



TRAINING CENTER
ANETA SZURA

★★★★★ 4,9 / 5

854 oceny

Szkolenie - Zaawansowana Metodyka Treningu, Diagnostyka i Programowanie. Warsztaty praktyczne rozwijania zielonych kompetencji (kwalifikacje)

Numer usługi 2026/08/18/153745/3751158

- 📍 Mysłowice
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📅 stacjonarna
- 👥 Zajęcia grupowe
- 🕒 20:00 h
- 📅 23.10.2026 do 03.11.2026

6 088,50 PLN brutto
4 950,00 PLN netto
304,43 PLN brutto/h
247,50 PLN netto/h
264,37 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria	Styl życia / Sport
Grupa docelowa usługi	- osoby zainteresowane zdobyciem kwalifikacji trenera personalnego / specjalisty fitness oraz rozwijaniem kompetencji w zakresie nowoczesnego, zrównoważonego podejścia do treningu i profilaktyki zdrowia. - osoby planujące rozpoczęcie pracy w branży fitness, trenerów i instruktorów chcących podnieść lub uaktualnić swoje kwalifikacje, a także osoby aktywne fizycznie, które chcą poszerzyć wiedzę na temat świadomego planowania treningu - Uczestnicy szkolenia nie muszą spełniać określonych wymagań dotyczących funkcji, doświadczenia, zakresu zadań ani wiedzy i umiejętności z zakresu usługi.
Minimalna liczba uczestników	2
Maksymalna liczba uczestników	10
Data zakończenia rekrutacji	22-10-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usług Szkoleniowo– Rozwojowych PIFS SUS 3.0

Cel

Cel edukacyjny

Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego planowania i prowadzenia zaawansowanych procesów treningowych zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju, racjonalnego gospodarowania zasobami oraz gospodarki o obiegu zamkniętym (GOZ). Usługa przygotowuje również do organizowania procesu treningowego w sposób ograniczający zużycie energii, materiałów i wyposażenia, planowania treningów wykorzystujących rozwiązania niskoemisyjne oraz promowania zrównoważonych zachowań wśród klientów.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Wiedza - Wyjaśnia zasady interpretacji wyników diagnostyki funkcjonalnej.	Rozróżnia rodzaje testów mobilności, stabilności i siły.	Test teoretyczny
	Identyfikuje najczęstsze kompensacje ruchowe oraz ich przyczyny.	Test teoretyczny
Charakteryzuje zasady programowania i progresji treningu dostosowanego do indywidualnych potrzeb klienta.	Charakteryzuje modele periodyzacji liniowej, falowej i blokowej.	Test teoretyczny
	Wyjaśnia zastosowanie metod autoregulacji treningowej (RPE, RIR).	Test teoretyczny
	Wskazuje zasady planowania progresji treningowej z uwzględnieniem celu i możliwości klienta.	Test teoretyczny
	Charakteryzuje zasady gospodarki o obiegu zamkniętym w działalności studiów i klubów fitness.	Test teoretyczny
Wiedza - Wyjaśnia zasady gospodarki o obiegu zamkniętym oraz zrównoważonego zarządzania zasobami stosowane w organizacji pracy trenera personalnego i funkcjonowaniu obiektów fitness.	Rozróżnia działania związane z ograniczaniem zużycia zasobów, ponownym wykorzystaniem oraz recyklingiem wyposażenia treningowego.	Test teoretyczny
	Wskazuje rozwiązania wspierające wydłużanie cyklu życia sprzętu i akcesoriów wykorzystywanych w branży fitness.	Test teoretyczny
	Przygotowuje stanowisko treningowe zgodnie z zasadami ergonomii i bezpieczeństwa.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Umiejętności - Organizuje stanowisko pracy trenera zgodnie z zasadami ergonomii, bezpieczeństwa i ochrony zdrowia.	Organizuje sprzęt treningowy w sposób zapewniający bezpieczne wykonanie ćwiczeń.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Identyfikuje potencjalne zagrożenia występujące w przestrzeni treningowej.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Umiejętności - Planuje proces treningowy zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju i gospodarki o obiegu zamkniętym (GOZ)	Przygotowuje ćwiczenia i sprzęt treningowy w sposób zapewniający efektywne wykorzystanie dostępnych zasobów	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Planuje trening z uwzględnieniem racjonalnego wykorzystania przestrzeni oraz wyposażenia treningowego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wykorzystuje formy aktywności ograniczające zużycie zasobów i konieczność korzystania z urządzeń zasilanych energią elektryczną.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wiedza - Wyjaśnia zasady planowania żywienia i suplementacji wspierających realizację celów treningowych zgodnie z zasadami zrównoważonej konsumpcji i ograniczania marnowania żywności.	Rozróżnia strategie żywieniowe stosowane w redukcji tkanki tłuszczowej, budowaniu masy mięśniowej i rekompozycji sylwetki.	Test teoretyczny
	Charakteryzuje zasady żywienia okołotreningowego oraz planowania posiłków.	Test teoretyczny
	Identyfikuje zastosowanie wybranych suplementów wspierających regenerację i zdolności wysiłkowe.	Test teoretyczny
	Wyjaśnia najczęstsze błędy żywieniowe popełniane przez klientów. Wskazuje działania sprzyjające ograniczaniu marnowania żywności i racjonalnemu planowaniu posiłków.	Test teoretyczny Test teoretyczny
Umiejętności - Opracowuje zalecenia żywieniowe i suplementacyjne dostosowane do celu treningowego klienta, uwzględniając zasady zdrowego stylu życia i zrównoważonej konsumpcji.	Identyfikuje najważniejsze potrzeby żywieniowe na podstawie przeanalizowanego przypadku klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Opracowuje strategię żywieniową odpowiednią do celu treningowego klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Przygotowuje suplementację adekwatnie do potrzeb i celu klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Stosuje w proponowanych zaleceniach działania sprzyjające racjonalnemu planowaniu posiłków i ograniczaniu marnowania żywności.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Umiejętności - Projektuje jednostkę treningową na podstawie analizy potrzeb, możliwości i celu klienta.	Określa cele treningowe na podstawie przeanalizowanego przypadku klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Opracowuje jednostkę treningową z uwzględnieniem celu treningowego, zasad bezpieczeństwa oraz efektywnego wykorzystania sprzętu i przestrzeni treningowej.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dobiera ćwiczenia adekwatne do celu, możliwości i poziomu zaawansowania klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Umiejętności - Prowadzi jednostkę treningową z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa oraz racjonalnego wykorzystania sprzętu i przestrzeni	Koryguje błędy techniczne podczas wykonywania ćwiczeń.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dostosowuje intensywność oraz parametry treningowe do poziomu zaawansowania klienta.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Przekazuje klientowi informacje dotyczące celów i zasad treningu w sposób zrozumiały oraz dostosowany do jego potrzeb i poziomu wiedzy.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Kompetencje Społeczne - Komunikuje się z klientem w sposób zrozumiały, empatyczny i wspierający, budując zaangażowanie w proces treningowy	Stosuje empatyczną komunikację, obserwując reakcje klienta oraz przekazując konstruktywne informacje zwrotne wspierające motywację i kształtowanie zdrowych, zrównoważonych nawyków związanych ze stylem życia.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Umiejętności - Stosuje zasady zrównoważonego rozwoju w organizacji pracy trenera personalnego.	Planuje organizację treningu z uwzględnieniem racjonalnego wykorzystania sprzętu, przestrzeni oraz innych zasobów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Dobiera rozwiązania ograniczające zużycie energii i powstawanie odpadów podczas prowadzenia treningów zgodnie z zasadami GOZ.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Umiejętności - Wykorzystuje narzędzia cyfrowe i rozwiązania oparte na sztucznej inteligencji do przygotowania dokumentacji i materiałów treningowych w formie ograniczającej zużycie papieru oraz materiałów eksploatacyjnych.	Wykorzystuje narzędzia cyfrowe (np. Canva, PowerPoint) oraz ChatGPT do przygotowania programów treningowych, materiałów edukacyjnych lub zaleceń dla klientów.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uzasadnia wpływ cyfryzacji i rozwiązań AI na usprawnienie organizacji dokumentacji treningowej oraz ograniczenie zużycia papieru i materiałów.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kwalifikacje niewłączone do ZSK

Uznane kwalifikacje

Pytanie 3. Czy dokument jest certyfikatem wydawanym przez międzynarodowe instytucje?

TAK

Strona internetowa Instytucji Certyfikującej: <https://standardgccs.com/gccs-icvc/>

Strona internetowa Instytucji Walidującej: <https://icvc.eu/kwalifikacje-icvc/>

Informacje

Nazwa Podmiotu prowadzącego walidację	ICVC CERTYFIKACJA SPÓŁKA Z OGRANICZONĄ ODPOWIEDZIALNOŚCIĄ
Nazwa Podmiotu certyfikującego	Talent Odyssey Ltd

Program

Cel edukacyjny: Usługa przygotowuje uczestnika do samodzielnego planowania i prowadzenia zaawansowanych procesów treningowych zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju, racjonalnego gospodarowania zasobami oraz gospodarki o obiegu zamkniętym (GOZ). Usługa przygotowuje również do organizowania procesu treningowego w sposób ograniczający zużycie energii, materiałów i wyposażenia, planowania treningów wykorzystujących rozwiązania niskoemisyjne oraz promowania zrównoważonych zachowań wśród klientów.

Szkolenie skierowane jest dla:

- Uczestnicy szkolenia nie muszą spełniać określonych wymagań dotyczących funkcji, doświadczenia, zakresu zadań ani wiedzy i umiejętności z zakresu usługi.
- osoby zainteresowane zdobyciem kwalifikacji trenera personalnego / specjalisty fitness oraz rozwijaniem kompetencji w zakresie nowoczesnego, zrównoważonego podejścia do treningu i profilaktyki zdrowia.
- osoby planujące rozpoczęcie pracy w branży fitness, trenerów i instruktorów chcących podnieść lub uaktualnić swoje kwalifikacje, a także osoby aktywne fizycznie, które chcą poszerzyć wiedzę na temat świadomego planowania treningu

Działania ułatwiające osiągnięcie celu usługi:

- zapoznanie się z literaturą dotyczącą zrównoważonego rozwoju i ekologii w branży fitness,
- zapoznanie się z metodyką pracy trenera personalnego, planowaniem treningu oraz zasadami zdrowego stylu życia.

Opis warunków organizacyjnych: Organizator zapewnia w pełni wyposażoną przestrzeń szkoleniową umożliwiającą realizację zajęć teoretycznych i praktycznych, w tym sprzęt fitness (maty, hantle, akcesoria treningowe) oraz materiały dydaktyczne. Każdy uczestnik ma zapewnione stanowisko do ćwiczeń. Szkolenia odbywają się w małych grupach, co umożliwia indywidualne podejście.

Podczas szkolenia uczestnicy wykonują ćwiczenia w warunkach symulowanych. Harmonogram może ulegać niewielkim zmianom w zależności od tempa pracy i zaawansowania uczestników.

Moduł I (część teoretyczna)

Analiza wzorców ruchowych i diagnostyka funkcjonalna

- ocena jakości ruchu i identyfikacja kompensacji ruchowych,
- testy mobilności, stabilności i siły,
- analiza ryzyka przeciążeń i kontuzji,
- dobór działań prewencyjnych.

Indywidualizacja i planowanie treningu

- dostosowanie planów treningowych do wieku, możliwości i celów klienta,
- periodyzacja liniowa, falowa i blokowa,
- wykorzystanie metod autoregulacji (RPE, RIR),
- planowanie progresji z uwzględnieniem zdrowia i długoterminowej sprawności,
- **planowanie procesu treningowego z uwzględnieniem efektywnego wykorzystania dostępnych zasobów oraz zasad zrównoważonego rozwoju.**

Moduł II (część teoretyczna)

Zrównoważony rozwój i GOZ w branży fitness

- zasady zrównoważonego rozwoju w działalności trenerskiej,
- racjonalne wykorzystanie przestrzeni treningowej, sprzętu i innych zasobów,
- ograniczanie zużycia materiałów oraz ilości odpadów powstających podczas prowadzenia treningów,
- ograniczanie zużycia energii podczas organizacji i prowadzenia treningów,
- planowanie organizacji pracy trenera zgodnie z zasadami efektywnego gospodarowania zasobami,
- rola trenera w promowaniu zdrowych i odpowiedzialnych nawyków związanych ze stylem życia,
- zastosowanie zasad gospodarki o obiegu zamkniętym (GOZ) w branży fitness,
- wydłużanie cyklu życia sprzętu treningowego poprzez konserwację, naprawę i ponowne wykorzystanie,
- dobór wyposażenia z uwzględnieniem trwałości, możliwości naprawy i recyklingu.

Moduł III (część praktyczna)

Organizacja środowiska treningowego i zarządzanie zasobami

- przygotowanie przestrzeni treningowej zgodnie z zasadami bezpieczeństwa i ergonomii,
- dobór oraz rozmieszczenie sprzętu w zależności od rodzaju i celu treningu,
- identyfikacja potencjalnych zagrożeń wpływających na bezpieczeństwo uczestników,
- optymalizacja wykorzystania dostępnej przestrzeni i wyposażenia treningowego,
- organizacja treningu zgodnie z zasadami efektywnego gospodarowania zasobami,
- **dobór rozwiązań ograniczających zużycie energii oraz powstawanie odpadów podczas prowadzenia treningów.**

Moduł IV (część praktyczna)

Technika, coaching i programowanie zaawansowanego treningu

- wykonywanie i analiza techniki zaawansowanych ćwiczeń wielostawowych,
- stosowanie wariantów przysiadów, martwych ciągów i wyciskania,
- identyfikacja oraz korekta błędów ruchowych,
- wykorzystanie specjalistycznych narzędzi treningowych (landmine, taśmy oporowe, łańcuchy treningowe, sandbag),
- dobór ćwiczeń do celu, poziomu zaawansowania i możliwości klienta,
- planowanie intensywności, tempa oraz przerw wypoczynkowych,
- stosowanie metod zwiększania intensywności treningu,
- **budowanie efektywnych jednostek treningowych z uwzględnieniem optymalnego wykorzystania czasu, przestrzeni, sprzętu oraz zasad zrównoważonego rozwoju.**

Moduł V (część praktyczna)

Organizacja treningu zgodna z zasadami zrównoważonego rozwoju

- efektywne wykorzystanie sprzętu,
- ograniczenie użycia urządzeń elektrycznych,
- trening funkcjonalny i z masą własnego ciała,
- treningi outdoor,
- racjonalne wykorzystanie przestrzeni i wyposażenia,
- ograniczenie zużycia energii i materiałów.

Komunikacja, coaching i edukacja klienta

- przekazywanie informacji dotyczących celów i założeń procesu treningowego,
- edukowanie klienta w zakresie aktywności fizycznej, regeneracji, snu i zarządzania stresem,
- stosowanie technik motywacyjnych wspierających realizację celów treningowych,
- kształtowanie zdrowych, odpowiedzialnych i zrównoważonych nawyków związanych ze stylem życia oraz racjonalnym korzystaniem z zasobów.

Moduł VI (część teoretyczna)

Dietetyka, suplementacja i zrównoważone nawyki żywieniowe

- zaawansowana analiza żywieniowa i ocena sposobu żywienia klienta,
- strategie żywieniowe wspierające redukcję tkanki tłuszczowej, budowanie masy mięśniowej i rekompozycję sylwetki,
- zasady żywienia okołotreningowego i planowania posiłków,
- zastosowanie adaptogenów, ergogeników i suplementów wspierających regenerację,
- praca z klientem o zróżnicowanych potrzebach i trudnościach żywieniowych,
- zasady racjonalnej konsumpcji i ograniczania marnowania żywności,
- **planowanie żywienia zgodnie z zasadami zrównoważonej konsumpcji oraz odpowiedzialnego gospodarowania żywnością.**

Moduł VII (część praktyczna)

Planowanie żywienia i suplementacji przez uczestnika pod nadzorem instruktora

- analiza przypadków żywieniowych oraz identyfikacja błędów żywieniowych,
- opracowywanie zaleceń żywieniowych dostosowanych do celów treningowych klienta,
- planowanie żywienia okołotreningowego,
- dobór suplementacji wspierającej realizację celów treningowych i regenerację,
- opracowywanie zaleceń uwzględniających ograniczanie marnowania żywności oraz racjonalne planowanie posiłków.

Moduł VIII (część praktyczna)

Edukacja żywieniowa i kształtowanie nawyków

- rozmowa edukacyjna i motywacyjna z klientem,
- budowanie trwałych nawyków żywieniowych,
- kształtowanie zdrowych wyborów żywieniowych,
- planowanie posiłków bez marnowania żywności,
- promowanie zrównoważonego stylu życia,
- racjonalne korzystanie z zasobów i żywności.

Narzędzia cyfrowe i sztuczna inteligencja w pracy trenera

- wykorzystanie narzędzi cyfrowych (Canva, PowerPoint) do przygotowania materiałów edukacyjnych oraz programów treningowych,
- wykorzystanie ChatGPT do opracowywania programów treningowych, zaleceń oraz materiałów informacyjnych dla klientów,
- prowadzenie dokumentacji treningowej z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych,
- organizacja dokumentacji klienta z wykorzystaniem rozwiązań opartych na sztucznej inteligencji,
- ograniczanie zużycia papieru i materiałów eksploatacyjnych poprzez cyfrowy obieg dokumentacji.

Egzamin - walidacja

Test teoretyczny, obserwacja w warunkach symulowanych. Szkolenie kończy się walidacją przeprowadzoną przez walidatora z ICVC. Certyfikat wydany przez jednostkę uprawnioną do certyfikacji, tj. Talent Odyssey Ltd, co potwierdza zdobycie wymaganych kwalifikacji.

Walidacja przeprowadzona zostanie z zapewnieniem rozdzielenia funkcji procesów kształcenia i szkolenia od procesu walidacji – realizacja obu procesów przeprowadzona przez dwie różne osoby.

Certyfikat jest wydawany osobom, które zdały Egzamin ICVC weryfikujący ich kwalifikacje do wykonywania zawodu Szkolenie prowadzi do nabycia kwalifikacji zawodowej: **"Diagnozowanie i programowanie procesu treningowego z uwzględnieniem zasad zrównoważonego rozwoju"**

Certyfikat wydawany jest w terminie maksymalnie do 7 dni roboczych od dnia zakończenia walidacji (certyfikat może zostać wydany wcześniej, jednak co do zasady podmiot zewnętrzny ma na to maksymalnie 7 dni roboczych) Szkolenie prowadzi do nabycia umiejętności **powiązanych z transformacją rynku pracy w kierunku zielonej gospodarki usługowej**. W sektorze fitness oznacza to prowadzenie treningów oraz organizację pracy z ograniczeniem negatywnego wpływu na środowisko i zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju.

Warunkiem zaliczenia walidacji jest uzyskanie minimum 75% punktów z każdej zastosowanej metody walidacji.

Warunkiem ukończenia szkolenia i przystąpienia do procesu walidacji jest uzyskanie minimum 80% frekwencji podczas realizacji usługi.

Kompetencje zdobywane podczas szkolenia przyczyniają się do tworzenia zielonych miejsc pracy poprzez:

- prowadzenie treningów z wykorzystaniem sprzętu ekologicznego i ćwiczeń niewymagających zasilania,
- organizację stanowiska pracy zgodnie z zasadami GOZ i racjonalne gospodarowanie zasobami,
- stosowanie praktyk ograniczających zużycie energii i materiałów,
- dobór trwałego sprzętu oraz działania wspierające zdrowy i zrównoważony styl życia klientów.

Szkolenie wpisuje się w Program Rozwoju Technologii Województwa Śląskiego 2019–2030 (PRT) w następujących obszarach :

Technologie dla ochrony środowiska:

-3.3 Technologie gospodarowania odpadami

-3.6 Zarządzanie środowiskiem

Usługa ma charakter stacjonarny - 20 h zegarowych Usługa składa się z części teoretycznej (4,5 h zegarowych), części praktycznej (12 h zegarowych), przerwa (2,5 h zegarowych), walidacja (1h zegarowa

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 14

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 14 MODUŁ I (część teoretyczna) Analiza wzorców ruchowych i diagnostyka funkcjonalna. Indywidualizacja i planowanie treningu.	Zajęcia	PIOTR WACŁAW	23-10-2026	17:00	19:30	02:30
2 z 14 -	Przerwa	-	23-10-2026	19:30	20:00	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
3 z 14 MODUŁ II (część teoretyczna) Zrównoważony rozwój i GOZ w branży fitness.	Zajęcia	PIOTR WACŁAW	23-10-2026	20:00	21:00	01:00
4 z 14 Moduł III (część praktyczna) Organizacja środowiska treningowego i zarządzanie zasobami.	Zajęcia	PIOTR WACŁAW	24-10-2026	08:00	11:30	03:30
5 z 14 -	Przerwa	-	24-10-2026	11:30	12:00	00:30
6 z 14 MODUŁ IV (część praktyczna) Technika, coaching i programowanie zaawansowanego treningu.	Zajęcia	PIOTR WACŁAW	24-10-2026	12:00	13:30	01:30
7 z 14 -	Przerwa	-	24-10-2026	13:30	14:00	00:30
8 z 14 MODUŁ V (część praktyczna) Organizacja treningu zgodna z zasadami zrównoważonego rozwoju. Komunikacja, coaching i edukacja klienta.	Zajęcia	PIOTR WACŁAW	24-10-2026	14:00	16:00	02:00
9 z 14 MODUŁ VI (część teoretyczna) Dietetyka, suplementacja i zrównoważone nawyki żywieniowe	Zajęcia	PIOTR WACŁAW	25-10-2026	08:00	09:00	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
10 z 14 -	Przerwa	-	25-10-2026	09:00	09:30	00:30
11 z 14 Moduł VII (część praktyczna) Planowanie żywienia i suplementacji przez uczestnika pod nadzorem instruktora.	Zajęcia	PIOTR WACŁAW	25-10-2026	09:30	10:30	01:00
12 z 14 -	Przerwa	-	25-10-2026	10:30	11:00	00:30
13 z 14 MODUŁ VIII (część praktyczna) Edukacja żywieniowa i kształtowanie nawyków. Narzędzia cyfrowe i sztuczna inteligencja w pracy trenera.	Zajęcia	PIOTR WACŁAW	25-10-2026	11:00	15:00	04:00
14 z 14 -	Walidacja	-	25-10-2026	15:00	16:00	01:00

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	20:00
w tym suma godzin zajęć	16:30
w tym suma godzin walidacji	01:00
w tym suma przerw	02:30
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	23:15

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług, jeżeli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

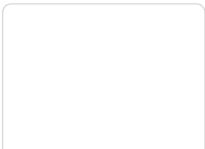
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	6 088,50 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 950,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	304,43 PLN
Koszt osobogodziny netto	247,50 PLN
W tym koszt walidacji brutto	153,75 PLN
W tym koszt walidacji netto	125,00 PLN
W tym koszt certyfikowania brutto	153,75 PLN
W tym koszt certyfikowania netto	125,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	20:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

PIOTR WACŁAW



Trener Personalny Piotr Waclaw to specjalista z 11-letnim doświadczeniem w branży fitness, nieprzerwanie wykonujący zawód trenera personalnego.

Specjalizuje się w treningu siłowym, budowaniu masy mięśniowej, zwiększaniu siły oraz redukcji tkanki tłuszczowej. Kulturystryka od lat stanowi ważny element jego działalności zawodowej – uczestniczył w zawodach sylwetkowych, zdobywając doświadczenie, które wykorzystuje w pracy z podopiecznymi.

W pracy stawia na indywidualne podejście, zaangażowanie oraz osiąganie trwałych efektów. Wspiera podopiecznych nie tylko w zmianie sylwetki, ale także w budowaniu zdrowych nawyków i samodyscypliny.

Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte i wykorzystywane w okresie nie wcześniejszym niż 5 lat przed opublikowaniem karty usługi w BUR. Od roku prowadzi szkolenia i zajęcia praktyczne z zakresu treningu siłowego oraz kształtowania sylwetki. Przekazuje uczestnikom wiedzę teoretyczną i praktyczną, pomagając rozwijać umiejętności związane z planowaniem treningu oraz prawidłową techniką ćwiczeń.

Stale podnosi swoje kwalifikacje zawodowe. W ostatnich latach ukończył m.in. szkolenia: Instruktor Sportu o specjalności Kettlebell (03.2026) oraz Zrównoważony rozwój w MŚP (05.2026).

W działalności szkoleniowej promuje również postawy proekologiczne i zasady zrównoważonego rozwoju.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Organizator zapewnia wszelkie materiały szkoleniowe i dydaktyczne niezbędne do realizacji części teoretycznej i praktycznej szkolenia, m.in.: skrypt w formie papierowej, sprzęt i akcesoria fitness (maty, hantle, gumy oporowe, piłki), a także dostęp do przestrzeni treningowej. Uczestnicy korzystają z urządzeń i przyborów umożliwiających bezpieczne przeprowadzenie ćwiczeń oraz realizację zajęć praktycznych.

Materiały szkoleniowe te zostaną przekazane uczestnikowi najpóźniej w pierwszym dniu szkolenia.

Uczestnik zobowiązany jest do samodzielnego zapewnienia telefonu z ładowarką, który będzie niezbędny do korzystania z narzędzi cyfrowych podczas szkolenia oraz do poprawnego przejścia procesu walidacji, w tym wykonania testu i przygotowania wymaganych materiałów walidacyjnych.

Warunki uczestnictwa

Dostawca usługi zapewnia realizację usługi rozwojowej uwzględniając potrzeby osób ze szczególnymi potrzebami funkcjonalnymi, zgodnie ze Standardami dostępności dla polityki spójności 2021-2027. Zatem uczestnik powinien na co najmniej 7 dni kalendarzowych przed terminem rozpoczęcia realizacji usługi zgłosić Organizatorowi dodatkowe wymagania / szczególne potrzeby umożliwiające mu udział w usłudze.

Przed zapisem na usługę konieczny jest kontakt telefoniczny uczestnika z dostawcą usług w celu sprawdzenia dostępności miejsca we wskazanym terminie:

tel.: 579 491 857

579 490 322

Informacje dodatkowe

Uczestnicy przyjmują do wiadomości, że usługa może być poddana monitoringowi z ramienia Operatora lub PARP i wyrażają na to zgodę.

Uczestnik ma obowiązek zapisania się na usługę przez BUR co najmniej na 1 dzień przed rozpoczęciem realizacji usługi.

Podstawa zwolnienia z VAT:

1) § 3 ust. 1 pkt. 14 Rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień - **jeśli uczestnik korzysta z dofinansowania w wysokości co najmniej 70% przysługuje zwolnienie z podatku VAT**

2) W przypadku braku uzyskania dofinansowania lub uzyskania dofinansowania poniżej 70%, do ceny usługi należy doliczyć 23% VAT

Adres

ul. ks. Norberta Bończyka 40/lok
41-400 Mysłowice
woj. śląskie

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Miejsce szkolenia spełnia bezpieczne i higieniczne warunki pracy dla instruktora i uczestników.

Kontakt



ANETA SZURA

E-mail training.center.szkolenia@gmail.com

Telefon (+48) 579 491 857