

PIĄTKOWSKI

GACH

BIEGUN



Piątkowski Gach

Biegun



Instytut Marka Kamińskiego

Prawa autorskie: Marek Kamiński 2020

Prawa autorskie: Instytut Marka Kamińskiego 2020

Układ i montaż techniczny: Michał Latusek

ISBN 978-83-958861-2-6.

Opublikowany przez:

Instytut Marka Kamińskiego

80-266 Gdańsk, ul. Grunwaldzka 212

e-mail: instytut@kaminski.pl

Jeśli masz jakieś uwagi lub chcesz skontaktować się z autorem, wyślij wiadomość e-mail na adres: marekkaminski@kaminski.pl lub dołącz do Marka Kamińskiego w mediach społecznościowych:



[@MarekKaminskiExplorer](#)



[@marekkaminskiexplorer](#)



[@MarekKaminski](#)



[@Marek Kamiński Explorer](#)



[@Marek Kamiński](#)

SPIS TREŚCI

O Autorze

Biegun

Posłowie

Słowniczek

12 kroków do bieguna

Rady Marka Kamińskiego

Bibliografia

O Autorze



Marek Kamiński (ur. 24 marca 1964 r. w Gdańsku) - filozof, innowator i polarnik. Jako pierwszy na świecie zdobył oba bieguny Ziemi w ciągu jednego roku, bez pomocy z zewnątrz (Biegun Północny - 23 maja 1995 r., Biegun Południowy - 27 grudnia 1995 r.), za co został wpisany do Księgi Rekordów Guinnessa. Laureat nagrody „**Digital Shapers**” w kategorii „**Wizjoner**” z 2019 roku.

Swoje doświadczenie z pokonywania barier fizycznych i mentalnych wykorzystuje do motywacji w osiąganiu niemożliwych celów. **Marek Kamiński** jest mentorem i twórcą wielu inspirujących projektów prowadzonych w Polsce i na świecie. Znany jest jako osoba uważna na otaczający świat, która żyje z szacunkiem dla przyrody i propaguje zdrowy styl życia.

Fundacja Marka Kamińskiego

Chcąc dzielić się wiedzą i doświadczeniem, szczególnie z tymi najbardziej potrzebującymi, w 1996 roku założył Fundację, której misją jest dawanie skutecznych narzędzi młodym ludziom do zmiany życia na lepsze, do budowania własnej wartości i realizacji celów. Korzystając z autorskiej motywacyjno-rozwojowej **Metody Biegun**, Fundacja rozwija międzynarodowy projekt **LifePlan Academy**, dzięki któremu dzieci z całego świata uczą się, jak odkrywać i osiągać własne cele, by niemożliwe stało się możliwe. Fundacja realizuje również na zlecenie Ministerstwa Zdrowia projekt motywujący Juniorów i Seniorów do poprawy lub zmiany ich obecnego stylu życia zwłaszcza w obrębie aktywności fizycznej, zdrowego odżywiania, pozytywnego myślenia i ogólnego dobrostanu. Trzonem projektu jest aplikacja **Walk4Change** stworzona również o **Metodę Biegun Marka Kamińskiego**.

Marek Kamiński Academy

Misją Akademii jest promowanie wiary w potencjał ludzki. Pomysł powstał w 2020 roku. **Marek Kamiński** poprzez szkolenia i webinary bazujące na swojej autorskiej Metodzie Biegun, chce dzielić się doświadczeniami zebranymi podczas swoich wypraw ekstremalnych, ale także swoimi życiowymi i biznesowymi kompetencjami. **Marek Kamiński Academy** poprzez kursy daje skuteczne narzędzia do motywowania, poszukiwania biegunów (celów) w życiu, a potem ich sukcesywnego zdobywania. Uczy, że nie ma rzeczy niemożliwych. W oparciu o elementy, praktyki, zasady, kroki, rytuały i ścieżki naucza, jak zdobywać bieguny biznesu, samorozwoju, zrozumienia siebie i świata, w którym żyjemy.

Aby dowiedzieć się więcej o Marku Kamińskim i jego działaniach, odwiedź:

www.marekkaminski.com

www.marekkaminskiacademy.com

www.marekkaminski.com/lifeplan/





