



Power Barre – 40-godzinne szkolenie instruktorskie łączące elementy tańca klasycznego, pilatesu i jogi. Akredytowane przez Yoga Alliance.

Numer usługi 2026/06/09/221846/3615901

4 500,00 PLN brutto
 4 500,00 PLN netto
 112,50 PLN brutto/h
 112,50 PLN netto/h
 264,37 PLN cena rynkowa ⓘ

JOGANIKA
 KAROLINA LEV

Brak ocen dla tego dostawcy

- 📍 Gorzów Wielkopolski
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 40:00 h
- 📅 02.10.2026 do 11.10.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Sport

Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do:

- instruktorów fitness,
- nauczycieli jogi,
- instruktorów pilatesu,
- trenerów personalnych,
- nauczycieli tańca,
- osób prowadzących zajęcia ruchowe,
- osób planujących rozpoczęcie pracy jako instruktor Power Barre.

Minimalna liczba uczestników

5

Maksymalna liczba uczestników

15

Data zakończenia rekrutacji

01-10-2026

Forma prowadzenia usługi

stacjonarna

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

Szkolenie przygotowuje uczestników do samodzielnego, profesjonalnego i bezpiecznego prowadzenia zajęć Power Barre poprzez zdobycie wiedzy i umiejętności z zakresu anatomii funkcjonalnej, biomechaniki ruchu, budowania sekwencji treningowych, pracy z grupą, metodyki prowadzenia zajęć oraz organizacji treningu ruchowego.

Po zakończeniu szkolenia uczestnik:

- prowadzi zajęcia Power Barre,
- planuje i tworzy logiczne sekwencje treningowe,
- dobiera ćwiczenia do poziomu grupy,
- wykorzystuje elementy

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik wyjaśnia podstawowe zagadnienia z zakresu anatomii funkcjonalnej i biomechaniki ruchu.	<ul style="list-style-type: none">– stosuje poprawną terminologię anatomiczną,– rozumie zasady stabilizacji i pracy mięśni głębokich.	Test teoretyczny
	<ul style="list-style-type: none">– rozpoznaje podstawowe grupy mięśniowe,– identyfikuje podstawowe wzorce ruchowe,	Test teoretyczny
Uczestnik stosuje zasady metody Power Barre.	Demonstruje poprawnie podstawowe ćwiczenia Power Barre zgodnie z założeniami metody.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	<ul style="list-style-type: none">– poprawnie demonstruje ćwiczenia,– stosuje prawidłową technikę ruchu.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	<ul style="list-style-type: none">– wykorzystuje prawidłowy oddech,– buduje płynne sekwencje ruchowe,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	<ul style="list-style-type: none">– wykonuje bezpieczne przejścia pomiędzy ćwiczeniami.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik prowadzi zajęcia Power Barre.	Wykazuje umiejętność prowadzenia zajęć w sposób zdecydowany	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Efektywnie organizuje przestrzeń treningową	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Klarownie tłumaczy ćwiczenia	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Kontroluje dynamikę pracy grupy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	prowadzi zajęcia w sposób uporządkowany, – poprawnie instruuje uczestników,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	– organizuje przestrzeń treningową, – kontroluje dynamikę grupy,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	– udziela korekt i wskazówek,	Obserwacja w warunkach symulowanych
	– motywuje uczestników.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik wyjaśnia podstawowe zagadnienia z zakresu biomechaniki i zasad treningu funkcjonalnego.	Identyfikuje kluczowe wzorce ruchowe.	Test teoretyczny
		Obserwacja w warunkach symulowanych
	Poprawnie stosuje terminologię związaną z biomechaniką i techniką ćwiczeń.	Test teoretyczny
		Obserwacja w warunkach symulowanych
Ocenia poprawność wykonywanych ćwiczeń.	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

Szkolenie adresowane jest do instruktorów ruchu, nauczycieli jogi i pilatesu, trenerów personalnych oraz osób prowadzących zajęcia prozdrowotne, które chcą pogłębić wiedzę z zakresu anatomii funkcjonalnej i pracy z ciałem. Udział w szkoleniu mogą wziąć również pasjonaci ruchu, którzy dopiero planują rozpocząć prowadzenie zajęć i chcą zdobyć solidne podstawy metodyczne oraz praktyczne w pracy z grupą.

Zajęcia odbywają się w grupach liczących od 7 do 15 osób. Podczas części teoretycznej uczestnicy pracują w zespołach 2–3-osobowych, co umożliwi głębsze zrozumienie anatomii oraz techniki metody Power Barre dzięki interaktywnym ćwiczeniom i analizie w małych grupach. Wykorzystujemy zarówno prezentacje multimedialne, jak i zadania interaktywne, których celem jest ułatwienie zrozumienia zasad działania metody oraz jej praktycznego zastosowania. Zajęcia praktyczne realizowane są wspólnie, w pełnej grupie, z elementami pracy w parach, co pozwala na wzajemną obserwację, korektę oraz rozwijanie umiejętności nauczycielskich i świadomości ciała.

Szkolenie prowadzone jest w godzinach zegarowych (1 godzina = 60 minut).

Przerwy wliczają się do czasu trwania usługi zgodnie z harmonogramem szkolenia.

PROGRAM USŁUGI I HARMONOGRAM

DZIEŃ 1

Łączny czas dnia: 4 godzin

16:00–17:00

Wprowadzenie do metody Power Barre – teoria

Zakres:

- zapoznanie uczestników,
- rozdanie pakietów szkoleniowych,
- omówienie planu szkolenia,
- historia, idea i wartości metody Power Barre,
- omówienie korzyści zdrowotnych, funkcjonalnych i posturalnych treningu.

17:00–18:00

Poznanie sekwencji Power Barre – praktyka

Zakres:

- wspólna praktyka sekwencji,
- podstawowe pozycje barre,

– świadomość ustawienia ciała,

– aktywacja mięśni głębokich.

18:00–18:15

Przerwa

18:15–19:15

Czym jest Power Barre – teoria

Zakres:

– główne założenia metody,

– połączenie tańca klasycznego, pilatesu, jogi i treningu funkcjonalnego,

– charakterystyka treningu,

– zastosowanie metody w pracy z grupą.

19:15–20:15

Wstęp do anatomii funkcjonalnej – teoria

Zakres:

– układ kostny i mięśniowy,

– podstawowe płaszczyzny ruchu,

– stabilizacja centralna,

– ustawienie miednicy i kręgosłupa,

– podstawowe wzorce ruchowe.

DZIEŃ 2

Łączny czas dnia: 8 godzin

08:00–10:00

Anatomia funkcjonalna – teoria

Zakres:

– układ kostny, mięśniowy i stawowy,

– analiza kręgosłupa i miednicy,

– biomechanika kończyn dolnych,

– stabilizacja centralna,

– anatomia w kontekście treningu Power Barre.

10:00–10:15

Przerwa

10:15–11:15

Anatomia w praktyce – praktyka

Zakres:

– analiza pozycji treningowych,

– aktywacja mięśni głębokich,

– stabilizacja i kontrola ruchu.

11:15–12:15

Fizjologia treningu – teoria

Zakres:

- rodzaje pracy mięśniowej,
- adaptacje treningowe,
- regeneracja,
- najczęstsze przeciążenia i kontuzje.

12:15–12:45

Przerwa

12:45–14:15

Analiza ćwiczeń: ręce, stopy i pozycje baletowe – praktyka

Zakres:

- pozycje stóp,
- ustawienie kolan i bioder,
- praca ramion,
- technika i bezpieczeństwo.

14:15–14:30

Przerwa

14:30–15:15

Analiza ćwiczeń: uda i pośladki – praktyka

Zakres:

- aktywacja mięśni pośladkowych,
- stabilizacja kończyn dolnych,
- kontrola ustawienia miednicy.

15:15–16:00

Analiza ćwiczeń: core i praca rąk – praktyka

Zakres:

- mięśnie głębokie,
- kontrola centrum ciała,
- koordynacja ruchu i oddechu.

DZIEŃ 3

Łączny czas dnia: 8 godzin

08:00–10:00

Wzmacnianie pleców, rozciąganie i rozluźnianie – praktyka

Zakres:

- mobilność kręgosłupa,
- wzmacnianie tylnej taśmy mięśniowej,
- techniki rozciągania,
- regeneracja po treningu.

10:00–10:15

Przerwa

10:15–11:15

Tworzenie sekwencji i struktura zajęć – teoria

Zakres:

- budowanie logicznej struktury zajęć,
- planowanie intensywności,
- progresje i regresje ćwiczeń,
- dobór ćwiczeń do celu treningowego.

11:15–12:15

Praca w grupach – analiza i praktyka sekwencji

Zakres:

- analiza ruchu,
- komunikacja z uczestnikami,
- prowadzenie fragmentów zajęć.

12:15–12:45

Przerwa

12:45–13:45

Kobiety w ciąży – modyfikacje i bezpieczeństwo – teoria

Zakres:

- przeciwwskazania,
- bezpieczne modyfikacje,
- świadomość obciążeń.

13:45–14:30

Praca z dodatkowym sprzętem – teoria i praktyka

Zakres:

- piłki,
- hantle,
- dyski,
- kije treningowe.

14:30–14:45

Przerwa

14:45–15:30

Sekwencja z hantlami – praktyka

Zakres:

- technika wykonywania ćwiczeń,
- bezpieczeństwo pracy z obciążeniem,
- progresje ćwiczeń.

15:30–16:00

Próby nauczania i cueing

Zakres:

- komunikacja,
- budowanie pewności siebie instruktora,
- praktyka prowadzenia grupy.

DZIEŃ 4

Łączny czas dnia: 4 godzin

16:00–17:00

Układ oddechowy i oddech podczas treningu – teoria i praktyka

Zakres:

- funkcja przepony,
- oddech a stabilizacja,
- oddech podczas wysiłku.

17:00–18:00

Sekwencja Power Barre z kijami – praktyka

Zakres:

- technika pracy z kijami,
- poprawa mobilności,
- aktywacja obręczy barkowej.

18:00–18:15

Przerwa

18:15–19:15

Komunikacja z grupą – teoria i praktyka

Zakres:

- budowanie autorytetu instruktora,
- skuteczny cueing,
- motywowanie uczestników.

19:15–20:15

Power Barre dla dzieci – teoria i praktyka

Zakres:

- podstawy pracy z dziećmi,
- bezpieczeństwo,
- budowanie koncentracji poprzez ruch.

DZIEŃ 5

Łączny czas dnia: 8 godzin

08:00–10:00

Sekwencja z piłkami – praktyka

Zakres:

- zastosowanie piłek w treningu,
- aktywacja mięśni głębokich,
- progresje ćwiczeń.

10:00–10:15

Przerwa

10:15–11:15

Rola muzyki w Power Barre – teoria

Zakres:

- dobór muzyki,
- tempo i BPM,
- budowanie energii zajęć.

11:15–12:15

15 zasad prowadzenia zajęć i techniki resetu – teoria

Zakres:

- organizacja zajęć,
- bezpieczeństwo,
- techniki regeneracyjne.

12:15–12:45

Przerwa

12:45–13:45

Próby nauczania sekwencji

Zakres:

- prowadzenie fragmentów zajęć,
- analiza sposobu prowadzenia,
- feedback.

13:45–14:30

Urozmaicenie zajęć dla zaawansowanych – praktyka

Zakres:

- progresje,
- zwiększanie intensywności,
- warianty ćwiczeń.

14:30–14:45

Przerwa

14:45–15:30

Sekwencja z dyskami – praktyka

Zakres:

- wykorzystanie dysków ślizgowych,
- kontrola ruchu,
- stabilizacja.

15:30–16:00

Powtórka materiału i omówienie egzaminu

Zakres:

- analiza materiału,
- przygotowanie do walidacji.

DZIEŃ 6

Łączny czas dnia: 6 godzin

08:00–09:00

Poranny trening – praktyka

09:00–10:00

Rozwój instruktora i budowanie społeczności – teoria

10:00–10:15

Przerwa

10:15–11:15

Egzamin teoretyczny – walidacja

11:15–12:45

Egzamin praktyczny – walidacja cz. 1

12:45–13:00

Przerwa

13:00–14:00

Egzamin praktyczny – walidacja cz. 2

14:00–15:30

Rozdanie dyplomów i zakończenie szkolenia (indywidualny feedback)

WALIDACJA

Kryteria walidacji i zasady zaliczenia

Egzamin teoretyczny

Forma: test ABC jednokrotnego wyboru obejmujący zagadnienia z anatomii funkcjonalnej, biomechaniki ruchu, techniki ćwiczeń, budowania sekwencji oraz zasad prowadzenia zajęć Power Barre.

Warunek zaliczenia:

– uzyskanie minimum 70% poprawnych odpowiedzi.

Egzamin praktyczny

Forma: samodzielne przeprowadzenie fragmentu zajęć Power Barre w warunkach symulowanych.

Warunek zaliczenia:

– poprawne wykonanie minimum 70% ocenianych elementów praktycznych.

PODSUMOWANIE

Łączna liczba godzin zajęć: 37 godzin

Łączna liczba godzin walidacji: 3 godziny

Łączna liczba godzin usługi: 40 godzin zegarowych.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 47

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 47 Wprowadzenie do szkolenia - teoria	Zajęcia	Karolina Lev	02-10-2026	16:00	17:00	01:00
2 z 47 Poznanie sekwencji szkoleniowej – praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	02-10-2026	17:00	18:00	01:00
3 z 47 -	Przerwa	-	02-10-2026	18:00	18:15	00:15
4 z 47 Czym jest Power Barre – teoria	Zajęcia	Karolina Lev	02-10-2026	18:15	19:15	01:00
5 z 47 Wstęp do anatomii – teoria	Zajęcia	Karolina Lev	02-10-2026	19:15	20:15	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 47 Anatomia funkcjonalna – teoria	Zajęcia	Karolina Lev	03-10-2026	08:00	10:00	02:00
7 z 47 -	Przerwa	-	03-10-2026	10:00	10:15	00:15
8 z 47 Anatomia w praktyce – praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	03-10-2026	10:15	11:15	01:00
9 z 47 Fizjologia treningu – teoria	Zajęcia	Karolina Lev	03-10-2026	11:15	12:15	01:00
10 z 47 -	Przerwa	-	03-10-2026	12:15	12:45	00:30
11 z 47 Analiza ćwiczeń: ręce, stopy i pozycje baletowe – praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	03-10-2026	12:45	14:15	01:30
12 z 47 -	Przerwa	-	03-10-2026	14:15	14:30	00:15
13 z 47 Analiza ćwiczeń: uda i pośladki – praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	03-10-2026	14:30	15:15	00:45
14 z 47 Analiza ćwiczeń: core i praca rąk – praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	03-10-2026	15:15	16:00	00:45
15 z 47 Wzmacnianie pleców, rozciąganie i rozluźnianie – praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	04-10-2026	08:00	10:00	02:00
16 z 47 -	Przerwa	-	04-10-2026	10:00	10:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
17 z 47 Tworzenie sekwencji i struktura zajęć – teoria	Zajęcia	Karolina Lev	04-10-2026	10:15	11:15	01:00
18 z 47 Praca w grupach – analiza i praktyka sekwencji	Zajęcia	Karolina Lev	04-10-2026	11:15	12:15	01:00
19 z 47 -	Przerwa	-	04-10-2026	12:15	12:45	00:30
20 z 47 Kobiety w ciąży – modyfikacje i bezpieczeństwo – teoria	Zajęcia	Karolina Lev	04-10-2026	12:45	13:45	01:00
21 z 47 Praca z dodatkowym sprzętem – teoria i praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	04-10-2026	13:45	14:30	00:45
22 z 47 -	Przerwa	-	04-10-2026	14:30	14:45	00:15
23 z 47 Sekwencja z hantlami – praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	04-10-2026	14:45	15:30	00:45
24 z 47 Próby nauczania i cueing	Zajęcia	Karolina Lev	04-10-2026	15:30	16:00	00:30
25 z 47 Układ oddechowy i oddech podczas treningu – teoria i praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	09-10-2026	16:00	17:00	01:00
26 z 47 Sekwencja Power Barre z kijami – praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	09-10-2026	17:00	18:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
27 z 47 -	Przerwa	-	09-10-2026	18:00	18:15	00:15
28 z 47 Komunikacja z grupą – teoria i praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	09-10-2026	18:15	19:15	01:00
29 z 47 Power Barre dla dzieci – teoria i praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	09-10-2026	19:15	20:15	01:00
30 z 47 Sekwencja z piłkami – praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	10-10-2026	08:00	10:00	02:00
31 z 47 -	Przerwa	-	10-10-2026	10:00	10:15	00:15
32 z 47 Rola muzyki w Power Barre – teoria	Zajęcia	Karolina Lev	10-10-2026	10:15	11:15	01:00
33 z 47 15 zasad prowadzenia zajęć i techniki resetu – teoria	Zajęcia	Karolina Lev	10-10-2026	11:15	12:15	01:00
34 z 47 -	Przerwa	-	10-10-2026	12:15	12:45	00:30
35 z 47 Próby nauczania sekwencji	Zajęcia	Karolina Lev	10-10-2026	12:45	13:45	01:00
36 z 47 Urozmaicenie zajęć dla zaawansowanych – praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	10-10-2026	13:45	14:30	00:45
37 z 47 -	Przerwa	-	10-10-2026	14:30	14:45	00:15
38 z 47 Sekwencja z dyskami – praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	10-10-2026	14:45	15:30	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
39 z 47 Powtórka materiału i omówienie egzaminu	Zajęcia	Karolina Lev	10-10-2026	15:30	16:00	00:30
40 z 47 Poranny trening – praktyka	Zajęcia	Karolina Lev	11-10-2026	08:00	09:00	01:00
41 z 47 Rozwój instruktora i budowanie społeczności – teoria	Zajęcia	Karolina Lev	11-10-2026	09:00	10:00	01:00
42 z 47 -	Przerwa	-	11-10-2026	10:00	10:15	00:15
43 z 47 -	Walidacja	-	11-10-2026	10:15	11:15	01:00
44 z 47 -	Walidacja	-	11-10-2026	11:15	12:15	01:00
45 z 47 -	Przerwa	-	11-10-2026	12:15	13:00	00:45
46 z 47 -	Walidacja	-	11-10-2026	13:00	14:00	01:00
47 z 47 Rozdanie dyplomów i zakończenie szkolenia	Zajęcia	Karolina Lev	11-10-2026	14:00	15:30	01:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	40:00
w tym suma godzin zajęć	32:30
w tym suma godzin walidacji	03:00
w tym suma przerw	04:30
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	47:15

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 500,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 113 ust. 1 ustawy o VAT ze względu na wartość sprzedaży	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	112,50 PLN
Koszt osobogodziny netto	112,50 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	40:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Karolina Lev

Karolina Lev – instruktorka jogi, barre i kalisteniki z ponad 10-letnim, nieprzerwanym i ciągłym doświadczeniem zawodowym w branży ruchu i pracy z ciałem. Od ponad 5 lat nieprzerwanie prowadzi działalność szkoleniową, regularne zajęcia grupowe, warsztaty oraz treningi indywidualne w Polsce i za granicą. Ukończyła szkołę nauczycielską RYS 200 i RYS 300 w Yoga First w Dubaju (łącznie 500 godzin szkoleniowych), zdobywając wiedzę z zakresu anatomii funkcjonalnej, biomechaniki, pracy z oddechem i metodyki nauczania. Dodatkowo ukończyła m.in. szkolenia: Swing Yoga, Kids Yoga (100 h, Indie), Total Barre, Body Balance, Barre Burn, szkolenie instruktora kalisteniki, pilatesu oraz kurs pedagogiczny dla instruktorów praktycznej nauki zawodu. Łącznie ukończyła ponad 800 godzin specjalistycznych kursów i szkoleń związanych z pracą z ciałem. Prowadzi autorskie metody Joganika i Power Barre, skupiające się na rozwoju siły, mobilności, stabilizacji oraz świadomości ciała. Zrealizowała ponad 8000 godzin zajęć praktycznych i instruktorskich. Jako akredytowany szkoleniowiec Yoga Alliance przeprowadziła 10 szkoleń instruktorskich i warsztatów, realizując ponad 400 godzin szkoleniowych, w tym 4 szkolenia w ramach Bazy Usług Rozwojowych (BUR). Prowadziła warsztaty i wydarzenia międzynarodowe, m.in. Global Mała Yoga oraz Yoga Fest w Dubaju. Jest założycielką szkoły Joganika akredytowanej przez Yoga Alliance oraz autorką metod Joganika i Power Barre.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dla uczestników szkolenia Power Barre:

Manual szkoleniowy – szczegółowy podręcznik, który będzie podstawowym źródłem wiedzy teoretycznej podczas szkolenia. Zawiera on wszystkie kluczowe informacje dotyczące metodologii Joganika, technik ćwiczeń, anatomii, budowania sekwencji oraz struktury zajęć.

Torba – praktyczna torba, która pomieści wszystkie materiały szkoleniowe oraz osobiste rzeczy uczestników. Będzie to także doskonałe miejsce do przechowywania zeszytu i manuala podczas sesji.

Koszulka z logo – koszulka z logo Joganika, która stanowi symbol uczestnictwa w kursie oraz pozwala poczuć się częścią społeczności Joganika. Koszulka jest również wygodna do noszenia podczas ćwiczeń praktycznych.

Warunki uczestnictwa

Ze względu na zakres szkolenia od podstaw nie są wymagane dodatkowe umiejętności czy kwalifikacje.

Informacje dodatkowe

Usługa w swojej cenie zawiera koszty walidacji.

Usługa szkoleniowa jest zwolniona z podatku VAT zgodnie z podstawą prawną:

Stosownie do treści § 3 ust. 1 pkt 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 roku w sprawie zwolnień od podatku towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień zwolnione od podatku od towarów i usług są usługi kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego, finansowane w co najmniej 70% ze środków publicznych, oraz świadczenie usług i dostawa towarów ściśle z tymi usługami związane.

Uczestnicy szkolenia korzystający z dofinansowania zobowiązani są do zachowania frekwencji podczas szkolenia potwierdzonej listą obecności na minimalnym poziomie 80% zajęć.

Warunki uczestnictwa

Szkolenie dla uczestników, którzy ukończyli 18 lat i nie posiadają przeciwwskazań fizycznych do wykonywania ćwiczeń.

Adres

Gorzów Wielkopolski 7
66-400 Gorzów Wielkopolski
woj. lubuskie

Studio Jogi Joganika to kameralne i przytulne miejsce, które sprzyja nauce i rozwojowi. Zlokalizowane w spokojnej, inspirującej przestrzeni, z darmowym parkingiem blisko centrum miasta. Dzięki kameralnej atmosferze, każdy uczestnik może liczyć na indywidualne podejście oraz komfortowe warunki do nauki i praktyki.

Studio Joganika – miejsce, gdzie nauka staje się przyjemnością, a każda chwila treningu jest pełna inspiracji.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

Kontakt



Karolina Lev

E-mail karolina@joganika.com

Telefon (+48) 799 090 566