



## Kinesiotaping Foundations - kurs

Numer usługi 2026/04/09/20897/3473842

1 400,00 PLN brutto

1 400,00 PLN netto

73,68 PLN brutto/h

73,68 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Medical Sport  
Bartłomiej Flis

★★★★★ 4,6 / 5

42 oceny

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 19:00 h

📅 19.12.2026 do 20.12.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

### Grupa docelowa usługi

Szkolenie dedykowane jest osobom wykonującym lub przygotowującym się do wykonywania zawodów medycznych i prozdrowotnych, dla których znajomość technik kinesiotapingu może stanowić istotne uzupełnienie warsztatu terapeutycznego. Grupa docelowa szkolenia „Kinesiotaping Foundations” obejmuje fizjoterapeutów, lekarzy wszystkich specjalności, dyplomowanych masażyistów oraz studentów tych kierunków. Uczestnikami mogą być osoby na różnych etapach kariery zawodowej i edukacyjnej. Wymagana jest podstawowa znajomość anatomii i fizjologii człowieka oraz gotowość do rozwijania praktycznych umiejętności manualnych. Szkolenie skierowane jest do osób planujących poszerzyć zakres świadczonych usług terapeutycznych o techniki kinesiotapingu, wspierające proces leczenia i regeneracji pacjentów.

### Minimalna liczba uczestników

12

### Maksymalna liczba uczestników

24

### Data zakończenia rekrutacji

14-12-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

19

### 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 usługi jest przygotowanie uczestników do samodzielnego i skutecznego stosowania metody Kinesio Taping® w praktyce klinicznej. Uczestnicy naberą wiedzę i umiejętności w zakresie oceny pacjenta, doboru i aplikacji taśmy w określonych przypadkach klinicznych oraz bezpiecznego jej usuwania. Kurs rozwija także kompetencje komunikacyjne w relacji terapeuta–pacjent.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje podstawowe zasady działania i cele stosowania kinesiotapingu w terapii.	Wyjaśnia mechanizmy działania taśmy w odniesieniu do struktur anatomicznych.	Test teoretyczny
	Wymienia cele terapeutyczne możliwe do osiągnięcia za pomocą kinesiotapingu.	Test teoretyczny
Uczestnik rozróżnia oraz dobiera odpowiednie techniki aplikacji taśm w zależności od potrzeb pacjenta.	Określa sytuacje kliniczne i dobiera do nich właściwą technikę aplikacji.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uzasadnia wybór techniki kinesiotapingu w odniesieniu do objawów pacjenta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik prawidłowo aplikuje taśmy kinesiotapingowe na modelu w warunkach symulowanych.	Przygotowuje skórę i taśmę do aplikacji.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Aplikuje taśmę zgodnie z zasadami technicznymi (napięcie, kierunek, stabilność).	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Kontroluje poprawność i trwałość aplikacji.	Obserwacja w warunkach symulowanych

## 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 rozdzielanie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

## Program

### Czas trwania:

- **Łącznie:** 19 godzin dydaktycznych (w tym 5 godz. teorii + 8,5 godz. praktyki + 0,5 h walidacja)
- **Tryb szkolenia:** stacjonarny
- **Zajęcia realizowane w godzinach zegarowych**
- W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 2,5 h. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Krótkie przerwy realizowane w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy i potrzeb uczestników podczas szkolenia.

DZIEŃ 1 – 9:00–17:00

**9:00–10:30** – *Teoria*

Wprowadzenie do metody KT: historia, zastosowanie, właściwości taśmy Kinesio®, koncepcja wielowarstwowości

**10:40–12:00** – *Teoria*

Wpływ taśmy KT na skórę, powięź, mięśnie, stawy, układ limfatyczny; teoria biotensegracji

**12:45–14:15** – *Praktyka*

Zasady nakładania taśmy: prezentacja i ćwiczenia; metody usuwania taśmy; Kinesiotaping EDF

**14:25–17:00** – *Teoria + Praktyka*

Manualny test kierunkowy, korekcje: powięziowa, przestrzenna, mięśniowa

Testy odcinka szyjnego, mięśnie szyi: najdłuższy i pochyły przedni

**(część teoretyczna 1h + część praktyczna 1,5h)**

DZIEŃ 2 – 8:00–16:30

**8:00–9:30** – *Praktyka*

Testy funkcjonalne: obręcz barkowa, zgięcie tułowia, biodro, kończyna dolna

Aplikacje: m. piersiowy większy, równoległoboczny większy

**9:40–11:25** – *Praktyka*

Aplikacje korekcyjne: cieśń nadgarstka, m. prosty brzucha, m. pośladkowy średni, prosty uda

**12:00–13:00** – *Teoria + Praktyka*

Techniki korekcji: mechaniczna (kształt I, Y, V), staw ramienny, m. podgrzebieniowy

Korekcje ścięgnowe i więzadłowe: ścięgno Achillesa, MCL, rozciągno podeszwowe

**(część teoretyczna 0,5h + praktyczna 0,5h)**

**13:10–16:00** – *Teoria + Praktyka*

Korekcje funkcjonalne: staw skokowy, promieniowo-nadgarstkowy

Korekcja limfatyczna; przeciwwskazania, wytyczne kliniczne

**(część teoretyczna 45min + praktyczna 2h)**

**16:00 - 16:30** – *Walidacja (wszystkie wskazane w efektach uczenia się metody)*

**Warunki organizacyjne przeprowadzenia szkolenia:**

- na 2 uczestników zapewniamy 1 stół do masażu na część praktyczną,
- dla każdego z uczestników przeznaczamy 3 oryginalne taśmy Kinesio do pracy podczas kursu w trakcie części praktycznej,
- szkolenie składa się z jednej grupy szkoleniowej, w której uczestniczy od 12 do 24 osób
- Kursanci ćwiczą w części praktycznej na sobie nawzajem.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 9

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 9</b> Teoria Wprowadzenie do metody KT: historia, zastosowanie, właściwości taśmy Kinesio®, koncepcja wielowarstwowości	Marta Piechowska	19-12-2026	09:00	10:30	01:30
<b>2 z 9</b> Teoria - Wpływ taśmy KT na skórę, powięź, mięśnie, stawy, układ limfatyczny; teoria biotensegracji	Marta Piechowska	19-12-2026	10:40	12:00	01:20
<b>3 z 9</b> Praktyka Zasady nakładania taśmy: prezentacja i ćwiczenia; metody usuwania taśmy; Kinesiotaping EDF	Marta Piechowska	19-12-2026	12:45	14:15	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>4 z 9</b> Teoria 1h + Praktyka 1,5h - Testy kierunkowe, korekcje powięziowe, dekompresyjne i mięśniowe; testy szyi i mięśni szyi</p>	Marta Piechowska	19-12-2026	14:25	17:00	02:35
<p><b>5 z 9</b> Praktyka - Testy funkcjonalne: obręcz barkowa, zgięcie tułowia, biodro, kończyna dolna Aplikacje: m. piersiowy większy, równoległoboczny większy</p>	Marta Piechowska	20-12-2026	08:00	09:30	01:30
<p><b>6 z 9</b> Praktyka Aplikacje korekcyjne: cieśń nadgarstka, m. prosty brzucha, m. pośladkowy średni, prosty uda</p>	Marta Piechowska	20-12-2026	09:40	11:25	01:45
<p><b>7 z 9</b> teoria 0,5h, praktyka 0,5h - korelacje mechaniczne (kształt I, Y, V), staw ramienny, m. podgrzebieniowy Korekcje ścięgnowe i więzadłowe: ścięgno Achillesa, MCL, rozciągno podeszwowe</p>	Marta Piechowska	20-12-2026	12:00	13:00	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<span>8 z 9</span> Teoria 45min+ Praktyka2h - Korekcje funkcjonalne: staw skokowy, promieniowo-nadgarstkowy Korekcja limfatyczna; przeciwwskazania, wytyczne kliniczne	Marta Piechowska	20-12-2026	13:10	15:30	02:20
<span>9 z 9</span> Walidacja	-	20-12-2026	15:30	16:00	00:30

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	1 400,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	1 400,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	73,68 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	73,68 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Marta Piechowska

Dr Marta Piechowska to specjalistka w zakresie fizjoterapii i masażu, posiadająca doświadczenie w zakresie tematycznym szkolenia, jak również doświadczenie w zakresie przeprowadzania walidacji – obydwa aktualne i wykorzystywane w praktyce w ostatnich 5 latach przed datą publikacji karty w BUR. Jej kompetencje łączą wiedzę akademicką z wieloletnim doświadczeniem praktycznym w pracy z pacjentami oraz uczestnikami szkoleń zawodowych. Jest rehabilitantką ruchową ze specjalnością masaż i odnowa biologiczna oraz gimnastyka korekcyjna i kompensacyjna. Wykłada na Akademii Wychowania Fizycznego Józefa Piłsudskiego w Warszawie i uczy przedmiotów

zawodowych w szkole medycznej EduMedica w Pabianicach. Od 2011 roku prowadzi specjalistyczne szkolenia i warsztaty z zakresu masażu, fizjoterapii i metod wspierających rozwój psychoruchowy, a także uczestniczy w działaniach Collegium Masażu Medycznego w Łodzi. W 2021 roku ukończyła studia podyplomowe z masażu medycznego. Autorka publikacji naukowych, praktyk i szkoleniowicz, od lat angażuje się również w procesy weryfikacji nabytych kompetencji uczestników szkoleń. Doświadczenie w zakresie prowadzenia kursów rozwija systematycznie, zgodnie z wymaganiami BUR, opierając się na rzeczywistej pracy z osobami dorosłymi w obszarze usług rozwojowych.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Nasi kursanci otrzymują:

- 3 oryginalne taśmy Kinesio,
- kolorowy skrypt.

### Warunki uczestnictwa

Kurs skierowany jest do:

- Fizjoterapeutów
- Lekarzy
- Pielęgniarki
- Położne
- Dyplomowanych Masażystów
- Studentów powyższych specjalności.

Szkolenie przeznaczone jest do fizjoterapeutów, lekarzy, dyplomowanych masażyści, studentów powyższych specjalności, którzy pragną zgłębić, rozwinąć lub utrwalić swoje umiejętności i wiedzę w zakresie kinesiologii i kinesiotapingu.

**Aby uczestniczyć w kursie nie wymagamy jednak przedstawienia dyplomu ukończenia studiów czy też kursów. Podstawą do wzięcia udziału w szkoleniu jest znajomość anatomii (przyczepów, funkcji oraz topografii mięśni), a także fizjologii oraz biomechaniki ludzkiego ciała.**

## Informacje dodatkowe

### Metody interaktywne i aktywizujące zastosowane podczas szkolenia

- **Ćwiczenia praktyczne w parach** – uczestnicy wykonują aplikacje kinesiologii na sobie nawzajem, ucząc się przez działanie i bezpośrednio odczuwanie efektów
- **Demonstracje na żywo (live demo)** – prowadzący pokazuje techniki, a uczestnicy od razu je odwzorowują
- **Analiza przypadków klinicznych (case study)** – omawianie konkretnych problemów pacjentów i dobór odpowiednich aplikacji
- **Dyskusja moderowana** – wspólne omawianie efektów aplikacji i wymiana doświadczeń między uczestnikami
- **Korekta indywidualna (feedback 1:1)** – prowadzący na bieżąco koryguje technikę każdego uczestnika
- **Symulacje pracy z pacjentem** – odtworzenie realnych sytuacji terapeutycznych
- **Pytania problemowe i mini quizy** – aktywizacja wiedzy teoretycznej w trakcie zajęć
- **Samodzielne projektowanie aplikacji** – uczestnicy dobierają techniki do konkretnych przypadków

Warunki organizacyjne przeprowadzenia szkolenia:

- na 2 uczestników zapewniamy 1 stół do masażu na część prakt

# Adres

al. Aleja Krakowska 235

02-180 Warszawa

woj. mazowieckie

Hotel Golden Tulip

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- przerwa kawowa, stoły do masażu

# Kontakt



**MAGDALENA KOPERSKA-WOLAK**

**E-mail** [akademia@medicalsport.pl](mailto:akademia@medicalsport.pl)

**Telefon** (+48) 797 553 801