



Szkolenie z zakresu dietytyki sportowej

Numer usługi 2026/05/19/161937/3570660

3 000,00 PLN brutto

3 000,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

81,67 PLN cena rynkowa ⓘ

FIT ACADEMY

MICHAŁ

MOCZULSKI

SPÓŁKA JAWNA

★★★★☆ 4,4 / 5

367 ocen

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 zdalna w czasie rzeczywistym

👥 Zajęcia grupowe

🕒 30:00 h

📅 26.09.2026 do 04.10.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Dietetyka

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do:

- Trenerów personalnych, chcących poszerzyć wiedzę na temat diety swoich klientów.
- Dietetyków, którzy chcą rozwinąć kompetencje w zakresie dietytyki sportowej.
- Osób pracujących w branży fitness.
- Studentów kierunków związanych z dietytyką, żywieniem lub sportem.
- Pasjonatów zdrowego stylu życia i osób zajmujących się amatorsko doradztwem żywieniowym.

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

25-09-2026

Forma prowadzenia usługi

zdalna w czasie rzeczywistym

Podstawa uzyskania wpisu do BUR

Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego planowania, wdrażania i monitorowania zbilansowanych strategii żywieniowych dostosowanych do potrzeb osób zdrowych, aktywnych fizycznie oraz wymagających specjalistycznego podejścia dietetycznego, z uwzględnieniem podstaw psychodietetyki oraz zasad skutecznej komunikacji z klientem.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza: Określa kaloryczność diety oraz zapotrzebowanie energetyczne w różnych grupach klientów.	Prawidłowo oblicza CPM i PPM oraz dopasowuje wartość energetyczną diety do celu klienta.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Rozróżnia funkcje i źródła makro- i mikroskładników oraz wyjaśnia ich znaczenie w diecie codziennej i sportowej.	Poprawnie przypisuje składniki odżywcze do ich funkcji oraz źródeł pokarmowych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Stosuje podstawowe modele żywieniowe w sporcie oraz dobiera je do potrzeb klienta.	Proponuje adekwatny model żywienia do rodzaju dyscypliny i poziomu aktywności.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Analizuje zasady suplementacji ogólnej i sportowej w oparciu o aktualne badania naukowe.	Omawia mechanizm działania i skuteczność najpopularniejszych suplementów	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Identyfikuje najczęstsze przypadki kliniczne w pracy trenera/dietetyka oraz planuje podejście do klienta ze szczególnymi potrzebami.	Wskazuje możliwe strategie postępowania w przypadku np. insulinooporności, niedoczynności tarczycy itp.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Rozpoznaje sytuacje wymagające podstawowej diagnostyki oraz kieruje klienta na badania laboratoryjne.	Proponuje odpowiedni zestaw badań na podstawie wywiadu zdrowotnego.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wiedza: Wyjaśnia psychologiczne mechanizmy zmiany nawyków żywieniowych, w tym zajądanie emocji i uzależnienie od jedzenia.	Prawidłowo opisuje czynniki wpływające na zachowania żywieniowe.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Bilansuje dietę, w tym roślinną, z uwzględnieniem suplementacji.	Opracowuje jadłospis zgodny z normami i zaleceniami, uwzględniając potencjalne niedobory.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Przeprowadza analizę składu ciała i interpretuje jej wyniki.	Prawidłowo ocenia parametry jak masa mięśniowa, tkanka tłuszczowa, nawodnienie itp.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Umiejętności: Dobiera strategię suplementacyjną dostosowaną do potrzeb klienta.	Opracowuje plan suplementacji zgodny z celem (np. redukcja, regeneracja, zdrowie ogólne).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Wspiera klienta w zmianie stylu życia, ustala cele SMART i monitoruje postępy.	Tworzy realistyczny plan działania z mierzalnymi wskaźnikami postępu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Reaguje na trudności psychodietetyczne klienta.	Proponuje adekwatne strategie pracy z objawami demotywacji, stresu czy uzależnienia od jedzenia.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Umiejętności: Edukować klienta w zakresie żywienia i nawodnienia w kontekście treningu, kontuzji i regeneracji.	Przedstawia zrozumiałe i trafne informacje podczas konsultacji lub materiałów edukacyjnych.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne: Komunikuje się z klientem w sposób empatyczny i motywujący.	Prowadzi rozmowę w duchu akceptacji i zrozumienia, wspierając motywację wewnętrzną klienta.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne: Współpracuje interdyscyplinarnie z innymi specjalistami w razie potrzeby.	Inicjuje lub podtrzymuje kontakt z lekarzem, psychologiem itp. w przypadku klienta złożonego.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne: Rozwija się zawodowo i aktualizuje wiedzę.	Uczestniczy w szkoleniach, kursach lub korzysta z aktualnej literatury naukowej.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Kompetencje społeczne: Buduje relację z klientem opartą na zaufaniu i zaangażowaniu.	Utrzymuje długofalową współpracę i pozytywne opinie klientów.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

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

Nasz program szkoleniowy z zakresu dietetyki sportowej został opracowany w oparciu o:

Najlepsze praktyki naukowe – szkolenie bazuje na informacjach zgodnych z najnowszymi badaniami naukowymi oraz standardami żywieniowymi.

Doświadczenie naszych ekspertów – prowadzący to specjaliści z różnych dziedzin, w tym praktycy i naukowcy z wieloletnim doświadczeniem.

Systematyzacja wiedzy i praktyki – szkolenie zostało zaprojektowane w taki sposób, aby przekazać kompleksową wiedzę w przystępnej i logicznej strukturze, która odpowiada codziennej pracy trenerów personalnych, dietetyków i nie tylko.

Program usługi szkoleniowej ma na celu wszechstronne przygotowanie uczestników do pracy w obszarze dietetyki i aktywności fizycznej poprzez łączenie wiedzy teoretycznej z praktycznymi umiejętnościami. Szkolenie jest skierowane do osób pragnących skutecznie wspierać swoich podopiecznych w zmianie stylu życia, poprawie zdrowia i osiągnięciu celów sportowych.

PROGRAM USŁUGI :

Dzień I: Podstawy dietetyki i praca z klientem zdrowym

Moduły:

1. Znaczenie aktywności fizycznej i zdrowej diety u człowieka – konsekwencje bezruchu i złego odżywiania – dostarczamy argumenty do tego, żeby zachęcać podopiecznego do zmiany stylu życia.
2. Jak ustalić kaloryczność diety
3. Makroskładniki – dokładnie omówienie funkcji, źródeł, zapotrzebowania dla zdrowego człowieka
4. Mikroskładniki – ważne i trudne do zbilansowania w diecie
5. Najzdrowsza dieta świata - co Polacy mogą wprowadzić do swojego życia z diety śródziemnomorskiej?
6. Praktyka w gabinecie – jakie kwestie najczęściej wyjaśniamy
7. Suplementacja

Dzień II: Praca z osobą trenującą

Moduły:

1. Jak wyliczyć zapotrzebowanie u osoby trenującej?
2. Rozkład makroskładników w diecie osoby trenującej
3. Różne modele żywieniowe wykorzystywane w sporcie – dieta keto, IF, carb cycling
4. Sportowiec a hipertrofia - jak zdrowo zbudować masę mięśniową? Jak wyliczyć zapotrzebowanie kaloryczne, jak śledzić progres, suplementacja sportowa
5. Sportowiec a redukcja - jak ustalić bilans kaloryczny, optymalne spożycie makroskładników
6. Analiza składu ciała
7. Przegląd suplementów - zastosowanie, badania naukowe
8. Żywność i nawodnienie okołotreningowe / okołostartowe
9. Żywność w okresie kontuzji

Dzień III: Psychodietetyka

Moduły:

1. Jak wspólnie ustalić dobry cel z klientem.
2. Klient zdemotywowany - jak zachęcać do dalszej współpracy, utrzymywać klienta w procesie
3. Zajadanie stresu - jak pomóc klientowi
4. Czy jedzenie uzależnia? Problem ze słodyczami i słonymi przekąskami.
5. Dlaczego diety nie zawsze są najlepszym rozwiązaniem - kiedy proponować współpracę z psychologiem/ psychodietetykiem?
6. Dlaczego utrzymanie efektów redukcji jest takie trudne - czyli budowanie na stałe nawyków vs szybkie diety.

Dzień IV: Praca z klientem wymagającym specyficznego podejścia

Moduły:

1. Podstawowe przypadki kliniczne, z którymi się spotka trener personalny: hashimoto, niedoczynność tarczycy, insulinooporność, nadciśnienie tętnicze, niedokrwistość z niedoboru żelaza
2. Klient na diecie roślinnej - jak bilansować diety wege + suplementacja + podstawowe błędy żywieniowe
3. Czy trener personalny / dietetyk powinien zlecać badania? Na co warto zwrócić uwagę, jakie badania polecać warto, jak pacjent powinien się do badania przygotować.
4. Test teoretyczny

Usługa jest realizowana w formie godzin dydaktycznych / lekcyjnych (45min)

Przerwy nie wliczają się w liczbę godzin usługi.

Walidacja wlicza się w liczbę godzin usługi.

Walidacja jest przeprowadzana na sam koniec szkolenia, uczestnicy otrzymują dostęp elektroniczny do testu uzupełniają go i otrzymują wyniki generowane automatycznie.

Tematy zajęć będą realizowane w formie łączenia się na żywo, współdzieląc ekranu, uczestnicy na bieżąco mają nie zakłócony równy dostęp do trenera i prowadzonych zajęć.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 45 Znaczenie aktywności fizycznej i zdrowej diety u człowieka – konsekwencje bezruchu i złego odżywiania – dostarczamy argumenty do tego, żeby zachęcać podopiecznego do zmiany stylu życia	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	26-09-2026	10:00	10:45	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
2 z 45 Jak ustalić kaloryczność diety cz. 1	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	26-09-2026	10:45	11:45	01:00
3 z 45 -	Przerwa	-	26-09-2026	11:45	12:00	00:15
4 z 45 Jak ustalić kaloryczność diety cz. 2	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	26-09-2026	12:00	12:45	00:45
5 z 45 Makroskładniki –dokładne omówienie funkcji, źródeł, zapotrzebowania dla zdrowego człowieka	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	26-09-2026	12:45	13:45	01:00
6 z 45 -	Przerwa	-	26-09-2026	13:45	14:15	00:30
7 z 45 Mikroskładniki –ważne i trudne do zbilansowania w diecie	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	26-09-2026	14:15	15:00	00:45
8 z 45 Najzdrowsza dieta świata - co Polacy mogą wprowadzić do swojego życia z diety śródziemnomorskiej?	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	26-09-2026	15:00	16:00	01:00
9 z 45 -	Przerwa	-	26-09-2026	16:00	16:15	00:15
10 z 45 Praktyka w gabinecie – jakie kwestie najczęściej wyjaśniamy	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	26-09-2026	16:15	16:45	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
11 z 45 Suplementacja	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	26-09-2026	16:45	17:30	00:45
12 z 45 Jak wyliczyć zapotrzebowanie u osoby trenującej?	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	27-09-2026	10:00	10:45	00:45
13 z 45 Rozkład makroskładników w diecie osoby trenującej	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	27-09-2026	10:45	11:30	00:45
14 z 45 Różne modele żywieniowe wykorzystywane w sporcie – dietaketo, IF, carbocycling	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	27-09-2026	11:30	12:15	00:45
15 z 45 -	Przerwa	-	27-09-2026	12:15	12:30	00:15
16 z 45 Sportowiec a hipertrofia - jak zdrowo zbudować masę mięśniową? Jak wyliczyć zapotrzebowanie kaloryczne, jak śledzić progres, suplementacja sportowa	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	27-09-2026	12:30	13:30	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 45 Sportowiec a hipertrofia - jak zdrowo zbudować masę mięśniową? Jak wyliczyć zapotrzebowanie kaloryczne, jak śledzić progres, suplementacja sportowa	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	27-09-2026	13:30	14:30	01:00
18 z 45 -	Przerwa	-	27-09-2026	14:30	15:00	00:30
19 z 45 Analiza składu ciała - jak śledzić progres	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	27-09-2026	15:00	15:30	00:30
20 z 45 Przegląd suplementów - zastosowanie, badania naukowe	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	27-09-2026	15:30	16:15	00:45
21 z 45 -	Przerwa	-	27-09-2026	16:15	16:30	00:15
22 z 45 Żywnienie i nawodnienie okołotreningowe/ okołostartowe	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	27-09-2026	16:30	17:00	00:30
23 z 45 Żywnienie w okresie kontuzji	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	27-09-2026	17:00	17:15	00:15
24 z 45 Żywnienie dzieci i młodzieży trenującej	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	27-09-2026	17:15	17:30	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
25 z 45 Jak wspólnie ustalić dobry cel z klientem	Zajęcia	Weronika Baraniak	03-10-2026	10:00	11:00	01:00
26 z 45 Klient zdemotywowany- jak zachęcać do dalszej współpracy, utrzymywać klienta w procesie cz.1	Zajęcia	Weronika Baraniak	03-10-2026	11:00	11:45	00:45
27 z 45 -	Przerwa	-	03-10-2026	11:45	12:00	00:15
28 z 45 Klient zdemotywowany- jak zachęcać do dalszej współpracy, utrzymywać klienta w procesie cz. 2	Zajęcia	Weronika Baraniak	03-10-2026	12:00	12:30	00:30
29 z 45 Zajadanie stresu - jak pomóc klientowi	Zajęcia	Weronika Baraniak	03-10-2026	12:30	13:45	01:15
30 z 45 -	Przerwa	-	03-10-2026	13:45	14:15	00:30
31 z 45 Czy jedzenie uzależnia? Problem ze słodyczami i słonymi przekąskami.	Zajęcia	Weronika Baraniak	03-10-2026	14:15	15:15	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
32 z 45 Dlaczego diety nie zawsze są najlepszym rozwiązaniem -kiedy proponować współpracę z psychologiem /psychodietetykiem? cz. 1	Zajęcia	Weronika Baraniak	03-10-2026	15:15	16:00	00:45
33 z 45 -	Przerwa	-	03-10-2026	16:00	16:15	00:15
34 z 45 Dlaczego diety nie zawsze są najlepszym rozwiązaniem - kiedy proponować współpracę z psychologiem / psychodietetykiem?	Zajęcia	Weronika Baraniak	03-10-2026	16:15	16:30	00:15
35 z 45 Dlaczego utrzymanie efektów redukcji jest takie trudne - czyli budowanie na stałe nawyków vs szybkie diety.	Zajęcia	Weronika Baraniak	03-10-2026	16:30	17:30	01:00
36 z 45 Podstawowe przypadki kliniczne, z którymi się spotka trener personalny cz. 1	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	04-10-2026	10:00	11:15	01:15
37 z 45 -	Przerwa	-	04-10-2026	11:15	11:30	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
38 z 45 Podstawowe przypadki kliniczne, z którymi się spotka trener personalny cz. 2	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	04-10-2026	11:30	12:45	01:15
39 z 45 -	Przerwa	-	04-10-2026	12:45	13:15	00:30
40 z 45 Podstawowe przypadki kliniczne, z którymi się spotka trener personalny cz. 3	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	04-10-2026	13:15	14:15	01:00
41 z 45 Podstawowe przypadki kliniczne, z którymi się spotka trener personalny cz. 4	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	04-10-2026	14:15	15:15	01:00
42 z 45 -	Przerwa	-	04-10-2026	15:15	15:30	00:15
43 z 45 Klient na diecie roślinnej -jak bilansować diety wege +suplementacja +podstawowe błędy żywieniowe	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	04-10-2026	15:30	16:45	01:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
44 z 45 Czy trener personalny /dietetyk powinien zlecać badania?Na co wartozwrócić uwagę,jakie badania polecać warto, jak pacjent powinien się do badania przygotować.	Zajęcia	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	04-10-2026	16:45	17:15	00:30
45 z 45 -	Walidacja	Agnieszka Wianecka-Włodarczak	04-10-2026	17:15	17:30	00:15

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	30:00
w tym suma godzin zajęć	25:45
w tym suma godzin walidacji	00:15
w tym suma przerw	04:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	34:30

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 100,00 PLN

Koszt osobogodziny netto 100,00 PLN

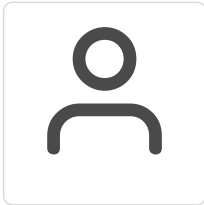
Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin Liczba godzin

Liczba godzin zegarowych usługi 30:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



1 z 3

Weronika Baraniak

Absolwentka Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu na kierunku Dietetyka

Specjalizuję się w:

dietoprofilaktyce chorób dietozależnych,
kształtowaniu zdrowych nawyków żywieniowych u kobiet, w szczególności kobiet 40+,
holistycznym podejściu do zdrowia – łączeniu dietetyki z elementami psychodietetyki,
pracy z pacjentami z zaburzeniami odżywiania oraz trudnościami w relacji z jedzeniem,
wspieraniu osób doświadczających lęku przed jedzeniem, restrykcji żywieniowych i poczucia utraty kontroli,
pracy nad zmianą nawyków, przekonań i długofalowym stylem życia,
żywieniu osób aktywnych fizycznie.

Doświadczenie zawodowe zdobywa/ła od początku studiów, pracując w klubach fitness oraz gabinetach dietetycznych, prowadząc indywidualną pracę z pacjentem. Obecnie łączy praktykę dietetyczną z działalnością dydaktyczną – prowadzi zajęcia z zakresu psychodietetyki na Uczelni Wyższej.

Kursy i szkolenia:

Dietoterapia płodności i profilaktyka kobiet i mężczyzn
Suplementacja w sporcie i żywieniu
Dietetyka sportowa
Jak skończyć z kompulsywnym objadaniem się
Diagnostyka nadwrażliwości pokarmowych w praktyce dietetyka
Fitness Group Instructor, stretching instructor
Warsztat body and mind workshop
Warsztat mindfulness w dietetyce
IX edycja ogólnopolska konferencja
Prowadząca posiada nieprzerwane i ciągle doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej pięciu lat.

2 z 3

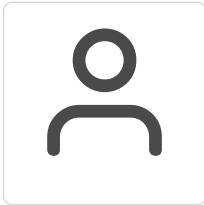


Agnieszka Wianecka-Włodarczak

Absolwentka Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu.

Specjalizuję się w dietoterapii otyłości, chorób metabolicznych oraz chorób przewodu pokarmowego. Współpracuję ze sportowcami sportów siłowych oraz wytrzymałościowych. Jako dietetyk sportowy działa w #DietetykaNieNaŻarty i przygotowuję również z zawodników do startów sportowych. Często prowadzi osoby aktywne fizycznie z problemami zdrowotnymi, którzy chcą zadbać równocześnie o poprawę zdrowia i formę sportową. Uczestniczy w licznych szkoleniach oraz konferencjach, dzięki którym stale podnosi swoje kwalifikacje

Prowadząca posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej pięciu lat.



3 z 3

MAGDALENA KOMO-LIBIO

Dyplomowana dietetyczka, absolwentka studiów na kierunku dietetyka ogólna w Wyższej Szkole Zdrowia, Urody i Edukacji w Poznaniu.

Specjalizuje się w kompleksowym prowadzeniu dietetycznym i treningowym kobiet, skupiając swoją uwagę na procesach metamorfozy sylwetki oraz poprawie zdrowia. Szczególny obszar jej praktyki stanowi praca z kobietami aktywnymi fizycznie, które borykają się z wyzwaniami zdrowotnymi i dążą do jednoczesnej poprawy formy sportowej oraz parametrów medycznych.

Magdalena jest aktywną prelegentką licznych wykładów (m.in. dla Fundacji Powerfly) oraz autorką wielu artykułów o tematyce zdrowotnej w prasie branżowej. Doświadczenie zawodowe zdobywa/ła m.in. w Centrum Umysłu, gdzie współpracowała z psychologami, jak również w swojej indywidualnej praktyce zawodowej oraz jako wolontariuszka wspierająca osoby w walce z otyłością.

Kursy i szkolenia:

Specjalista Dietetyki i Suplementacji

Zaawansowana analiza badań krwi, w tym interpretacja gospodarki hormonalnej.

Insulinooporność

Mikroflora jelitowa

Dietoterapia i psychodietetyka

Podstawy dietoterapii

Żywność dzieci

Dietetyka specjalistyczna: wiedza z zakresu dietetyki sportowej, redukcji tkanki tłuszczowej oraz profilaktyki otyłości

Prowadząca posiada nieprzerwane i ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej pięciu lat.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy kursant otrzymuje:

- certyfikat ukończenia/ zaświadczenie o ukończeniu szkolenia

Warunki uczestnictwa

-Uczestnicy muszą mieć ukończone 18 lat

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.

Dla osób korzystających z dofinansowania wymagana jest minimalna frekwencja na poziomie 80% zajęć, potwierdzona listą obecności.

Dla podmiotów/osób uczestniczących w usłudze, które otrzymają dofinansowanie min. 70%, koszt szkolenia jest zwolniony z podatku VAT (podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Finansów z dnia 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień: § 3 ust. 1 pkt 14).

Warunki techniczne

Wymagane:

- wymagania sieciowe, oprogramowanie - **komputer ze stabilnym połączeniem do Internetu (min 10Mbit/s download i 1Mbit/s upload);**
- **przeglądarka internetowa** Chrome lub Firefox;
- wymagania w sprzęt - dobrej jakości **mikrofon lub słuchawki;**
- rodzaj komunikatora- Szkolenie odbędzie się na platformie ZOOM

Minimalne wymagania sprzętowe:

Procesor jednordzeniowy o taktowaniu co najmniej 1Ghz,

Pamięć RAM – zalecana 4Gb,

w laptopach posiadających jeden lub dwa rdzenie liczba klatek na sekundę jest ograniczona podczas udostępniania ekranu (około 5 klatek na sekundę). Aby uzyskać optymalne wyniki podczas udostępniania ekranu z laptopów, zalecamy wykorzystanie procesora posiadającego cztery procesory lub więcej,

System Linux wymaga procesora lub karty graficznej z obsługą sterownika OpenGL 2.0 lub nowszej wersji.

- **Uczestnik otrzyma link do szkolenia przed rozpoczęciem usługi**
- **Link będzie ważny przez cały okres trwania usługi**

Kontakt



MAGDALENA KOMO-LIBIO

E-mail magdalenakomo.libio@gmail.com

Telefon (+48) 664 037 487