

KARTA APLIKACJI PRODUKTU

będącego wynikiem badań naukowych lub prac rozwojowych prowadzonych w

Wydział Turystyki i Rekreacji, Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku
Katedra Sportu Powszechnego, Zakład Fitness i Sportów Siłowych
(nazwa jednostki naukowej)

Lp.	Wyszczególnienie	
1	Nazwa zadania badawczego, w wyniku realizacji którego powstał produkt, i lata realizacji (bez względu na źródło finansowania): Badania statutowe prowadzone na Wydziale Turystyki i Rekreacji AWFIS w Gdańsku prowadzone w latach 2013-2016; zadanie pt. „Trening fitnessowy osób w różnym wieku jako czynnik poprawy jakości życia”.	
2	Nazwa produktu: FemFit Post – system ćwiczeń po porodzie	
3	Opis aplikacji produktu, z uwzględnieniem takich elementów, jak: oryginalność, twórcza zmiana w funkcjonowaniu podmiotu korzystającego z aplikacji i powtarzalność albo okres wykorzystania: FemFit Post to nowatorski system ćwiczeń dedykowany kobietom bezpośrednio po porodzie (od pierwszej doby po porodzie do czasu uzyskania kondycji psychofizycznej sprzed ciąży oraz swobody organizacyjnej w opiece nad dzieckiem, czyli najczęściej od 6 do 12 miesięcy po porodzie). Proponowane ćwiczenia oraz zasady budowania planu treningowego odpowiadają na potrzeby funkcjonalne i psychospołeczne kobiet w połogu i w pierwszych miesiącach opieki nad dzieckiem. Uwzględniając poporodowe procesy fizjologiczne, FemFit Post umożliwia kobietom szybkie rozpoczęcie ćwiczeń. Jest skoncentrowany na grupach mięśniowych wymagających szczególnej uwagi po porodzie, w tym ze względu na konieczność prewencji i/lub leczenia wysiłkowego nietrzymania moczu, problemów w aktywności seksualnej, bólów pleców, rozstępu mięśni brzucha, i in. W planie treningowym brane są pod uwagę ograniczania czasowe i psychofizyczne młodych mam (w tym rytm laktacji i rytm aktywności dziecka), co zwiększa szansę na realizację założonych celów treningowych. System FemFit Post jest kompletnym produktem dla podmiotów świadczących usługi związane z prozdrowotną aktywnością fizyczną lub opieką okołoporodową.	
4	Nazwa i adres podmiotu potwierdzającego aplikację produktu oraz jego numer identyfikacji skarbowej (w Rzeczypospolitej Polskiej NIP), numer identyfikacyjny producenta rolnego lub gospodarstwa rolnego (w Rzeczypospolitej Polskiej nadawany przez Agencję Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa) albo numer identyfikacji statystycznej (w Rzeczypospolitej Polskiej REGON) Fundacja „My To Mamy”, ul. Wyzwolenia 51C/52, 80-537 Gdańsk, NIP: 9571073008, REGON: 222055041 KRS: 0000501200.	
5	Forma prawna i przekazania produktu dokument przekazania opisu systemu ćwiczeń FemFit Post z dnia 11.12.2016	
6	Zasięg oddziaływania aplikacji produktu w latach 2015-2016	we właściwym polu należy wpisać znak X
	mały/lokalny (zasięg nie większy niż 2 województwa lub liczba podmiotów, które zastosowały produkt, nie większa niż 9)	<input type="checkbox"/>
	średni/krajowy (zasięg nie mniejszy niż 3 województwa lub liczba podmiotów, które zastosowały produkt, nie mniejsza niż 10)	<input checked="" type="checkbox"/>
	duży/międzynarodowy (aplikacja produktu na terenie więcej niż jednego państwa)	<input type="checkbox"/>
7	Potwierdzenie aplikacji przez podmiot, który zastosował produkt Fundacja "My to mamy" Ul. Wyzwolenia 51c/52, 80-537 Gdańsk NIP 9571073008 REGON 222055041 KRS 0000501200 12.12.2016 r. <i>Boutyńska</i> data i podpis osoby uprawnionej do reprezentowania podmiotu potwierdzającego aplikację produktu	