyce terapeutycznej łączy metodę DNS z innymi technikami, takimi jak manipulacja powięziowa i neurodynamika. Pracuje z szerokim gronem pacjentów, od osób z problemami ortopedycznymi po schorzenia neurologiczne. Dodatkowo współpracuje z Polskim Związkiem Piłki Siatkowej, pełniąc funkcję fizjoterapeuty wojewódzkiego. Jego podejście jest holistyczne, a każda sesja pozwala mu łączyć wiedzę, doświadczenie i pasję, aby zapewnić swoim pacjentom jak najlepsze rezultaty.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują skrypt autorstwa instruktora prowadzącego szkolenie.

Warunki uczestnictwa

Przed dokonaniem zapisu na usługę, wymagany jest kontakt z Organizatorem celem potwierdzenia wolnych miejsc. Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie regulaminu świadczenia usług szkoleniowych przez firmę Medical Moment. W tym celu należy wypełnić formularz zgłoszeniowy dostępny na stronie: www.medicalmoment.pl Link do formularza: <https://medicalmoment.pl/kursy-i-szkolenia/kurs/pnf-podstawowy> W formularzu w zakładce "Uwagi" należy zaznaczyć, że kurs będzie donansowany ze środków BUR oraz podać pełne dane do faktury. Po potwierdzeniu wysłaniu formularza zgłoszeniowego i potwierdzeniu dostępności miejsc przez organizatora można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR

Informacje dodatkowe

Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem. - Szkolenie jest zwolnione z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 punkt 29 - W zależności od wymogów Operatorów i kwot dofinansowań, mogą pojawić się dodatkowe dopłaty do kursu.

Adres

park Marszałka Józefa Piłsudskiego 27/27

90-307 Łódź

woj. łódzkie

Sala w pełni wyposażona w sprzęt potrzebny do szkolenia: projektor, stoły rehabilitacyjne, materace do ćwiczeń, piłki terapeutyczne, sprzęt pomocniczy.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



ALEKSANDRA ZIENTALA

E-mail zientala.ola@gmail.com

Telefon (+48) 791 830 828