



HYGGE SPÓŁKA Z
OGRANICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

Brak ocen dla tego dostawcy

Terapia tkanek miękkich i mięśniowo- powięziowych punktów spustowych

Numer usługi 2026/08/13/193615/3744993

📍 Szczecin

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 14:00 h

📅 24.10.2026 do 25.10.2026

1 400,00 PLN brutto

1 400,00 PLN netto

100,00 PLN brutto/h

100,00 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Zdrowie i medycyna / Medycyna
Grupa docelowa usługi	fizjoterapeuci, masażyści.
Minimalna liczba uczestników	8
Maksymalna liczba uczestników	16
Data zakończenia rekrutacji	23-10-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat ISO 21001: 2018 Organizacje edukacyjne – „Systemy zarządzania dla organizacji edukacyjnych – wymagania ze wskazówkami dotyczącymi użytkowania”

Cel

Cel edukacyjny

Celem edukacyjnym jest nabycie przez uczestnika wiedzy i praktycznych umiejętności w zakresie diagnozowania oraz terapii dysfunkcji tkanek miękkich i mięśniowo-powięziowych punktów spustowych. Uczestnik będzie potrafił dobierać i stosować odpowiednie techniki terapeutyczne oraz planować postępowanie z uwzględnieniem stanu funkcjonalnego pacjenta i zasad bezpieczeństwa.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik charakteryzuje zasady funkcjonowania tkanek miękkich i układu mięśniowo-powięziowego.	Uczestnik opisuje podstawowe zależności pomiędzy strukturą i funkcją tkanek miękkich.	Test teoretyczny
	Uczestnik rozpoznaje czynniki mogące prowadzić do powstawania dysfunkcji i punktów spustowych.	Test teoretyczny
Uczestnik przeprowadza ocenę funkcjonalną i lokalizuje obszary wymagające terapii.	Uczestnik stosuje wybrane testy i elementy badania funkcjonalnego do oceny pacjenta.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik identyfikuje napięte struktury oraz lokalizuje mięśniowo-powięziowe punkty spustowe.	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik dobiera i wykonuje techniki terapii tkanek miękkich oraz punktów spustowych.	Uczestnik dobiera technikę terapeutyczną odpowiednio do rozpoznanego problemu funkcjonalnego.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik prawidłowo wykonuje wybrane techniki terapii tkanek głębokich, rozluźniania mięśniowo-powięziowego oraz dezaktywacji punktów spustowych.	Analiza dowodów i deklaracji
Uczestnik planuje postępowanie terapeutyczne w przypadku dysfunkcji tkanek miękkich.	Uczestnik analizuje przypadek i określa cele oraz kolejność postępowania terapeutycznego.	Analiza dowodów i deklaracji
	Uczestnik łączy poznane techniki w spójny plan terapii z uwzględnieniem wskazań, przeciwwskazań i zasad bezpieczeństwa.	Analiza dowodów i deklaracji

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

1. Wprowadzenie do terapii tkanek miękkich
 - podstawowe założenia terapii,
 - wskazania i przeciwwskazania do pracy z tkankami miękkimi.
2. Anatomia palpacyjna
 - lokalizacja kluczowych struktur mięśniowych i powięziowych,
 - zasady palpacyjnej oceny tkanek.
3. Masaż tkanek głębokich
 - podstawowe zasady pracy,
 - wskazania i przeciwwskazania,
 - techniki pracy na wybranych strukturach.
4. Rozluźnianie mięśniowo-powięziowe (MFR)
 - techniki globalne i lokalne,
 - dobór sposobu pracy do napięcia tkanek.
5. Terapia punktów spustowych
 - fizjologia i mechanizm powstawania punktów spustowych,
 - lokalizacja punktów spustowych,
 - techniki ich dezaktywacji.
6. Masaż funkcyjny
 - podstawowe założenia metody,
 - zastosowanie masażu funkcyjnego w terapii.
7. Praktyka terapeutyczna
 - praca na wybranych grupach mięśniowych,
 - praktyczne wykorzystanie poznanych technik.
8. Podstawy diagnostyki ortopedycznej i funkcjonalnej
 - ocena funkcjonalna pacjenta,
 - wykorzystanie wybranych testów w planowaniu terapii.
9. Wnioskowanie kliniczne w pracy terapeuty
 - analiza objawów i ograniczeń funkcjonalnych,
 - dobór postępowania terapeutycznego do problemu pacjenta.
10. Terapia tkanek miękkich w wybranych dysfunkcjach
 - bóle kręgosłupa,
 - dysfunkcje stawów biodrowo-krzyżowych,
 - łokieć tenisisty i golfisty,
 - kolano skoczka,
 - dolegliwości związane z pasmem biodrowo-piszczelowym (ITB),
 - napięciowe bóle głowy.
1. Dobór i łączenie technik terapeutycznych
 - dostosowanie techniki do rozpoznanego problemu,
 - łączenie masażu tkanek głębokich, MFR, terapii punktów spustowych i masażu funkcyjnego.
1. Praca na przypadkach klinicznych

- analiza przypadków,
- planowanie postępowania terapeutycznego,
- praktyczne zastosowanie poznanych metod.

1. Najczęstsze błędy terapeutyczne

- identyfikacja błędów w wykonywaniu technik,
- zasady ich korekcji i bezpiecznej pracy.

1. Podsumowanie szkolenia

- usystematyzowanie wiedzy i umiejętności,
- omówienie zagadnień problemowych,
- sesja pytań i odpowiedzi.

1. Walidacja nabytych kompetencji

- egzamin teoretyczny sprawdzający poziom przyswojonej wiedzy,
- weryfikacja umiejętności praktycznych,
- analiza dowodów i deklaracji potwierdzających osiągnięcie założonych efektów uczenia się.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 11

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 11 Wprowadzenie do terapii tkanek miękkich i anatomia palpacyjna	Zajęcia	Bartosz Fysz	24-10-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 11 -	Przerwa	-	24-10-2026	11:00	11:30	00:30
3 z 11 Masaż tkanek głębokich i rozluźnianie mięśniowo-powięziowe	Zajęcia	Bartosz Fysz	24-10-2026	11:30	13:30	02:00
4 z 11 -	Przerwa	-	24-10-2026	13:30	14:00	00:30
5 z 11 Terapia punktów spustowych i masaż funkcyjny	Zajęcia	Bartosz Fysz	24-10-2026	14:00	16:00	02:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 11 Diagnostyka ortopedyczna, funkcjonalna i wnioskowanie kliniczne	Zajęcia	Bartosz Fysz	25-10-2026	09:00	11:00	02:00
7 z 11 -	Przerwa	-	25-10-2026	11:00	11:30	00:30
8 z 11 Terapia tkanek miękkich w wybranych dysfunkcjach	Zajęcia	Bartosz Fysz	25-10-2026	11:30	13:30	02:00
9 z 11 -	Przerwa	-	25-10-2026	13:30	14:00	00:30
10 z 11 Praca na przypadkach klinicznych i praktyczne zastosowanie technik	Zajęcia	Bartosz Fysz	25-10-2026	14:00	15:30	01:30
11 z 11 -	Walidacja	-	25-10-2026	15:30	16:00	00:30

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	14:00
w tym suma godzin zajęć	11:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	02:00
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	16:00

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
-------------	------

Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto 1 400,00 PLN

Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT

Koszt przypadający na 1 uczestnika netto 1 400,00 PLN

Koszt osobogodziny brutto 100,00 PLN

Koszt osobogodziny netto 100,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin

Liczba godzin

Liczba godzin zegarowych usługi

14:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Bartosz Fysz

Magister fizjoterapii, technik masażysta, certyfikowany trener personalny z kilkunastoletnim doświadczeniem zawodowym, szkoleniowiec. Wykładowca w medycznych szkołach policealnych oraz na studiach wyższych o kierunku technik masażysta oraz fizjoterapia. Nauczane przedmioty: anatomia, patologia, teoria i pracownia masażu, podstawy i pracownia fizjoterapii. Prowadzi także kursy dla instruktorów sportów siłowych i akrobatycznych oraz fizjoterapeutów i masażystów.

Od 1999 roku związany z treningiem siłowym, funkcjonalnym, wychowaniem fizycznym. Na przestrzeni lat uczestniczył w kilkudziesięciu kursach i szkoleniach z zakresu terapii manualnej, terapii tkanek miękkich oraz różnych form kinezyterapii. Na co dzień pracuje z pacjentami ortopedycznymi oraz sportowcami z dysfunkcjami układu ruchu.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Skrypt, pomoce do terapii.

Informacje dodatkowe

Liczba 16 godzin usługi podana jest w godzinach dydaktycznych (45min), co odpowiada 12 godzinom zegarowym wykazanym w harmonogramie. Usługa kończy się walidacją efektów uczenia się.

Adres

Szczecin

Szczecin

woj. zachodniopomorskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Przemysław Sobolewski

E-mail przemek.sobolewski@gmail.com

Telefon (+48) 501 095 071