



Kurs ZOGA Movement Therapy Wady Postawy

Numer usługi 2026/04/19/55596/3497832

3 900,00 PLN brutto

3 900,00 PLN netto

90,70 PLN brutto/h

90,70 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

ODNOVA Sp. z o.o.

★★★★★ 4,7 / 5

9 878 ocen

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 43:00 h

📅 30.11.2026 do 04.12.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

Kurs przeznaczony dla

- fizjoterapeutów,
- terapeutów ruchowych i manualnych,
- trenerów i nauczycieli ruchowych,
- instruktorów jogi,
- instruktorów fitness,
- studentów ww. kierunków,
- usługa adresowana jest również do uczestników projektów: Kierunek-Rozwój, Akademia HR, Regionalny Fundusz Szkoleniowy II, Małopolski pociąg do kariery - sezon 1, Nowy start w Małopolsce z EURESem, Lubuskie Bony Rozwojowe, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe a także do Pracodawców i ich Pracowników.

Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.

Do udziału w szkoleniu zapraszamy również uczestników projektów realizowanych przez innych Operatorów BUR.

Minimalna liczba uczestników

8

Maksymalna liczba uczestników

26

Data zakończenia rekrutacji

29-11-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

Liczba godzin usługi

43

Cel

Cel edukacyjny

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do: samodzielnego stosowania technik Zoga w prowadzeniu analizy i oceny zaburzeń posturalnych spotykanych w wadach postawy – częstych konsekwencji ruchowych i posturalnych; dostrzegania, analizy i oceny zawłości poszczególnych wzorców posturalnych a także stosowania technik uwalniania Mięśniowo-Powięziowego i ZOGA Movement w pracy terapeutycznej korekcji.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik samodzielnie prawidłowo rozróżnia i definiuje szczegółową anatomię oraz struktury anatomiczne danego obszaru	Uczestnik określa relacje pomiędzy poszczególnymi odchyleniami postawy ciała i występującymi kompensacjami oraz korespondujące z nimi połączenia kostne i mięśniowo - powięziowe	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik definiuje struktury anatomiczne poszczególnych obszarów	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Uczestnik samodzielnie analizuje, ocenia zaburzenia, prawidłowo stosuje techniki terapeutyczne oraz techniki uwalniania mięśniowo-powięziowego oraz ćwiczenia używane dla przywrócenia prawidłowej postawy	Uczestnik określa techniki pracy z nieprawidłowymi wadami postawy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
	Uczestnik pracuje dla poprawy mechaniki stopy i nogi, dla stabilności miednicy i wydajności kręgosłupa	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik samodzielnie pracuje z nieprawidłowymi wadami postawy	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik samodzielnie pracuje z dziećmi z różnymi problemami z wykorzystaniem poznanych technik	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik umiejętnie widzi i czyta zawłości poszczególnych wzorców ruchowych i posturalnych	Analiza dowodów i deklaracji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik przestrzega praw pacjenta i zasad etyki zawodowej oraz realizuje potrzebę ciągłego kształcenia się	Uczestnik podwyższa swoje kompetencje poprzez samodoskonalenie oraz systematyczne aktualizowanie wiedzy i umiejętności	Analiza dowodów i deklaracji
	Komunikuje pacjentowi planowany plan pracy oraz zastosowane metody	Analiza dowodów i deklaracji
	Używa specjalistycznego języka komunikując się z zespołem medycznym	Analiza dowodów i deklaracji

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

Warunki niezbędne do spełnienia, aby realizacja usługi pozwoliła na osiągnięcie celu: Uczestnicy powinni znać anatomię i fizjologię człowieka. Celem łatwiejszego osiągnięcia celu głównego uczestnicy powinni zapoznać się z materiałami dydaktycznymi otrzymanymi na kursie oraz zapoznać się z ogólnodostępną literaturą naukową.

Uczestnik po ukończeniu usługi będzie przygotowany do: samodzielnego stosowania technik Zoga w prowadzeniu analizy i oceny zaburzeń posturalnych spotykanych w wadach postawy – częstych konsekwencji ruchowych i posturalnych; dostrzegania, analizy i oceny zawłości poszczególnych wzorców posturalnych a także stosowania technik uwalniania Mięśniowo-Powięziowego i ZOGA Movement w pracy terapeutycznej korekcji.

Forma szkolenia: Trening połączony z wykładem, dyskusja, ćwiczenia, praca na sobie nawzajem lub na modelach. Uczestnicy pracują w parach, każda z par przy jednym stole fizjoterapeutycznym.

Czas: 43 godziny dydaktyczne:

Program:

1. Ocena prawidłowej postawy i ruchu oraz strategii terapeutyczne. Omówienie interakcji stopy z podłożem i konsekwencjach braku tej równowagi w reszcie ciała. Tworzenie strategii dla poprawy mechaniki stopy i nogi, dla stabilności miednicy i wydajności kręgosłupa.
2. Stopa i kończyna dolna. Techniki skutecznie wpływające na strukturę i ruch w obszarze stopy i kończyn dolnych. Uzupełnienie technik manualnych o techniki kierowania ruchem.
3. Klatka piersiowa i kręgosłup. Nieprawidłowości występujące w obrębie klatki piersiowej i kręgosłupa. Praca nad przywróceniem prawidłowej ruchomości i postawy ciała.
4. Spirala mięśniowo-powięziowa. Omówienie przebiegu oraz analiza funkcjonalna tego w jaki sposób zaburzenia napięcia w obrębie tych struktur będą wpływały na ustawienie stóp, kolan czy również miednicy względem klatki piersiowej.
5. Tkanki głębokie a wady postawy. Tkanki głębokie, połączenia mięśniowo-powięziowe kończyn górnych i funkcjonalne połączenia tkanek w ciele. Omówienie wymienionych przebiegów połączeń mięśniowo- powięziowych i korespondujących z nimi wad postawy. Nauka wybranych technik na tkankach głębokich. Ćwiczenia zalecane pacjentom do domu z zakresu metody Zoga Movement, które wspomagać będą proces terapeutyczny.

6. Walidacja

Opis zastosowania metod walidacji:

1. Analiza dowodów i deklaracji w części praktycznej

W procesie walidacji umiejętności praktycznych uczestników zastosujemy metodę "analizy dowodów i deklaracji". Organizator szkolenia odpowiada za nagrywanie i przekazywanie materiałów walidatorowi. Materiał nagrywany jest w trakcie trwania szkolenia. Weryfikacja zebranych materiałów odbywa się w sposób zdalny. Uczestnicy powinni wyrazić stosowną zgodę na nagrywanie ich wizerunku wyłącznie celem przedłożenia dowodów walidatorowi, bądź poinformować osobę dokonującą utrwalenia ich wizerunku o braku wyrażania stosownej zgody, wówczas nagranie zostanie przeprowadzone w sposób uniemożliwiający identyfikację wizerunku uczestnika.

Procedura walidacji:

1. Nagranie wykonania zadania - uczestnicy wykonują zadanie praktyczne pod nadzorem organizatora, który rejestruje materiał video.
2. Przekazanie nagrania do walidatora - organizator przesyła materiał do oceny.
3. Analiza nagrania przez walidatora - walidator dokonuje oceny na podstawie kryteriów weryfikacji, obejmujących m.in. poprawność wykonania procedur, zgodność z zasadami i normami oraz jakość techniczną wykonanych czynności.

2. Test teoretyczny w części teoretycznej

Weryfikacja wiedzy teoretycznej uczestników odbędzie się za pomocą testu ABC, który zostanie przeprowadzony pod koniec szkolenia.

Trener rozda test teoretyczny, przy zastrzeżeniu, że nie będzie ingerować w jakiegokolwiek formie w ocenę wyników testu ani w proces jego wypełniania. Następnie je zbierze.

Walidator będzie włączony dopiero na etapie oceny i weryfikacji efektów uczenia się uczestników. Nie bierze bezpośrednio udziału w procesie kształcenia i nie podejmuje działań związanych z tworzeniem i kompletowaniem dokumentacji walidacyjnej.

Test teoretyczny - minimalny próg zaliczenia 80% poprawnych odpowiedzi.

Analiza zebranych dowodów i deklaracji - minimalny próg zaliczenia 80% przedłożonych dowodów i deklaracji zawiera poprawnie wykonane kryteria weryfikacji.

Liczba godzin kursu: 43 h dyd., co stanowi 32 h 15 min zegarowych. W harmonogramie ujęto przerwy, łącznie 6 h 30 min. Przerwy nie wliczają się w czas trwania kursu. Przerwy w czasie trwania kursu dostosowane są do tempa pracy uczestników podczas szkolenia. 1h dydaktyczna = 45 min

Liczba godzin kursu obejmuje:

zajęcia teoretyczne - 12 dydaktycznych

zajęcia praktyczne - 31 godz. dydaktycznych

Weryfikacja obecności odbywa się na podstawie listy obecności podpisanej podczas szkolenia. Wymagana obecność minimum 80%.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 35

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt 1, teoria 90 min	Beata Anderko	30-11-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 35 Przerwa	Beata Anderko	30-11-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 1	Beata Anderko	30-11-2026	10:45	12:30	01:45
4 z 35 Przerwa	Beata Anderko	30-11-2026	12:30	13:30	01:00
5 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 1, teoria 60min	Beata Anderko	30-11-2026	13:30	15:00	01:30
6 z 35 Przerwa	Beata Anderko	30-11-2026	15:00	15:15	00:15
7 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 1	Beata Anderko	30-11-2026	15:15	17:00	01:45
8 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt 2, teoria 90min	Beata Anderko	01-12-2026	09:00	10:30	01:30
9 z 35 Przerwa	Beata Anderko	01-12-2026	10:30	10:45	00:15
10 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 2	Beata Anderko	01-12-2026	10:45	12:30	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 35 Przerwa	Beata Anderko	01-12-2026	12:30	13:30	01:00
12 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkty cd 2, teoria 30 min	Beata Anderko	01-12-2026	13:30	15:00	01:30
13 z 35 Przerwa	Beata Anderko	01-12-2026	15:00	15:15	00:15
14 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 2	Beata Anderko	01-12-2026	15:15	17:00	01:45
15 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt 3, teoria 90min	Beata Anderko	02-12-2026	09:00	10:30	01:30
16 z 35 Przerwa	Beata Anderko	02-12-2026	10:30	10:45	00:15
17 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 3	Beata Anderko	02-12-2026	10:45	12:30	01:45
18 z 35 Przerwa	Beata Anderko	02-12-2026	12:30	13:30	01:00
19 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 3	Beata Anderko	02-12-2026	13:30	15:00	01:30
20 z 35 Przerwa	Beata Anderko	02-12-2026	15:00	15:15	00:15
21 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 3	Beata Anderko	02-12-2026	15:15	17:00	01:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
22 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt 4, teoria 90min	Beata Anderko	03-12-2026	09:00	10:30	01:30
23 z 35 Przerwa	Beata Anderko	03-12-2026	10:30	10:45	00:15
24 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 4	Beata Anderko	03-12-2026	10:45	12:30	01:45
25 z 35 Przerwa	Beata Anderko	03-12-2026	12:30	13:30	01:00
26 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 4	Beata Anderko	03-12-2026	13:30	15:00	01:30
27 z 35 Przerwa	Beata Anderko	03-12-2026	15:00	15:15	00:15
28 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 4	Beata Anderko	03-12-2026	15:15	17:00	01:45
29 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt 5, teoria 90 min	Beata Anderko	04-12-2026	09:00	10:30	01:30
30 z 35 Przerwa	Beata Anderko	04-12-2026	10:30	10:45	00:15
31 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 5	Beata Anderko	04-12-2026	10:45	12:45	02:00
32 z 35 Przerwa	Beata Anderko	04-12-2026	12:45	13:00	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
33 z 35 Realizacja szkolenia zgodnie z programem - punkt cd 5	Beata Anderko	04-12-2026	13:00	14:45	01:45
34 z 35 Przeprowadzenie testu, zebranie dowodów i deklaracji	-	04-12-2026	14:45	15:00	00:15
35 z 35 Walidacja	-	04-12-2026	15:00	15:45	00:45

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 900,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 900,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	90,70 PLN
Koszt osobogodziny netto	90,70 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Piotr Radosz

Absolwent Akademii Wychowania Fizycznego im. Jerzego Kukuczki w Katowicach. Jako terapeuta prowadzi prywatne centrum fizjoterapii i osteopatii. Specjalizuje się w leczeniu dysfunkcji narządu ruchu i wad postawy. W pracy łączy różne koncepty terapii manualnej z dziedziny osteopatii, integracji strukturalnej i terapii Zoga Movement. W podejściu terapeutycznym traktuje organizm jako całość – nie skupia się wyłącznie na dysfunkcji, ale na zależnościach, które prowadzą do jej powstania.

Ukończone kursy i szkolenia:

Współczesne metody diagnozy i leczenia tkanek miękkich (Techniki energizacji mięśni cz1, cz2,

Mięśniowo-powięziowe rozluźnianie, Techniki aktywnego rozluźniania, Dysbalans mięśniowopowięziowy) dr J. Ciechomski – 2007
Szkolenie osteopatyczne Sutherland College of Osteopathic Medicine – uzyskany certyfikat terapii manualnej na kierunku osteopatia – 2010
Funkcjonalna terapia kranio – sakralna 2010
Dysfunkcje Czaszkowo-Żuchwowe – od diagnozy do leczenia. Punkt widzenia stomatologa i osteopaty – 2012
Scarwork 2019
Integracja Strukturalna ATSI – certyfikacja – 2019
Integracja strukturalna czaszki 2021
Zoga Movement Therapy – certyfikacja – 2022. Trener zrealizował co najmniej 100h szkoleniowych w ciągu ostatnich 12 m-cy oraz posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej 5 lat, liczone wstecz od daty rozpoczęcia usługi.



2 z 2

Beata Anderko

Fizjoterapeutka, ale również certyfikowana specjalistka w dziedzinie hipoterapii (od 2007 roku), PNF (od 2015 roku) oraz ZOGA Movement Therapy (od 2022 roku). Nieustannie rozwija swoje umiejętności poprzez udział w szkoleniach prowadzonych przez autorytety w dziedzinie fizjoterapii, takie jak Wojtek Cackowski, Sharon Wheeler, Jannie Clossen i wielu innych.

Jako właścicielka gabinetu rehabilitacji od wielu lat, wspólnie z doświadczonym zespołem terapeutów, pomaga pacjentom w powrocie do zdrowia i pełnej sprawności. Kładzie szczególny nacisk na terapię manualną połączoną z ruchem, skupiając się również na pracy nad czaszką i kośćmi. Doskonała umiejętność czytania ciała pozwala jej precyzyjnie dobierać specjalistyczne techniki terapeutyczne, mające na celu osiągnięcie zamierzonego efektu zarówno strukturalnego, jak i funkcjonalnego.

Prowadząca aktywnie wspiera lokalne inicjatywy sportowe i kulturalne poprzez swoją pracę. Dodatkowo, prowadzi zajęcia ruchowe z zakresu ZOGA Movement, co podkreśla jej pasję do zdrowego stylu życia. Jako pasjonatka, nieustannie doskonali swoje umiejętności, poszerza wiedzę z zakresu anatomii sekcyjnej. Jej zaangażowanie i profesjonalizm sprawiają, że jest ekspertką w dziedzinie fizjoterapii. Trenerka zrealizowała co najmniej 100h szkoleniowych w ciągu ostatnich 12 m-cy oraz posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej 5 lat, liczone wstecz od daty rozpoczęcia usługi.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Na początku kursu kursanci otrzymują skrypt obejmujący materiał dydaktyczny przygotowany dla danego szkolenia.

Warunki uczestnictwa

1. Organizator zastrzega sobie, iż może poprosić Uczestnika o przedłożenie właściwej dokumentacji, poświadczającej posiadaną wiedzę anatomiczną.
2. Przed dokonaniem zapisu na usługę w BUR wymagane jest zgłoszenie poprzez formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://odnova.org.pl/kursy> pod opisem wybranego szkolenia, w celu potwierdzenia dostępności miejsca.
3. Uczestniczki będące w ciąży, bądź podejrzewające, że mogą być w ciąży, winny skonsultować z Organizatorem swój stan, celem ustalenia czy mogą wziąć udział w usłudze.
4. Wymagane jest zapoznanie się i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych ODNOWA.
5. Zapis w BUR na usługę powinien nastąpić najpóźniej na 1 dzień przed rozpoczęciem kursu.

6. Uczestnicy przyjmują do wiadomości i wyrażają zgodę na utrwalanie ich wizerunku podczas prowadzonej walidacji w celu dokonania analizy dowodów i deklaracji przez walidatora. W innych celach niż wskazany wymagana jest odrębna zgoda uczestnika.

Informacje dodatkowe

Podstawa zwolnienia z VAT: art. 43 ust. 1 pkt 26 lit. a Ustawa o podatku od towarów i usług

Kurs nie obejmuje kosztów niezwiązanych bezpośrednio z usługą rozwojową, w szczególności Organizator nie pokrywa oraz nie dokonuje zwrotu kosztów związanych z dojazdem uczestnika na usługę, jego zakwaterowaniem oraz wyżywieniem.

Organizator zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób ze szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027. Zatem uczestnik ze szczególnymi potrzebami powinien na co najmniej 7 dni kalendarzowych przed rozpoczęciem kursu zgłosić Organizatorowi dodatkowe wymagania/swoje potrzeby umożliwiające mu udział w usłudze.

Zawarto umowę z: WUP w Toruniu w ramach projektu Kierunek-Rozwój, WUP w Krakowie w ramach projektu "Małopolski pociąg do kariery" oraz "Nowy start w Małopolsce z EURESem, WUP w Szczecinie w ramach projektu Zachodniopomorskie Bony Szkoleniowe.

Adres

ul. Chodakowska 19/31
03-815 Warszawa
woj. mazowieckie

Uniwersytet SWPS. Sala nr S115, I piętro, skrzydło S.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Sala będzie spełniała bezpieczne i higieniczne warunki pracy

Kontakt



Joanna Dobska

E-mail szkolenia@odnova.org.pl

Telefon (+48) 694 225 457