



## kurs PNF podstawowy

Numer usługi 2026/04/17/23372/3494685

4 300,00 PLN brutto

4 300,00 PLN netto

57,33 PLN brutto/h

57,33 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Medical Moment  
Urszula Górecka-  
Fligiel

★★★★★ 4,6 / 5

365 ocen

📍 Łódź

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 75:00 h

📅 23.05.2026 do 06.07.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

### Grupa docelowa usługi

Kurs skierowany jest do osób posiadających dyplom ukończenia studiów fizjoterapeutycznych (magister, licencjat), dyplom osteopaty, lekarzy oraz do osób będących w trakcie studiów fizjoterapeutycznych, które mają ukończone przynajmniej cztery lata tychże studiów i rozpoczęły piąty rok (weryfikowane na podstawie aktualnej legitymacji studenckiej, zaświadczenia z dziekanatu).

### Minimalna liczba uczestników

6

### Maksymalna liczba uczestników

20

### Data zakończenia rekrutacji

15-05-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

75

### 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 zapoznanie kursanta z zasadami i filozofią PNF, z naciskiem na znajomość technik i wzorców ruchowych wg PNF. Przygotowanie kursanta do samodzielnego prowadzenia terapii u pacjentów z zaburzeniami neurologicznymi i ortopedycznymi.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: - definiuje zasady i założenia koncepcji PNF - charakteryzuje wzorce ruchowe i techniki	- prawidłowo opisuje filozofię metody PNF - rozróżnia wzorce i techniki stosowane w pracy z pacjentem	Obserwacja w warunkach symulowanych
		Test teoretyczny
UMIĘJĘTNOŚCI: - przeprowadza wywiad z pacjentem zgodnie z zasadami PNF - planuje terapię zgodnie z zasadami PNF - prowadzi terapię z pacjentem	- prowadzi wywiad z uwzględnieniem wszystkich wytycznych - ocenia stan pacjenta - określa cele i metody pracy - argumentuje wybór terapii - demonstruje znajomość technik, wzorców i praktyczne ich zastosowanie, - ocenia postępy pacjentów wykorzystując testy funkcjonalne	Obserwacja w warunkach symulowanych  Test teoretyczny
KOMPETENCJE SPOŁECZNE: - nawiązuje kontakt z pacjentem - pracuje w zespole terapeutycznym, - przestrzega zasad etyki zawodowej	- prowadzi wywiad z pacjentem - komunikuje się z innymi osobami w zespole - dokonuje samooceny wykonanych zadań	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 rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

# Program

Program szkolenia to zapoznanie z:

- historią IPNFA i filozofią PNF
- podstawowymi zasadami i procedurami
- wzorcami PNF i ich kombinacjami ( Wzorce Łopatka / Miednica, kończyna górna/ kończyna dolna, tułów, głowa)
- technikami: Rytmiczne Pobudzanie Ruchu , Kombinacja skurczów Izotonicznych, Dynamiczna Zwrotność Ciągła , Stabilizacja Zwrotna, Trzymaj-Rozluźnij, Napnij-Rozluźnij , Stabilizacja Rytmiczna, Chopping, Lifting, Timing for Emphasis, Stabilizacja Zwrotna i Rytmiczna, Replikacja
- aktywnościami na macie : obroty z użyciem łopatki i miednicy, progresja z leżenia tyłem
- oceną pacjenta i budowaniem planu terapii (ICF)
- demonstracją pacjenta i rozwiązywaniem problemów klinicznych
- prawidłowym i patologicznym chodem: aktywności w chodzie: Aproksymacja, Weight Shift, Wykrok, Faza podporowa , Faza przenoszenia, Chód bokiem, Skrzyżny, tyłem
- badaniem neurologicznym - patologie CUN
- kartą Badania Pacjenta (ICF) , budowanie planu terapii
- oddychaniem, Transferami
- terapią mm. mimicznych, Terapia wewnątrz jamy ustnej
- walidacja

Dzięki uzyskanej wiedzy uczestnik będzie mógł zastosować w swojej pracy klinicznej:

- ocenę funkcjonalną pacjenta w celu rozpoznania występujących nieprawidłowości funkcjonalnych
- terapię zgodną z zasadami PNF

Szkolenie obejmuje 58 godzin praktycznych i 17 godzin zajęć teoretycznych.

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

Warunkiem otrzymania certyfikatu jest pozytywne zdanie testu teoretycznego oraz obecność na zajęciach. Dopuszcza się możliwość opuszczenia maksymalnie 2 godzin szkolenia. Obecność będzie weryfikowana na podstawie listy obecności.

Liczba godzin usługi podana jest w godzinach zegarowych (1 godzina zegarowa to 60 minut) i wynosi 75h, co stanowi 100 godzin dydaktycznych (45 min).

W harmonogramie ujęto również przerwy - łącznie 8 godzin zegarowych w ciągu 9 dni. Przerwy w czasie kursu dostosowane będą do tempa pracy uczestników szkolenia i ich potrzeb.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 35

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 35</b> Historia IPNFA, Filozofia PNF	Sebastian Walczyk	23-05-2026	08:30	11:00	02:30
<b>2 z 35</b> Wprowadzenie do wzorców PNF, Wzorce Łopatka / Miednica	Sebastian Walczyk	23-05-2026	11:00	13:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>3 z 35</b> Techniki: Rytmiczne Pobudzanie Ruchu	Sebastian Walczyk	23-05-2026	13:30	15:45	02:15
<b>4 z 35</b> Aktywności na macie – obroty z użyciem łopatki i miednicy, Techniki: Kombinacja skurczów Izotonicznych	Sebastian Walczyk	23-05-2026	16:00	18:00	02:00
<b>5 z 35</b> Aktywności na Macie - progresja z leżenia przodem, Techniki: Stabilizacja Zwrotna	Sebastian Walczyk	24-05-2026	08:30	11:00	02:30
<b>6 z 35</b> Wprowadzenie do wzorców kończyny górnej, Techniki: Dynamiczna Zwrotność Ciągła	Sebastian Walczyk	24-05-2026	08:30	11:00	02:30
<b>7 z 35</b> Ocena pacjenta i budowa planu terapii (ICF)	Sebastian Walczyk	24-05-2026	11:15	13:00	01:45
<b>8 z 35</b> Demonstracja pacjenta	Sebastian Walczyk	24-05-2026	13:30	15:45	02:15
<b>9 z 35</b> Wzorce kończyn górnych, Łopatka /Miednica - kombinacje	Sebastian Walczyk	24-05-2026	16:00	18:00	02:00
<b>10 z 35</b> Techniki kończyn górnych	Sebastian Walczyk	25-05-2026	11:15	13:00	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>11 z 35</b> Techniki: Trzymaj-Rozluźnij, Napnij-Rozluźnij	Sebastian Walczyk	25-05-2026	13:30	15:45	02:15
<b>12 z 35</b> Warsztaty: Rozwiązywanie problemów klinicznych	Sebastian Walczyk	25-05-2026	16:00	18:00	02:00
<b>13 z 35</b> Chód , Terapia w siadzie, Techniki: Stabilizacja Rytmiczna	Sebastian Walczyk	26-05-2026	08:30	11:00	02:30
<b>14 z 35</b> Scooting, Wstawanie, Demonstracja pacjenta	Sebastian Walczyk	26-05-2026	11:15	13:00	01:45
<b>15 z 35</b> Aktywności w chodzie: Aproksymacja, Weight Shift, Wykrok	Sebastian Walczyk	26-05-2026	13:30	15:45	02:15
<b>16 z 35</b> Aktywności w chodzie: Faza podporowa	Sebastian Walczyk	26-05-2026	16:00	18:00	02:00
<b>17 z 35</b> Wzorce głowy w siadzie Chopping, Lifting	Sebastian Walczyk	02-07-2026	08:30	11:00	02:30
<b>18 z 35</b> Wzorce kończyn, Warsztaty: Analiza chodu pacjentów	Sebastian Walczyk	02-07-2026	11:15	13:00	01:45
<b>19 z 35</b> Aktywna powtórka wzorców, technik	Sebastian Walczyk	02-07-2026	13:30	15:45	02:15
<b>20 z 35</b> Badanie neurologiczne - patologie CUN , Karta Badania Pacjenta (ICF)	Sebastian Walczyk	02-07-2026	16:00	18:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>21 z 35</b> Wzorce KG z Technikami, Timing for Emphasis	Sebastian Walczyk	03-07-2026	08:30	11:00	02:30
<b>22 z 35</b> Terapia pacjentów Pytania do terapii pacjentów	Sebastian Walczyk	03-07-2026	11:15	13:00	01:45
<b>23 z 35</b> Aktywności na macie - powtórka, przypadki kliniczne Techniki: Stabilizacja Zwrotna i Rytmiczna	Sebastian Walczyk	03-07-2026	13:30	15:45	02:15
<b>24 z 35</b> Tułów - Wzorce Bilateralne KD, Zgięcie w siadzie, Chopping i Lifting	Sebastian Walczyk	03-07-2026	16:00	18:00	02:00
<b>25 z 35</b> wzorce kończyn z technikami	Sebastian Walczyk	04-07-2026	08:30	11:00	02:30
<b>26 z 35</b> Demonstracja pacjentów, Pytania do terapii	Sebastian Walczyk	04-07-2026	11:15	13:00	01:45
<b>27 z 35</b> Aktywności w chodzie: Faza przenoszenia, Chód bokiem, Skrzyżny Chód tyłem,	Sebastian Walczyk	04-07-2026	13:30	15:45	02:15
<b>28 z 35</b> wzorce kończyn dolnych	Sebastian Walczyk	04-07-2026	16:00	18:00	02:00
<b>29 z 35</b> Techniki: Replikacja	Sebastian Walczyk	05-07-2026	08:30	11:00	02:30

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>30 z 35</b> Demonstracja pacjentów, Pytania do terapii	Sebastian Walczyk	05-07-2026	11:15	13:00	01:45
<b>31 z 35</b> Wzorce KG i KD w innych pozycjach , Wykład: Oddychanie, Transfery	Sebastian Walczyk	05-07-2026	13:30	15:45	02:15
<b>32 z 35</b> Terapia mm. mimicznych,	Sebastian Walczyk	05-07-2026	16:00	18:00	02:00
<b>33 z 35</b> Terapia mm. mimicznych,	Sebastian Walczyk	06-07-2026	08:30	11:00	02:30
<b>34 z 35</b> Terapia mm. mimicznych,	Sebastian Walczyk	06-07-2026	11:15	15:15	04:00
<b>35 z 35</b> Walidacja - test teoretyczny	-	06-07-2026	15:15	15:30	00:15

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	4 300,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	4 300,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	57,33 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	57,33 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1



## Sebastian Walczyk

międzynarodowy Instruktor IPNFA. Jest absolwentem Akademii Wychowania Fizycznego w Krakowie. W 2006 roku ukończył 9 miesięczny kurs PNF w KFRC Vallejo w Kalifornii, USA. Od 2015 roku jest Instrukтором IPNFA i prowadzi szkolenia na całym świecie. Jest wykwalifikowanym terapeutą manualnym, terapeutą metody Cyriax, PNF, ukończył z sukcesem wiele kursów podyplomowych z zakresu fizjoterapii ortopedycznej i neurologicznej w Polsce i zagranicą. W 2020 roku ukończył studia podyplomowe z zakresu Osteopatii (FICO), obecnie jest jednym z asystentów w Still Academy of Osteopathy. Sebastian Walczyk posiada prawie 20 letnie doświadczenie zawodowe. W swojej pracy zajmuje się głównie pacjentami z problemami ortopedycznymi i neurologicznymi.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy otrzymują skrypt stanowiący kompendium wiedzy.

Uczestnik kursu otrzymuje Certyfikat zaświadczający o ukończeniu szkolenia i wymiarze jego godzin.

### Informacje dodatkowe

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](http://www.medicalmoment.pl)

Link do formularza: <https://medicalmoment.pl/kursy-i-szkolenia/kurs/dns-pediatric/>

W formularzu w zakładce "Uwagi" należy zaznaczyć, że kurs będzie dofinansowany 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

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,

## Adres

al. marsz. 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. Parking dla uczestników szkolenia.

### Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

# Kontakt



**Aleksandra Zientala**

**E-mail** [biuro@medicalmoment.pl](mailto:biuro@medicalmoment.pl)

**Telefon** (+48) 791 830 828