



Dragi roditelji,

Vaterpolo klub Lošinj organizira program  
za učenje i unapređivanje tehnike plivanja djece školskog uzrasta:

## **“LOŠINJ PLIVA”**

Program se održava na bazenu hotela Aurora u Malom Lošinju od početka listopada do kraja travnja:

- za početnike utorkom i četvrtkom u 19.00 sati;
- za napredne utorkom i četvrtkom u 20.00 sati.

### **VRIJEME JE ZA PLIVANJE:**

Vaše je samo da ponesete kupaće gaćice/kostim i dobru volju, a za sve ostalo ćemo se mi pobrinuti.

Sudjelovanjem u programu "Lošinj pliva" djeca se upoznaju s osnovama plivanja, svladavaju sve četiri tehnike plivanja, te se mogu natjecateljski baviti daljinskim plivanjem za koje Lošinj ima izvrsne preduvjete.

### **CILJEVI “LOŠINJ PLIVA”:**

- obučavanje učenika vještini plivanja; tehnici plivanja; disanja i snalaženja u vodi
- pozitivan utjecaj na psihofizičko stanje djeteta
- poboljšavanje pravilnog rasta i razvoja djeteta
- populariziranje i motiviranje djece za bavljenje sportom
- kvalitetno osmišljavanje slobodnog vremena djece

### **TRENERI:**

Domenico Jureša / Mateja Zekan / Sanjin Banac

### **INFORMACIJE:**

Domenico Jureša, mob: 095 901 9272 / Sanjin Banac, mob: 091 566 6051

### **10 razloga zašto se odlučiti za PLIVANJE:**

- 1) Poboljšava pravilan rast i razvoj djeteta
- 2) Pozitivno utječe na psihofizičko stanje djeteta
- 3) Podiže samopuzdanje djeteta
- 4) Jača socijalnu osjetljivost
- 5) Smanjuje stres, poboljšava rad mozga, bolji uspjeh u školi
- 6) Povećava mišićnu masu i snagu, bolja fleksibilnost
- 7) Poboljšava rad srca i kontrolira težinu djeteta
- 8) Smanjuje simptome astme, rizik od dijabetesa i kolesterol
- 9) Poboljšava rad srca
- 10) Produljava životni vijek

