



OŚRODEK
SZKOLENIOWO-
WDROŻENIOWY
MAREK SZARATA
SP. Z O. O.

★★★★★ 4,8 / 5
341 ocen

Szkolenie: "Terapia mięśniowo powięziowa punktów spustowych"

Numer usługi 2026/06/24/5241/3646995

📍 Budzyn
🏠 Usługa szkoleniowa
📄 stacjonarna
👥 Zajęcia grupowe
🕒 16:00 h
📅 21.11.2026 do 22.11.2026

2 500,00 PLN brutto
2 500,00 PLN netto
156,25 PLN brutto/h
156,25 PLN netto/h
162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	Szkolenie skierowane jest do fizjoterapeutów i masażyści rozpoczynających swoją praktykę terapeutyczną, którzy nie wiedzą, jak skutecznie radzić sobie z nawracającymi dolegliwościami bólowymi u swoich pacjentów.
Minimalna liczba uczestników	20
Maksymalna liczba uczestników	24
Data zakończenia rekrutacji	20-11-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat ICVC - SURE (Standard Usług Rozwojowych w Edukacji): Norma zarządzania jakością w zakresie świadczenia usług rozwojowych

Cel

Cel edukacyjny

Szkolenie: "Terapia mięśniowo powięziowa punktów spustowych" ma na celu zdobycie kompetencji w zakresie podstawowych zaburzeń mięśniowo-powięziowych związanych z punktami spustowymi.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik szkolenia prawidłowo diagnozuje nieprawidłowości w zakresie podstawowych zaburzeń mięśniowo-powięziowych związanych z punktami spustowymi.	- stosuje podstawy naukowe mięśniowo-powięziowego zespołu bólowego i punktów spustowych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	-identyfikuje wybrane mięśnie na podstawie anatomii, badania palpacyjnego i funkcji	Obserwacja w warunkach symulowanych
	- wykonuje terapię manualną likwidowania mięśniowo-powięziowych punktów spustowych dla wybranych mięśni oraz dysfunkcji klinicznych.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	- stosuje wskazania i przeciwwskazania do manualnej terapii punktów spustowych	Obserwacja w warunkach symulowanych
	- rozpoznaje cechy punktów spustowych dzięki badaniu fizykalnemu i zastosować tę wiedzę do terapii wybranych mięśni	Obserwacja w warunkach symulowanych
	- wykonuje techniki łączone uwalniania MTrPs z innymi technikami manualnymi	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie 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 wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Warunki organizacyjne:

W trakcie szkolenia kursanci pracują na sobie, zmieniając się w parach. Każda para posiada przygotowane stanowisko do teorii i praktyki przy leżance do masażu.

Obecność jest potwierdzana na imiennych listach obecności. Zaliczenie szkolenia wymaga minimalnej frekwencji na zajęciach na poziomie 80%.

Dzień 1 Wprowadzenie

1. Powitanie.

2. Definicja punktu spustowego.

3. Mechanizmy i przyczyny powstawanie punktów spustowych.

4. Punkty spustowe a zaburzenia postawy.

5. Techniki likwidacji punktów spustowych:

- techniki manualne,
- metoda spray and stretch,
- metody fizykalne wykorzystywane w likwidacji punktów spustowych,
- modyfikacje protokołów likwidacji punktów spustowych.

6. Krótka charakterystyka technik terapeutycznych wspomagających pracę nad likwidacją punktów spustowych, które będą prezentowane w postępowaniu z poszczególnymi mięśniami:

- Pozycyjne rozluźnianie
- Poizometryczna relaksacja mięśni (PIR)
- Aktywne rozluźnianie
- Terapia powięziowa statyczna i dynamiczna
- Inne

Dzień 2 Opracowanie górnej i dolnej części ciała

1. Mięśnie głowy i szyi.

- żwacz,
- skroniowy,
- pochyłe,
- mostkowo-obojczykowo-sutkowy,
- inne.

2. Mięśnie tułowia.

- prostownik grzbietu,
- czworoboczny lędźwi,
- prosty brzucha,
- biodrowo-lędźwiowy,
- przepona,
- inne.

3. Mięśnie obręczy barkowej, ramienia, przedramienia i ręki.

- czworoboczny,
- dźwigacz łopatki,
- piersiowy większy,
- nadgrzebieniowy,
- podgrzebieniowy,
- obły większy i mniejszy,
- podłopatkowy,
- dwugłowy,
- trójgłowy,

- prostowniki nadgarstka i palców,
- zginacze nadgarstka i palców,
- supinator,
- inne.

4. Mięśnie miednicy, stawu biodrowego i uda,

- pośladkowy wielki,
- pośladkowy średni,
- gruszkowaty,
- naprężacz powięzi szeroki,
- dwugłowy uda,
- półbłoniasty i półścięgnisty,
- czworogłowy uda,
- inne.

5. Mięśnie podudzia i stopy.

- brzuchaty łydki,
- płaszczkowaty,
- strzałkowy długi i krótki,
- piszczelowy przedni,
- piszczelowy tylny,
- czworoboczny podeszwy,
- inne,

6. Przedstawienie strategii kompleksowego postępowania terapeutycznego w najczęstszych dysfunkcjach pacjentów.

7. Walidacja

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 16

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 16 Definicja punktu spustowego.	Zajęcia	Paweł Korman	21-11-2026	09:00	10:00	01:00
2 z 16 Mechanizmy i przyczyny powstawanie punktów spustowych.	Zajęcia	Paweł Korman	21-11-2026	10:00	11:15	01:15
3 z 16 -	Przerwa	-	21-11-2026	11:15	11:30	00:15
4 z 16 Punkty spustowe a zaburzenia postawy.	Zajęcia	Paweł Korman	21-11-2026	11:30	12:30	01:00
5 z 16 -	Przerwa	-	21-11-2026	12:30	13:15	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 16 Techniki likwidacji punktów spustowych.	Zajęcia	Paweł Korman	21-11-2026	13:15	15:15	02:00
7 z 16 -	Przerwa	-	21-11-2026	15:15	15:30	00:15
8 z 16 Krótka charakterystyka technik terapeutycznych wspomagających pracę nad likwidacją punktów spustowych, które będą prezentowane w postępowaniu z poszczególnymi mięśniami.	Zajęcia	Paweł Korman	21-11-2026	15:30	17:00	01:30
9 z 16 Mięśnie głowy i szyi. Mięśnie tułowia.	Zajęcia	Paweł Korman	22-11-2026	09:00	11:15	02:15
10 z 16 -	Przerwa	-	22-11-2026	11:15	11:30	00:15
11 z 16 Mięśnie obręczy barkowej, ramienia, przedramienia i ręki.	Zajęcia	Paweł Korman	22-11-2026	11:30	12:30	01:00
12 z 16 -	Przerwa	-	22-11-2026	12:30	13:15	00:45
13 z 16 Mięśnie miednicy, stawu biodrowego i uda. Mięśnie podudzia i stopy.	Zajęcia	Paweł Korman	22-11-2026	13:15	15:15	02:00
14 z 16 -	Przerwa	-	22-11-2026	15:15	15:30	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
15 z 16 Przedstawienie strategii kompleksowego postępowania terapeutycznego w najczęstszych dysfunkcjach pacjentów.	Zajęcia	Paweł Korman	22-11-2026	15:30	16:30	01:00
16 z 16 -	Walidacja	-	22-11-2026	16:30	17:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:00
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	02:30
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	2 500,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	156,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	156,25 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin

Liczba godzin

Liczba godzin zegarowych usługi

16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Paweł Korman

Paweł Korman jest wykładowcą w Akademii Wychowania Fizycznego w Poznaniu. Współpracuje z Wielkopolskim Centrum Rehabilitacji, prowadzi badania naukowe w obrębie dysfunkcji mięśniowo-powięziowych i jest autorem 38 artykułów naukowych.

Od ponad 17 lat prowadzi praktykę fizjoterapeutyczną.

W ciągu ostatnich 2 lat współpracy z MTG przeprowadził ponad 20 szkoleń z zakresu Terapii Mięśniowo-powięziowych punktów spustowych.

Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik, otrzyma autorski skrypt ze szkolenia.

Adres

Budzyń 50
32-060 Budzyń
woj. małopolskie

Dokładny adres szkolenia: Sala szkoleniowa ENEDU Budzyń 50, 32-060 Budzyń (obok Krakowa)
(wejście do sali szkoleniowej znajduje się z tyłu budynku)

Kontakt



Jolanta Przybyszewska

E-mail szkolenia.mtg@gmail.com

Telefon (+48) 517 764 644