



FIT ACADEMY
MICHAŁ
MOCZULSKI
SPÓŁKA JAWNA

★★★★☆ 4,4 / 5

489 ocen

Szkolenie z zakresu dietetyki sportowej

Numer usługi 2026/09/28/161937/3839742

- 📄 Usługa szkoleniowa
- 📄 zdalna w czasie rzeczywistym
- 📄 Zajęcia grupowe
- 🕒 30:00 h
- 📅 12.12.2026 do 20.12.2026

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 ⓘ

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 dietetyki sportowej.
- Osób pracujących w branży fitness.
- Studentów kierunków związanych z dietetyką, żywieniem lub sportem.
- Pasjonatów zdrowego stylu życia i osób zajmujących się amatorsko doradztwem żywieniowym.
- Osób chcących dopiero nabyć lub podnieść swoje umiejętności i kompetencje w zakresie dietetyki.

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

11-12-2026

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
Określa zapotrzebowanie energetyczne oraz kaloryczność diety w różnych grupach klientów	Oblicza wskaźniki CPM i PPM oraz dopasowuje wartość energetyczną posiłków do założonego celu klienta	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Rozróżnia funkcje i źródła makro- oraz mikroskładników w codziennej diecie i sporcie.	Przypisuje składniki odżywcze do ich konkretnych funkcji oraz źródeł pokarmowych	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Stosuje podstawowe modele żywieniowe adekwatnie do dyscypliny sportowej i poziomu aktywności klienta	Dobiera odpowiedni model żywienia do potrzeb i celów trenującego	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Analizuje zasady suplementacji ogólnej i sportowej w oparciu o aktualną wiedzę naukową	Omawia mechanizmy działania oraz skuteczność najpopularniejszych suplementów	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Identyfikuje wybrane przypadki kliniczne w pracy dietetyka oraz planuje strategię postępowania	Wskazuje zalecane działania w przypadku zaburzeń metabolicznych, takich jak insulinooporność czy niedoczynność tarczycy	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Rozpoznaje sytuacje wymagające diagnostyki i kieruje klienta na badania laboratoryjne.	Układa zestaw badań diagnostycznych na podstawie przeprowadzonego wywiadu zdrowotnego	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Wyjaśnia psychologiczne mechanizmy stojące za zmianą nawyków żywieniowych i zajądaniem emocji	Opisuje kluczowe czynniki wpływające na codzienne zachowania żywieniowe	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Bilansuje diety tradycyjne oraz roślinne z uwzględnieniem potencjalnych niedoborów.	Opracowuje pełnowartościowe jadłospisy zgodne z aktualnymi normami żywieniowymi.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Przeprowadza analizę składu ciała i interpretuje jej wyniki.	Ocenia masę mięśniową, poziom tkanki tłuszczowej oraz stan nawodnienia organizmu.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Dobiera strategię suplementacyjną dostosowaną do potrzeb klienta.	Opracowuje plan suplementacji zgodny z celem (np. redukcja, regeneracja, zdrowie ogólne).	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Określa konkretne wskaźniki zmian oraz monitoruje postępy klienta w modyfikacji dotychczasowego stylu życia.	Formułuje wykonalny harmonogram działań z zastosowaniem mierzalnych wskaźników monitorowania efektów.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Reaguje na trudności psychodietetyczne klienta.	Proponuje adekwatne strategie pracy z objawami demotywacji, stresu czy uzależnienia od jedzenia.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
Edukuje klienta w zakresie prawidłowego żywienia i nawodnienia w trakcie treningu oraz kontuzji.	Przekazuje zrozumiałe i merytoryczne informacje podczas konsultacji i omawiania materiałów.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
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
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
Uaktualnia wiedzę zawodową poprzez korzystanie z literatury naukowej i udział w szkoleniach	Wykorzystuje najnowsze doniesienia naukowe w codziennej praktyce dietetycznej.	Test teoretyczny z wynikiem generowanym automatycznie
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. Żywnienie i nawodnienie okołotreningowe / okołostartowe
9. Żywnienie w okresie kontuzji
10. Żywnienie dzieci i młodzieży trenującej

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 słodkimi 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 - walidacja
- Usługa jest realizowana w formie godzin zegarowych 60 min.
- Szkolenie zawiera 26h teorii i 4h praktyki.
- Przerwy 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 uzupełniając go i otrzymując 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 - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	12-12-2026	10:00	10:45	00:45
2 z 45 Jak ustalić kaloryczność diety cz. 1 - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	12-12-2026	10:45	11:45	01:00
3 z 45 -	Przerwa	-	12-12-2026	11:45	12:00	00:15
4 z 45 Jak ustalić kaloryczność diety cz. 2 - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	12-12-2026	12:00	12:45	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
5 z 45 Makroskładniki –dokładne omówienie funkcji, źródeł, zapotrzebowania dla zdrowego człowieka - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	12-12-2026	12:45	13:45	01:00
6 z 45 -	Przerwa	-	12-12-2026	13:45	14:15	00:30
7 z 45 Mikroskładniki –ważne i trudne do zbilansowania w diecie - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	12-12-2026	14:15	15:00	00:45
8 z 45 Najzdrowsza dieta świata - co Polacy mogą wprowadzić do swojego życia z diety śródziemnomorskiej? - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	12-12-2026	15:00	16:00	01:00
9 z 45 -	Przerwa	-	12-12-2026	16:00	16:15	00:15
10 z 45 Praktyka w gabinecie – jakie kwestie najczęściej wyjaśniamy - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	12-12-2026	16:15	16:45	00:30
11 z 45 Suplementacja - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	12-12-2026	16:45	17:30	00:45

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 45 Jak wyliczyć zapotrzebowanie u osoby trenującej? - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	13-12-2026	10:00	10:45	00:45
13 z 45 Rozkład makroskładników w diecie osoby trenującej - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	13-12-2026	10:45	11:30	00:45
14 z 45 Różne modele żywieniowe wykorzystywane w sporcie – dietaketo, IF, carbocycling - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	13-12-2026	11:30	12:15	00:45
15 z 45 -	Przerwa	-	13-12-2026	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 - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	13-12-2026	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 redukcja - jak ustalić bilans kaloryczny, optymalne spożycie makroskładników - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	13-12-2026	13:30	14:30	01:00
18 z 45 -	Przerwa	-	13-12-2026	14:30	15:00	00:30
19 z 45 Analiza składu ciała - jak śledzić progres - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	13-12-2026	15:00	15:30	00:30
20 z 45 Przegląd suplementów - zastosowanie, badania naukowe - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	13-12-2026	15:30	16:15	00:45
21 z 45 -	Przerwa	-	13-12-2026	16:15	16:30	00:15
22 z 45 Żywnienie i nawodnienie okołotreniowe/ okołostartowe - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	13-12-2026	16:30	17:00	00:30
23 z 45 Żywnienie w okresie kontuzji - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	13-12-2026	17:00	17:15	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
24 z 45 Żywienie dzieci i młodzieży trenującej - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	13-12-2026	17:15	17:30	00:15
25 z 45 Jak wspólnie ustalić dobry cel z klientem - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	19-12-2026	10:00	11:00	01:00
26 z 45 Klient zdemotywowany- jak zachęcać do dalszej współpracy, utrzymywać klienta w procesie cz.1 - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	19-12-2026	11:00	11:45	00:45
27 z 45 -	Przerwa	-	19-12-2026	11:45	12:00	00:15
28 z 45 Klient zdemotywowany- jak zachęcać do dalszej współpracy, utrzymywać klienta w procesie cz. 2 - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	19-12-2026	12:00	12:30	00:30
29 z 45 Zajadanie stresu - jak pomóc klientowi - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	19-12-2026	12:30	13:45	01:15
30 z 45 -	Przerwa	-	19-12-2026	13:45	14:15	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
31 z 45 Czy jedzenie uzależnia? Problem ze słodzycami i słonymi przekąskami. - współdzieleni e ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	19-12-2026	14:15	15:15	01:00
32 z 45 Dlaczego diety nie zawsze są najlepszym rozwiązaniem -kiedy proponować współpracę z psychologiem /psychodietet ykiem? cz. 1 - współdzieleni e ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	19-12-2026	15:15	16:00	00:45
33 z 45 -	Przerwa	-	19-12-2026	16:00	16:15	00:15
34 z 45 Dlaczego diety nie zawsze są najlepszym rozwiązaniem - kiedy proponować współpracę z psychologiem / psychodietety kiem? - współdzieleni e ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	19-12-2026	16:15	16:30	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
35 z 45 Dlaczego utrzymanie efektów redukcji jest takie trudne - czyli budowanie na stałe nawyków vs szybkie diety. - współdzielenie ekranu	Zajęcia	Weronika Kostecka	19-12-2026	16:30	17:30	01:00
36 z 45 Podstawowe przypadki kliniczne, z którymi się spotka trener personalny cz. 1 - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	20-12-2026	10:00	11:15	01:15
37 z 45 -	Przerwa	-	20-12-2026	11:15	11:30	00:15
38 z 45 Podstawowe przypadki kliniczne, z którymi się spotka trener personalny cz. 2 - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	20-12-2026	11:30	12:45	01:15
39 z 45 -	Przerwa	-	20-12-2026	12:45	13:15	00:30
40 z 45 Podstawowe przypadki kliniczne, z którymi się spotka trener personalny cz. 3 - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	20-12-2026	13:15	14:15	01:00

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
41 z 45 Podstawowe przypadki kliniczne, z którymi się spotka trener personalny cz. 4 - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	20-12-2026	14:15	15:15	01:00
42 z 45 -	Przerwa	-	20-12-2026	15:15	15:30	00:15
43 z 45 Klient na diecie roślinnej -jak bilansować diety wege +suplementacja +podstawowe błędy żywieniowe - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	20-12-2026	15:30	16:45	01:15
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. - współdzielenie ekranu	Zajęcia	MAGDALENA KOMO-LIBIO	20-12-2026	16:45	17:15	00:30
45 z 45 -	Walidacja	-	20-12-2026	17:15	17:30	00:15

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	30:00

Rodzaj godzin	Liczba godzin
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

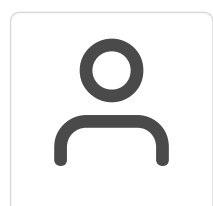
Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 000,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	30:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Weronika Kostecka

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, wsparciu 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 ciągłe doświadczenie zawodowe w branży od co najmniej pięciu lat.



2 z 2

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

Żywnienie 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
- skrypt szkoleniowy w formie elektronicznej z każdego dnia szkoleniowego

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) 537 912 901