



## Kurs Trener Personalny + instruktor siłowni WG OBOWIĄZKOWEJ KWALIFIKACJI PO PLANOWANYCH ZMIANACH USTAWOWYCH

Numer usługi 2026/05/04/161937/3534702

2 500,00 PLN brutto  
2 500,00 PLN netto  
73,53 PLN brutto/h  
73,53 PLN netto/h  
264,37 PLN cena rynkowa ⓘ

FIT ACADEMY

MICHAŁ

MOCZULSKI

SPÓŁKA JAWNA

★★★★☆ 4,4 / 5

309 ocen

📍 Warszawa

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 34:00 h

📅 05.09.2026 do 20.09.2026

## Informacje podstawowe

### Kategoria

Styl życia / Sport

Trener personalny, trener przygotowania motorycznego, fizjoterapeuta, trener fitness, instruktor siłowni, trener boksu, sportów walki, instruktor jogi, pilates, trener lekkoatletyczny, kulturystyki, crossfit, masażysta, dietetyk sportowy, trener rehabilitacji ruchowej, kinezyterapeuta, chiropraktyk, trener rehabilitacji ruchowej, sportowcy.

### Grupa docelowa usługi

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu „Nowy Start w Małopolsce z Euresem”

Usługa również adresowana dla Uczestników Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Usługa adresowana również dla Uczestników Projektu Kierunek – Rozwój.

### Minimalna liczba uczestników

2

### Maksymalna liczba uczestników

30

### Data zakończenia rekrutacji

04-09-2026

### Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

### Liczba godzin usługi

34

### Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

# Cel

## Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje do samodzielnego prowadzenia treningów siłowych, prawidłowego prowadzenia klientów w postępowaniu treningowym, samodzielnego wykorzystywania metody prewencji występowania kontuzji oraz wzbogacenie umiejętności o najskuteczniejsze techniki rehabilitacji ruchowej, które można wykorzystać na Sali treningowej czy siłowni.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p><b>WIEDZA:</b> charakteryzuje najczęściej występujące urazy oraz środki ochrony zdrowia w sporcie dla wszystkich a także przeciwwskazania do aktywności fizycznej</p>	<p>definiuje czynniki które wskazują na przeciwwskazania do wykonywania określonych ćwiczeń</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
<p><b>UMIEJETNOŚCI:</b> organizuje i nadzoruje jednostkę treningową</p>	<p>przygotowuje miejsce i sprzęt i dostosowuje intensywność ćwiczeń do możliwości i predyspozycji klienta.</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
<p><b>KOMPETENCJE SPOŁECZNE:</b> Komunikuje wskazania i przeciwwskazania do wykonywania konkretnych czynności ruchowych</p>	<p>Przeprowadza wywiad przed zabiegiem w celu wyeliminowania działań niepożądanych, korzystając z zasad prowadzenia efektywnej komunikacji</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
<p>Omawia biologiczne podstawy planowania procesu treningowego</p>	<p>opisuje zmiany zachodzące w narządach i układach człowieka, ze szczególnym uwzględnieniem aparatu ruchu, w odniesieniu do procesu treningowego nazywa ruchy w stawach, identyfikuje zaangażowane mięśnie oraz siły działające w trakcie ćwiczeń wykonywanych z oporem własnego ciała lub ze sprzętem stosowanym w treningu personalnym opisuje dysfunkcje aparatu ruchu, np. wady postawy i ograniczenia ortopedyczne do wykonywania popularnych ćwiczeń opisuje podstawowe pojęcia i procesy z zakresu fizjologii i biochemii wysiłku fizycznego człowieka w odniesieniu do procesu treningowego wyjaśnia zasady planowania i korygowania planu treningowego na podstawie parametrów charakteryzujących poszczególne układy człowieka oraz zmian w nich zachodzących w procesie treningowym opisuje budowę i funkcjonowanie organizmu człowieka w ontogenezie</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Omawia Kwestie formalno-organizacyjne działalności zawodowej trenera personalnego</p>	<p>opisuje zakres odpowiedzialności prawnej trenera personalnego  opisuje prawne, finansowe i organizacyjne kwestie prowadzenia działalności gospodarczej związanej z usługami w sporcie dla wszystkich  opisuje przepisy prawa pracy, przepisy prawa dotyczące ochrony danych osobowych oraz przepisy prawa podatkowego i prawa autorskiego w zakresie realizacji procesu treningowego w sporcie dla wszystkich  opisuje narzędzia marketingowe niezbędne w pracy trenera personalnego</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
<p>Omawia Obszar zawodowy trenera personalnego</p>	<p>opisuje specyfikę treningu personalnego i kierunki jego rozwoju w Polsce i na świecie  opisuje zadania zawodowe trenera personalnego  opisuje zasady etycznego postępowania w realizacji procesu treningowego w sporcie dla wszystkich  wymienia sytuacje wymagające konsultacji ze specjalistami z innych dziedzin, m.in. z lekarzem, dietetykiem, fizjoterapeutą, fizjologiem sportu  wymienia dostępne zasoby wiedzy branżowej i wydarzenia cykliczne ważne z punktu widzenia rozwoju zawodowego, m.in. konferencje, seminaria, targi</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Omawia podstawy teorii i metodyki sportu w planowanym proces treningowego</p>	<p>klasyfikuje i omawia środki stosowane w procesie treningowym, m.in. ćwiczenia, środki metodyczne, środki dydaktyczne, nowości technologiczne wspierające uczestnictwo w sporcie  charakteryzuje makrocykle, mezocykle i mikrocykle w procesie treningu sportowego  opisuje zasady formułowania celów treningowych  opisuje plan procesu treningowego w relacji do celów treningu  opisuje metody stosowane w procesie treningowym, np. metody nauczania ruchu, prowadzenia zajęć sportowych, kształtowania zdolności motorycznych  wskazuje i omawia komponenty jednostek treningowych w odniesieniu do planu treningowego, np. treść, intensywność, objętość, częstotliwość  opisuje cele i zadania poszczególnych części jednostki treningowej  opisuje założenia i znaczenie treningu kompensacyjnego w procesie treningowym</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
<p>Omawia podstawy żywienia i odnowy biologicznej w procesie treningowym</p>	<p>definiuje podstawowe pojęcia fizjologii żywienia i trawienia oraz terminy dietetyczne  opisuje zasady żywienia w procesie treningowym, w tym zbilansowanej diety i jej znaczenie dla zdrowia  opisuje zasady i sposoby zachowywania zrównoważonej gospodarki wodno-elektrolitowej człowieka  rozdziela rodzaje suplementów według składu chemicznego i sugerowanego momentu zastosowania, w tym: przedtreningowe, potreningowe i regeneracyjne  opisuje pozytywne i negatywne skutki stosowania suplementów  opisuje środki odnowy biologicznej i ich znaczenie w procesie treningowym</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Omawia zagadnienia psychospołeczne dotyczące procesu treningowego</p>	<p>opisuje uwarunkowania, motywy i bariery uczestnictwa w treningu personalnym  opisuje zasady budowania pozytywnych relacji z klientem oraz ich znaczenie dla sukcesu w treningu personalnym  definiuje pojęcie celu SMART w odniesieniu do treningu personalnego  opisuje zasady wywiadu motywacyjnego oraz techniki motywacji w treningu personalnym, np. utrzymanie kontaktu, przypomnienia, pochwały  opisuje style komunikacji z uczestnikiem i typy zarządzania treningiem  uzasadnia zastosowanie coachingu w treningu personalnym  opisuje techniki radzenia sobie ze stresem związanym z procesem treningowym, m.in. w nawiązaniu do uczestnictwa w aktywności fizycznej</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>
<p>Omawia zasady bezpieczeństwa i ochrony zdrowia w sporcie dla wszystkich</p>	<p>opisuje najczęściej występujące urazy i zagrożenia, specyficzne dla uczestnictwa w różnych formach sportu dla wszystkich  opisuje środki ochrony zdrowia w popularnych formach sportu dla wszystkich  opisuje znaczenie aktywności fizycznej w profilaktyce zdrowia  omawia problematykę stosowania używek i środków dopingujących w sporcie oraz prowadzenia zdrowego stylu życia  wymienia przeciwwskazania do ukierunkowanej aktywności fizycznej  opisuje informacje dotyczące zalecanego stroju, obuwia i sprzętu</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Omawia zasady diagnozowania i oceny w procesie treningowym</p>	<p>opisuje metody oceny postawy ciała człowieka i sprawności motorycznej oraz ich znaczenie w procesie treningowym</p> <p>opisuje niezbędne elementy wywiadu z uczestnikiem, z uwzględnieniem potrzeb i celów, stylu życia, nawyków żywieniowych oraz stosowanych suplementów diety</p> <p>wymienia rodzaje informacji, które należy uzyskiwać od uczestnika w trakcie realizacji procesu treningowego, w tym: samopoczucie w trakcie realizacji procesu treningowego, opinia o procesie treningowym</p> <p>opisuje znaczenie rejestrowania postępów uczestnika i wskazuje okoliczności, w których należy dokonać modyfikacji procesu treningowego, w tym w odniesieniu do zmiany środków lub zmiany celu</p> <p>ustala z uczestnikiem cele treningowe</p> <p>periodyzuje proces treningowy</p> <p>dobiera formy, metody i środki treningowe do ustalonych celów w oparciu o możliwości psychofizyczne uczestnika</p> <p>dobiera i planuje jednostki treningowe do ustalonych celów, przygotowując do nich konspekt zajęć</p> <p>planuje okresową kontrolę i ocenę postępów w treningu</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p> <p>Analiza dowodów i deklaracji</p>
<p>Rozpoznaje potrzeby i możliwości uczestnika treningu</p>	<p>analizuje informacje uzyskane na podstawie wywiadu przeprowadzonego z uczestnikiem</p> <p>analizuje stan zdrowia i sprawność motoryczną uczestnika w oparciu o przeprowadzone testy</p> <p>identyfikuje sytuacje wymagające konsultacji ze specjalistami z innych dziedzin, w tym z lekarzem, dietetykiem, fizjoterapeutą, fizjologiem sportu</p> <p>identyfikuje zagrożenia dla zdrowia i życia uczestnika procesu treningowego, w tym wynikające z: doboru metod, intensywności i trudności ćwiczeń, techniki ćwiczeń</p>	<p>Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Organizuje i nadzoruje proces treningowy</p>	<p>wskazuje środki treningowe niezbędne do realizacji ustalonych celów treningowych, m.in. miejsce do ćwiczeń, sprzęt  stosuje narzędzia do analizowania postępów treningowych w oparciu o informacje uzyskiwane z bieżącej i okresowej oceny klienta, w tym dziennik treningowy  opisuje dostępne narzędzia teleinformatyczne wspierające komunikację z uczestnikiem oraz jego motywację do regularnego uczestnictwa w procesie treningowym (np. aplikacje komputerowe, mobilne)  proponuje uczestnikowi możliwość poprawy wyników poprzez podjęcie współpracy z innymi specjalistami, np. dietetykiem, fizjoterapeutą  współpracuje z innymi specjalistami w realizacji procesu treningowego, m.in. wykorzystując uzyskiwane od nich informacje o uczestniku w przygotowaniu lub modyfikowaniu planu treningowego</p>	<p>Analiza dowodów i deklaracji</p>
<p>Prowadzi jednostkę treningową w kontekście przyjętych celów procesu treningowego</p>	<p>sprawdza przygotowanie uczestnika do realizacji jednostki treningowej  przygotowuje miejsce i sprzęt do przeprowadzenia jednostki treningowej  dobiera intensywność, objętość i formę ruchu do możliwości uczestnika oraz przyjętych celów procesu treningowego  demonstruje i omawia ćwiczenia specyficzne dla poszczególnych części jednostki treningowej  nadzoruje wykonywanie ćwiczeń przez uczestnika, w tym asekuje i koryguje  mobilizuje do wysiłku fizycznego, w tym stosuje zachęty słowne, pochwały, zmiany intonacji głosu oraz podkreśla korzyści wynikające z ćwiczeń  monitoruje i w razie potrzeby modyfikuje intensywność wysiłku  podsumowuje jednostkę treningową w odniesieniu do przyjętych celów treningowych  dba o komfort uczestnika w czasie jednostki treningowej oraz jego pozytywne nastawienie do wysiłku fizycznego</p>	<p>Analiza dowodów i deklaracji</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Realizuje działania edukacyjno-informacyjne w procesie treningowym	<p>przekazuje uczestnikowi informacje dotyczące planu treningowego i zdrowego stylu życia, które mogą zwiększyć świadomość realizacji celów treningowych</p> <p>edukuje uczestnika w zakresie samodzielnego stosowania narzędzi wspomagających prowadzenie zdrowego i aktywnego stylu życia zachęca uczestnika do prozdrowotnego spędzania czasu wolnego również poza planem treningowym</p>	Analiza dowodów i deklaracji
Wspiera uczestnika we wdrażaniu aktywnego stylu życia	<p>prezentuje poziom przygotowania motorycznego umożliwiający realizację procesu treningowego i mobilizujący uczestnika do wysiłku fizycznego</p> <p>opisuje podstawy teorii zmiany zachowania w kontekście wdrażania uczestnika do zdrowego stylu życia</p>	Analiza dowodów i deklaracji

## Kwalifikacje

### Kwalifikacje włączone do Zintegrowanego Systemu Kwalifikacji

<b>Kwalifikacje</b>	Prowadzenie procesu treningu personalnego
<b>Kod kwalifikacji zarejestrowanej w ZRK</b>	13481
<b>Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację</b>	FIT ACADEMY MICHAŁ MOCZULSKI SPÓŁKA JAWNA
<b>Nazwa Podmiotu certyfikującego</b>	FIT ACADEMY MICHAŁ MOCZULSKI SPÓŁKA JAWNA

## Program

Bądź gotowy na zmiany. Wybierz dobrze. Branża fitness profesjonalizuje się. Bez kwalifikacji w ZSK nie będzie możliwe prowadzenie treningów personalnych. Zrób kwalifikacje które pozwolą Ci pracować także po planowanych zmianach w ustawie. Wybierz jedyny kurs który JUŻ W TRAKCIE EFEKT UCZENIA PO EFEKCIE przygotowuje Cię do tego oraz podczas szkolenia przygotujesz potwierdzenie umiejętności w formie całej potrzebnej dokumentacji w tym zakresie.

Nasz program kursu opiera się na :

☒ najlepszych praktykach organizacji o ugruntowanych w dowodach

naukowych programach. (Evidence Based)

☒ doświadczeniu naszej organizacji (ponad 17 000 wyszkolonych

trenerów) i naszych trenerów z różnych specjalizacji ( w tym:naukowców ) dostosowujący kurs do realiów i potrzeb naszych kursantów.

☒ Nasz kurs został ustrukturyzowany w najlepszą USYSTEMATYZOWANĄ WIEDZĘ oraz skuteczny system pracy

STRUKTURA KURSU WG CHRONOLOGII ZADAŃ TRENERA:

- > Konsultacja wstępna
- > Ocena sprawności fizycznej i behawioralnej
- > Planowanie i programowanie treningu
- > Prowadzenie treningu
- > Długofalowe prowadzenie klienta oraz pomoc w osiągnięciu trwałej behawioralnej zmiany

Jednocześnie chronologiczny układ pracy z klientem pogłęбилиśmy o komponenty treningowe, którymi sterując, trener personalny będzie wpływać na rozwiązywanie celów klienta.

STRUKTURA KURSU PRZEBIEGAJĄCA WG CHRONOLOGII

KOMPONENTÓW TRENINGOWYCH:

- ☒ Komponent biomechaniczny: równowaga napięć mięśniowych, mobilność/ stabilność, wzorce ruchowe, balans( najbardziej typowe dla treningu medycznego i korekcyjnego)\
- ☒ Komponent mięśniowy: wytrzymałość tlenowa i mięśniowa,, hipertrofia, siła (najbardziej typowe dla treningu personalnego)
- ☒ Komponent wydajnościowy: szybkość, wytrzymałość, moc, markery biochemiczne w treningu (Najbardziej typowe dla treningu motorycznego))

Usługa podlega Walidacji efektów uczenia się.

Program Usługi:

DZIEŃ 1

Zakres praktyki i rola trenera personalnego Model pracy trenera personalnego Fit- Academy Długofalowe prowadzenie klienta oraz pomoc w osiągnięciu trwałej behawioralnej zmiany.

ĆW 1 - "Wywiad z klientem"

ĆW 2.- Wspieranie uczestnika we wdrażaniu aktywnego stylu życia (praca pisemna)

DZIEŃ 2

Oceny zdrowia, sprawności fizycznej i behawioralne w ramach komponentów i faz modelu pracy trenera personalnego Fit-Academy-

ĆW 1 - udzielanie wskazówek żywieniowych

Oceny zdrowia i sprawności fizycznej oraz planowanie i programowanie treningu

ĆW 2 - Rozpoznanie potrzeb i możliwości uczestnika treningu

### DZIEŃ 3

Planowanie i programowanie treningu oraz progresja poprzez komponenty i fazy modelu pracy trenera personalnego Fit-Academy-

ĆW 1 - Plan treningowy (w formie elektronicznej: dokumentu tekstowego, arkusza kalkulacyjnego lub witryny www)

ĆW 2 - zapisywanie planów treningowych

### DZIEŃ 4

Prowadzenie treningu, techniki nauczania i komunikacji-

ĆW 1 - Organizowanie i nadzorowanie procesu treningowego

### DZIEŃ 5

Model pracy trenera personalnego Fit- Academy w praktyce

Wykład i studia przypadków: model pracy trenera personalnego w praktyce

Wykład i studia przypadków: sprzedaż treningów personalnych

### DZIEŃ 6

Podsumowanie szkolenia.

Walidacja

Przerwy są realizowane na prośbę uczestników. maksymalnie 15 min,

Walidacja wlicza w liczbę godzin szkolenia

usługa realizowana w formule godzin zegarowych

Przerwy wliczają się w liczbę godzin usługi.

W przypadku zrealizowania przerw usługa będzie wydłużona o czas zrealizowanych przerw.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 0

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	2 500,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	

<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	2 500,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	73,53 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	73,53 PLN
<b>W tym koszt walidacji brutto</b>	50,00 PLN
<b>W tym koszt walidacji netto</b>	50,00 PLN
<b>W tym koszt certyfikowania brutto</b>	50,00 PLN
<b>W tym koszt certyfikowania netto</b>	50,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

### Tomasz Szostek

Absolwent Poznańskiej Akademii Wychowania Fizycznego na kierunku Sport i Wychowanie Fizyczne  
Trener przygotowania fizycznego Wykładowca i egzaminator Fit Academy Ukończył liczne szkolenia i kursy między innymi: - Trener Personalny EFIB - Probiotyki i nietolerancje pokarmowe - Dieta ketogeniczna w praktyce - IIFYM – elastyczne żywienie - Trec fitness odcinek piersiowy i barki - Suplementacja w sportach sylwetkowych.

Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.



2 z 2

### Przemysław Bubiński

Magister kognitywistyki, tytuł uzyskany na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. -  
Trener CrossFit Level 2 od 2021 (lvl. 1 od 2015) - Autor i prowadzący kursów z zakresu Treningu Cross - Czarny pas (1 darga) i instruktor (monitor) Krav Maga Europejskiej Federacji Krav Maga - R.D. - 8 lat doświadczenia jako zawodnik i trener muay thai i k1 (20 walk na ringach) - w latach 2017-2019 właściciel klubu CrossFit (CrossFit Lampart) - ponad 2500 ułożonych jednostek treningowych - ponad 5000 przeprowadzonych treningów grupowych - Instruktor Rekreacji Ruchowej specjalność: samoobrona i sporty walki - Instruktor Rekreacji Ruchowej specjalność: sporty siłowe i kulturystyka. Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia szczegółowych danych dotyczących oferowanej usługi.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Bądź gotowy na zmiany. Wybierz dobrze. Branża fitness profesjonalizuje się. Bez kwalifikacji w ZSK nie będzie możliwe prowadzenie treningów personalnych. Zrób kwalifikacje które pozwolą Ci pracować także po planowanych zmianach w ustawie. Wybierz jedyny kurs który JUŻ W TRAKCIE EFEKT UCZENIA PO EFEKCIE przygotowuje Cię do tego oraz podczas szkolenia przygotujesz potwierdzenie umiejętności w formie całej potrzebnej dokumentacji w tym zakresie.

Każdy kursant otrzymuje:

- certyfikat ukończenia
- schematy szkoleniowe
- podręcznik w formie elektronicznej
- zeszyt ćwiczeń w formie elektronicznej

## Warunki uczestnictwa

Uczestnicy muszą mieć ukończone 18 lat

- Brak przeciwwskazań zdrowotnych do rekreacyjnej aktywności ruchowe

## Informacje dodatkowe

ZAWARTO UMOWĘ Z WUP KRAKÓW NA ROZLICZANIE USŁUG Z WYKORZYSTANIEM ELEKTRONICZNYCH BONÓW SZKOLENIOWYCH W RAMACH PROJEKTU NOWY START W MAŁOPOLSCE Z EURES-em i Projektu Małopolski Pociąg do Kariery

Zawarto umowę z WUP w Toruniu w ramach Projektu Kierunek – Rozwój.

SZKOLENIE ROZLICZANE JEST W RAMACH PRZYZNANYCH BONÓW.

Usługa zwolniona z VAT na podstawie zwolnienia,.

Usługa jest zwolniona z podatku VAT na podstawie Zwolnienie ze względu na rodzaj prowadzonej działalności (art. 43 ust 1 ustawy o VAT)

Cena szkolenia nie zawiera kosztów dojazdu, zakwaterowania.

## Adres

ul. Młynarska 8/12

01-194 Warszawa

woj. mazowieckie

## Kontakt



**MICHAŁ MOCZULSKI**

**E-mail** [michal.moczulski00@gmail.com](mailto:michal.moczulski00@gmail.com)

**Telefon** (+48) 607 422 771