



DAWID KASOLIK
SYNTONIC

★★★★★ 4,9 / 5

514 ocen

DNS ST 2 - Dynamic Neuromuscular Stabilization Strength Training 2

Numer usługi 2026/04/16/35015/3490898

📍 Łódź

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 18:00 h

📅 17.07.2026 do 19.07.2026

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

166,67 PLN brutto/h

166,67 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Fizjoterapeuci, osteopacji, masażyści, terapeuci manualni, chiropraktycy, neurologrzy, ortopedzi, psychologowie, lekarze, trenerzy personalni, trenerzy przygotowania motorycznego.
Minimalna liczba uczestników	15
Maksymalna liczba uczestników	22
Data zakończenia rekrutacji	13-07-2026
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 uzyskanie przez uczestnika umiejętności teoretycznych oraz praktycznych na temat samodzielnego stosowania terapii DNS u pacjentów w różnych przypadkach klinicznych i w różnym wieku od dzieci do seniorów.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Poznaje pochodzenie i funkcję łańcuchów mięśni skośnych brzucha oraz czynnościowej centracji stawów.</p> <p>Analizuje i ocenia obciążenie stóp, funkcję przepony w sporcie z uwzględnieniem pozycji 6 miesięcznego dziecka.</p>	<p>Wykonanie prawidłowego opisu sytuacji pacjenta.</p> <p>Dokonanie prawidłowej analizy posturalnej pacjenta</p>	<p>Wywiad swobodny</p> <p>Wywiad swobodny</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Rozróżnia i definiuje stabilizacje posturalną w różnych przypadkach klinicznych</p> <p>Poznaje i wykorzystuje ćwiczenia DNS ST w różnych pozycjach. Stosuje techniki relaksacyjne.</p>	<p>Wykonanie prawidłowego opisu sytuacji pacjenta.</p> <p>Dokonanie wyboru odpowiednich technik pracy z pacjentem.</p>	<p>Wywiad swobodny</p> <p>Wywiad swobodny</p> <p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>

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

Szkolenie odbywa się w sali zaopatrzonej w rzutni multimedialny, stoły terapeutyczne oraz miejsce z matami do ćwiczeń.

W trakcie zajęć teoretycznych uczestnicy korzystają z miejsca przeznaczonego na naukę tematów teoretycznych.

W czasie praktyki korzystają z kozetek terapeutycznych oraz mat do ćwiczeń.

W celu osiągnięcia tego celu uczestnik powinien poznać takie szczegółowe zagadnienia przedstawiane w poszczególne dni jak:

Omówienie czynnościowej centracji stawów.
Pochodzenie i funkcja łańcuchów mięśni skośnych brzucha.
Nauka prawidłowego obciążenia stóp: zaangażowana anatomia i jej wpływ na stabilizację oraz centrację.
Funkcja przepony w sporcie.

Warsztaty z ćwiczeń DNS opartych na kinezylogii rozwojowej od noworodka do 18. miesiąca życia, ze szczególnym uwzględnieniem pozycji powyżej 6. miesiąca życia (siad skośny, pozycja trójnożna, pozycja niedźwiedzia). Przeniesienie zasad działania systemu DNS w programowaniu.

Oceny DNS: Test zgięcia bioder w siadzie Zróżnicowana ocena Bear 1/2 Ocena klęczenia 1/2 Ocena klęczenia do wstania Ocena Tripod
Ocena ruchów w treningu siłowym: Hinging: Wymach kettlebell, Wymach kettlebell jednorącz, Zróżnicowany RDL, RDL jednorącz Przysiady: Przysiad skośny, Wypad odwrotny Wyciskanie: Wyciskanie hantli/kabla jednorącz, Wyciskanie kettlebell jednorącz, Ławka jednorącz Przyciąganie: Wiosłowanie poziome jednorącz (symetryczne i przesunięte), Wariacje wiosłowania hantlami jednorącz

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 11

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Omówienie czynnościowej centracji stawów	Richard Ulm	17-07-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 11 Pochodzenie i funkcja łańcuchów mięśni skośnych brzucha.	Richard Ulm	17-07-2026	11:00	12:30	01:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 11 Nauka prawidłowego obciążenia stóp: zaangażowana anatomia i jej wpływ na stabilizację oraz centrację.	Richard Ulm	17-07-2026	13:30	16:00	02:30
4 z 11 Funkcja przepony w sporcie	Richard Ulm	17-07-2026	16:00	17:00	01:00
5 z 11 Funkcja przepony w sporcie.	Richard Ulm	18-07-2026	09:00	09:30	00:30
6 z 11 Warsztaty z ćwiczeń DNS opartych na kinezylogii rozwojowej od noworodka do 18. miesiąca życia, ze szczególnym uwzględnieniem pozycji powyżej 6. miesiąca życia	Richard Ulm	18-07-2026	09:30	11:00	01:30
7 z 11 Przeniesienie zasad działania systemu DNS w programowaniu.	Richard Ulm	18-07-2026	11:00	13:30	02:30
8 z 11 Oceny DNS	Richard Ulm	18-07-2026	14:30	17:00	02:30
9 z 11 Ocena DNS	Richard Ulm	19-07-2026	09:00	09:30	00:30
10 z 11 Ocena ruchów w treningu siłowym	Richard Ulm	19-07-2026	09:30	12:30	03:00
11 z 11 Walidacja	-	19-07-2026	12:30	13:00	00:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	166,67 PLN
Koszt osobogodziny netto	166,67 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Richard Ulm

Obecnie Richard Ulm jest terapeutą prowadzącym Columbus Chiropractic and Rehabilitation Center w Columbus, Ohio, gdzie łączy swoje doświadczenie w lekkoatletyce i treningu z doświadczeniem w terapii manualnej i rehabilitacji funkcjonalnej. To, co sprawiło, że zajął się medycyną, to pasja do ludzkiej wydajności, którą nabył podczas przygotowań (próby zakwalifikowania się) do igrzysk olimpijskich w 2004 i 2008 roku. Chociaż nie udało mu się osiągnąć tego wzniosłego celu, zakwalifikował się do kilku mistrzostw USA, w tym do kwalifikacji do drużyn olimpijskich w 2004 i 2008 roku. W tym czasie trenował na wysokim poziomie z wieloma olimpijczykami (w tym z żoną Jackie), a także był prowadzony przez 4-krotnego olimpijczyka i byłego rekordzistę Ameryki, Juda Logana. To doświadczenie, dało mu okazję pracy na elitarnym poziomie treningu, inspirując go do kontynuowania zawodu trenera siłowego. Przez następne 10 lat pilnie studiował wszystko, co mogłoby poprawić jego zrozumienie treningu i ludzkiego ciała. Ostatecznie ta droga doprowadziła go do Collegu medycznego, gdzie mógł spędzać długie godziny studiując biomechanikę, anatomię ogólną, neurologię i rehabilitację funkcjonalną, w nadziei na głębsze zrozumienie ludzkiego ciała i wydajności. W swojej klinice leczy pełne spektrum pacjentów, od elitarnych sportowców (zawodowców, sportowców CF Games, olimpijczyków) po skrajnie dysfunkcyjnych, którzy często „nie mają innych opcji terapeutycznych”.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały w formie papierowej.

Warunki uczestnictwa

Uczestnik zobowiązany jest do wcześniejszego zarejestrowania się na szkolenie poprzez stronę syntonic.pl w celu rezerwacji miejsca na szkolenie.

Wykształcenie medyczne - fizjoterapeuci, masażyści, lekarze, osteopaci lub wykształcenie dotyczące nauki o zdrowiu np: trenerzy przygotowania motorycznego, trenerzy.

Informacje dodatkowe

www.syntonic.pl

Podstawa zwolnienia z VAT: art.43 ust. 1 pkt 26 lit. a ustawy o podatku od towarów i usług. Kurs organizowany w ramach Niepublicznej Placówki Kształcenia Ustawicznego „Syntonic” (numer RSP0: 478 034)

Adres

ul. Siewna 15

94-250 Łódź

woj. łódzkie

VeraSport

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Rzutnik cyfrowy,

Kontakt



Aleksandra Gregorczyk

E-mail kasolik@syntonic.pl

Telefon (+48) 577 365 999