



NTE - New Trainig
Era Beata Kuchalska

★★★★★ 4,9 / 5

92 oceny

Szkolenie nurkowe CMAS P1 – Podstawowy kurs nurkowania (20 m)

Numer usługi 2026/04/09/185588/3473743

📍 Lucień / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 56 h

📅 15.06.2026 do 24.06.2026

6 100,00 PLN brutto

6 100,00 PLN netto

108,93 PLN brutto/h

108,93 PLN netto/h

198,28 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Sport
Grupa docelowa usługi	Usługa skierowana do osób pełnoletnich, chcących zdobyć podstawowe umiejętności nurkowe i uzyskać międzynarodowy certyfikat CMAS P1. Wymagane: podstawowe umiejętności pływackie oraz dobry stan zdrowia.
Minimalna liczba uczestników	5
Maksymalna liczba uczestników	25
Data zakończenia rekrutacji	14-06-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	56
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 uczestników do samodzielnego, bezpiecznego nurkowania w systemie partnerskim do głębokości 20 metrów, zgodnie ze standardami CMAS, poprzez zdobycie wiedzy teoretycznej, umiejętności praktycznych i kompetencji społecznych niezbędnych do planowania i realizacji nurkowań rekreacyjnych.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje zasady bezpieczeństwa i procedury nurkowe.	Uczestnik organizuje bezpieczne nurkowanie (plan, sprzęt, partner) i reaguje adekwatnie na awarie.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Dobiera i obsługuje sprzęt nurkowy.	Wymienia ≥ 6 zasad etycznych i uzasadnia 3 kluczowe.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Realizuje procedury awaryjne w nurkowaniu.	Uczestnik wykonuje: odzyskiwanie automatu, dzielenie powietrza, awaryjne wynurzenie.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Nawiguje pod wodą i komunikuje się z partnerem.	Poprawnie używa sygnałów ręcznych, utrzymuje trasę, współpracuje z partnerem.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Planowanie i prowadzenie nurkowania do 20 m.	Uczestnik planuje nurkowanie z marginesem bezpieczeństwa, przeprowadza je i dokumentuje w logbooku.	Prezentacja
Przestrzega zasad ochrony środowiska wodnego i etyki nurkowej.	Wykazuje postawę prośrodowiskową, minimalizuje wpływ na florę/faunę, przestrzega zasad nurkowych.	Obserwacja w warunkach rzeczywistych
Analizuje własne nurkowania i uczy się na błędach.	Uczestnik identyfikuje mocne strony i obszary do poprawy po każdym nurkowaniu.	Wywiad swobodny

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

Program CMAS P1 (56 h)

Moduł 1 – Wykłady (13 h)

1. Wprowadzenie do nurkowania, organizacje, bezpieczeństwo – 2 h
2. Fizyka nurkowania – 3 h
3. Fizjologia i medycyna nurkowa – 3 h
4. Sprzęt nurkowy – 2 h
5. Planowanie nurkowań, procedury bezpieczeństwa, komunikacja – 3 h

Moduł 2 – Wody ograniczone / basen (15 h)

1. Ćwiczenia podstawowe (zanurzenia, wynurzania, pływalność) – 4 h
2. Ćwiczenia awaryjne (mask removal, odzyskiwanie automatu, buddy check) – 4 h
3. Procedury bezpieczeństwa (brak powietrza, dzielenie automatu, awaryjne wynurzenie) – 3 h
4. Orientacja, nawigacja, sygnały pod wodą, współpraca z partnerem – 4 h

Moduł 3 – Wody otwarte (20 h)

1. Nurkowania adaptacyjne i orientacyjne – 5 h
2. Nurkowania z zadaniami (pływalność, trasa, procedury awaryjne) – 5 h
3. Nurkowania na głębokość do 20 m – planowanie i asekuracja – 5 h
4. Nurkowania końcowe – praktyczne zaliczenie, analiza błędów, logbook – 5 h

Moduł 4 – Egzamin i podsumowanie (8 h)

1. Test teoretyczny (pytania zamknięte, omawianie wyników) – 2 h
2. Egzamin praktyczny w wodach otwartych (ćwiczenia awaryjne, pływalność, partnerstwo) – 4 h
3. Debriefing, omówienie, logbook, certyfikaty – 2 h

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 29

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 29 Wprowadzenie do nurkowania, organizacje, zasady bezpieczeństwa	Ireneusz Lewaśkiewicz	15-06-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 29 Fizyka nurkowania – prawa gazowe, ciśnienie, wypór	Ireneusz Lewaśkiewicz	15-06-2026	10:45	12:15	01:30
3 z 29 Fizjologia nurkowa – układ oddechowy, krążenie, wpływ ciśnienia	Ireneusz Lewaśkiewicz	15-06-2026	13:00	14:45	01:45

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
4 z 29 Medycyna nurkowa – urazy ciśnieniowe, DCS, przeciwwskazania	Ireneusz Lewaśkiewicz	16-06-2026	09:00	10:30	01:30
5 z 29 Planowanie awaryjne	Ireneusz Lewaśkiewicz	16-06-2026	10:45	12:15	01:30
6 z 29 Analiza przypadków	Ireneusz Lewaśkiewicz	16-06-2026	13:00	14:45	01:45
7 z 29 Sprzęt nurkowy – budowa i obsługa	Ireneusz Lewaśkiewicz	17-06-2026	09:00	10:30	01:30
8 z 29 Planowanie nurkowań, procedury bezpieczeństwa, komunikacja pod wodą	Ireneusz Lewaśkiewicz	17-06-2026	10:45	12:15	01:30
9 z 29 Basen: zakładanie sprzętu, check-lista, pierwsze zanurzenia, ćwiczenia maski	Ireneusz Lewaśkiewicz	17-06-2026	13:00	16:15	03:15
10 z 29 Basen: pływalność, wynurzenie, odzyskiwanie automatu	Ireneusz Lewaśkiewicz	18-06-2026	09:00	10:30	01:30
11 z 29 Teoria: Ekologia	Ireneusz Lewaśkiewicz	18-06-2026	10:45	12:15	01:30
12 z 29 Teoria: Procedury lokalne i logistyka	Ireneusz Lewaśkiewicz	18-06-2026	13:00	16:15	03:15

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
13 z 29 Basen: procedury awaryjne (brak powietrza, dzielenie automatu, wynurzenie awaryjne)	Ireneusz Lewaśkiewicz	19-06-2026	09:00	11:00	02:00
14 z 29 Basen: orientacja, nawigacja, komunikacja sygnałami	Ireneusz Lewaśkiewicz	19-06-2026	11:15	12:30	01:15
15 z 29 Basen: ćwiczenia łączone – pływalność, współpraca z partnerem, zadania praktyczne	Ireneusz Lewaśkiewicz	19-06-2026	13:15	15:15	02:00
16 z 29 Nurkowanie 1 i 2: adaptacyjne, orientacyjne, współpraca z partnerem (2 x 1 h pod wodą + przygotowanie)	Ireneusz Lewaśkiewicz	20-06-2026	09:00	11:00	02:00
17 z 29 Nurkowanie 3: ćwiczenia pływalności i procedury awaryjne w wodzie otwartej	Ireneusz Lewaśkiewicz	20-06-2026	11:30	13:15	01:45
18 z 29 Nurkowanie 4: komunikacja i zadania pod wodą	Ireneusz Lewaśkiewicz	21-06-2026	09:00	11:00	02:00
19 z 29 Nurkowanie 5 – kwalifikacyjne / zadaniowe	Ireneusz Lewaśkiewicz	21-06-2026	11:30	13:30	02:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
20 z 29 Debriefing i analiza nurkowań	Ireneusz Lewaśkiewicz	21-06-2026	13:30	14:30	01:00
21 z 29 Nurkowanie 6: asekuracja partnera, dzielenie powietrza	Ireneusz Lewaśkiewicz	22-06-2026	09:00	11:00	02:00
22 z 29 Nurkowanie 7: orientacja, nawigacja pod wodą	Ireneusz Lewaśkiewicz	22-06-2026	11:15	13:15	02:00
23 z 29 Nurkowanie 8: głębokość do 20 m – planowanie i realizacja	Ireneusz Lewaśkiewicz	23-06-2026	09:00	11:00	02:00
24 z 29 Analiza, wpisy do logbooka	Ireneusz Lewaśkiewicz	23-06-2026	11:15	15:15	04:00
25 z 29 Nurkowanie 9 – zadaniowe / nawigacja	Ireneusz Lewaśkiewicz	23-06-2026	15:30	16:30	01:00
26 z 29 Analiza, wpisy do logbooka, omówienie błędów	Ireneusz Lewaśkiewicz	23-06-2026	16:30	17:30	01:00
27 z 29 Test teoretyczny + omówienie	-	24-06-2026	09:00	11:00	02:00
28 z 29 Egzamin praktyczny w wodach otwartych – ćwiczenia awaryjne, współpraca, pływalność	-	24-06-2026	11:15	15:15	04:00

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
29 z 29 Podsumowanie kursu, logbook, certyfikaty	-	24-06-2026	15:30	17:30	02:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 100,00 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	6 100,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	108,93 PLN
Koszt osobogodziny netto	108,93 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Ireneusz Lewaśkiewicz

Ireneusz Lewaśkiewicz posiada ponad 25 lat doświadczenia w nurkowaniu i szkoleniu, łącząc kwalifikacje instruktora międzynarodowej federacji CMAS z uprawnieniami zawodowymi nurka i kierownika prac podwodnych. Jest absolwentem Szkoły Głównej Służby Pożarniczej w Warszawie (tytuł magistra inżyniera pożarnictwa) oraz studiów podyplomowych z zakresu BHP i zarządzania w stanach zagrożenia. Posiada także państwowe uprawnienia instruktora rekreacji ruchowej (specjalność: płetwonurkowanie).

Jako Instruktor M2 CMAS szkoli od poziomu podstawowego P1 po zaawansowane specjalizacje, w tym nurkowanie nocne, podlodowe, wrakowe, poszukiwawcze, nitroksowe czy w suchych skafandrach. Posiada liczne certyfikaty instruktorskie z zakresu udzielania pierwszej pomocy i tlenoterapii. Jako nurek i kierownik prac podwodnych II klasy posiada uprawnienia państwowe do wykonywania i nadzorowania prac do 50 m głębokości, potwierdzone dyplomami Urzędu Morskiego w Gdyni.

Dodatkowo dysponuje kwalifikacjami ratownika (KPP), sternika motorowodnego oraz uprawnieniami UDT (obsługa dźwignic, podestów, napełnianie butli). Łącząc kompetencje dydaktyczne, techniczne i ratownicze, prowadzi szkolenia nurkowe na najwyższym poziomie, zapewniając uczestnikom

bezpieczeństwo i profesjonalne przygotowanie do samodzielnego nurkowania oraz pracy w środowisku wodnym.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

-

Warunki uczestnictwa

Ukończenie 18 roku życia oraz dobry stan zdrowia.

Adres

Lucień 39B
09-504 Lucień
woj. mazowieckie

Kontakt



BEATA KUCHALSKA

E-mail bur@ntera.pl

Telefon (+48) 508 255 497