



UDRUGA ZA REKREACIJU „FIT INFINITY“ FITNESS

IZVJEŠTAJ O RADU
za razdoblje od 1.1.2023.god. do 31.12.2023.god.

Pripremila:
Sanja Manojlović

POVIJEST UDRUGE ZA REKREACIJU „FIT INFINITY“ FITNESS

Udruga za rekreaciju „Fit Infinity“ Fitness je nastala je nakon zatvaranja fitness programa sa osobama starije životne dobi 65+ koju je financirao HAVOR u Udruzi Bosino (Briga o starim i nemoćnim osobama) pošto se uvidjela potreba za daljnjim nastavkom ove vrste aktivnosti sa osobama treće životne dobi. Tako je osnovana naša Udruga za rekreaciju „Fit Infinity“ Fitness s ciljem pružanja pomoći starijoj ugroženoj populaciji na području Vukovarsko-Srijemske Županije u cilju njihove socijalizacije sa ostalim korisnicima udruge kroz tjelovježbu, aktivan i zdrav način življenja. Potreba za osnivanjem ove udruge pokazala se još tijekom samog procesa vježbanja sa osobama starije životne dobi, jer je takvo vježbanje sa njima imalo bitno pozitivan učinak na njihovo zdravlje ali i na sam način njihovog daljnjeg načina života i to organiziranjem aktivnosti za starije osobe prilagođeno njihovim potrebama i interesima - sportsko-rekreativnim (tjelovježba, pilates, Zumba® Fitness). Ovu tvrdnju potvrđuje činjenica da je populacija starije dobi u ovom kraju u većini u odnosu na mlađu populaciju, koja je uglavnom napustila područje radi ekonomskih razloga te su stariji ljudi prepušteni sami sebi, bez mlađih članova obitelji koji bi za njih skrbili.

Važno je naglasiti da je Udruga za rekreaciju „Fit Infinity“ Fitness za sada jedina udruga ovakve vrste koja djeluje na području grada Vukovara i bliže okoline, koja se bavi rekreacijom sa osobama starije životne dobi, sa mladima, djecom i sa osobama sa invaliditetom.

UDRUGA ZA REKREACIJU „FIT INFINITY“ FITNESS

Adresa: Olajnica 3 Vukovar 32000 Hrvatska

Mob: 098 1305 222

Žiro račun: IBAN HR6924020061100886415

OIB: 82146943651

E-mail: fitinfinity.fitness@gmail.com



CILJEVI OSNIVANJA UDRUGE SUKLADNO STATUTU

Promoviranje zdravlja i kvalitete života kroz rekreativne aktivnosti, socijalizaciju osoba treće životne dobi, promoviranje zdravog načina prehrane i aktivan način života kroz vježbanje. Sa ovakvom rekreativnom aktivnošću pokušati ćemo poboljšati opće fizičko i psihičko zdravlje korisnika kako bi što duže bili pokretni i aktivni, kako kod djece i mlađih osoba, tako i kod osoba sa invaliditetom i kod osoba u trećoj životnoj dobi.

KORISNICI UDRUGE

Korisnici udruge su sve osobe bez obzira na njihov spol, etničku i vjersku pripadnost, djeca, te mlade osobe, osobe starije životne dobi i osobe sa invaliditetom.

- **DJELATNOSTI UDRUGE „FIT INFINITY“ FITNESS su:**
- - organizacijsko i stručno djelovanje u cilju unapređenja efikasnog tipa treniranja;
- - organiziranje savjetovanja za savladavanje vještina potrebnih za bavljenje sportskim i rekreativnim aktivnostima ;
- - izrada i provođenje funkcionalnog treninga;
- - vježbanje fitnesa;
- - izrada i provođenje programa prilagođenim životnim potrebama radi unapređenja zdravlja;
- - promoviranje zdravog načina prehrane;
- - organiziranje i provođenje prilagođenog i zdravstveno usmjerenog tjelesnog vježbanja;
- - promocija sporta i zdravog načina življenja;
- - organiziranje sportsko-rekreativno edukativnih programa;
- - suradnja sa drugim udrugama koje podržavaju ciljeve udruge;
- - informiranje javnosti o radu udruge;
- - izdavanje knjiga i časopisa iz područja svoje djelatnosti.
- - fitnes (vježbe) za osobe treće životne dobi.

UDRUGA ZA REKREACIJU " FIT INFINITY " FITNESS

Adresa: Olajnica 3 Vukovar 32000 Hrvatska

Mob: 098 1305 222

Žiro račun: IBAN HR6924020061100886415

OIB: 82146943651

E-mail: fitinfinity.fitness@gmail.com

- - Zumba® Fitness
- - omogućava se socijalno uključivanje osoba treće životne dobi, te odgađanje smještanja korisnika u državne ili privatne ustanove za stare.

PROVEDENE AKTIVNOSTI

za razdoblje od 1.1.2023.god. do 31.12.2023.god.

S obzirom da smo mlađa udruga od svog nastanka do danas Udruga je uspješno obavljala svoje aktivnosti. Širenje aktivnost udruge kroz 2023.godinu se sprovodilo kroz umrežavanje s drugim institucijama. Udruga za rekreaciju „Fit Infinity“ Fitnes ima izvanrednu suradnju sa Gradom Vukovar i Vukovarsko - Srijemskom Županijom kroz projekte koji su financirani od strane istih.

Uvijek težimo kvaliteti i poboljšanju rada udruge, provodeći grupne treninge kroz individualni pristup svakoj osobi s obzirom na njezine osobne potrebe i kroz što veći broj korisnika koji se povećava iz dana u dan.

Vježbe pilatesa i Zumba® Fitnessa su se tijekom razdoblja od 1.1.2023.-31.12.2023. održavale u pet grupa: dvije grupe sa osobama treće životne dobi 65+ u Vukovaru, dvije grupe mlađih osoba pilatesa u Vukovaru, te jedna grupa Zumba® Fitnessa.

Ove godine smo nastavili suradnju sa Rekreativnom udrugom Loretta u Đakovu gdje smo i gostovali 8.12.2023., zatim Zumba Fitness Tenja gdje smo gostovali 20.10.2023., Udrugom Zum-Zum Valpovo gdje smo gostovali u Kozarcu 10.11.2023. Gostovali smo i u Tovarniku 2.5.2023. kod ZIN kolegice Jelene iz Jarmine.

Ove godine smo sudjelovali i na Festivalu Zdravlja od 20.4.2023. do 22.4.2023. koji je organizirao Grad Vukovar u sklopu projekta Pozdravi život, čiji je nositelj projekta sam Grad Vukovar a čiji je partner na projektu bila Udruga Liga protiv raka Vukovar. Zatim smo kao Udruga za rekreaciju „Fit Infinity“ Fitnes ostvarili i jako dobru suradnju sa Dječjim Vrtićem na Mitnici koji su nas pozvali da im već drugi put organiziramo Olimpijski dan 11.9.2023. Organizirali smo i naš četvrti po redu javni sat 7.10.2023. u sklopu predstavljanja rada udruge, u centru Grada Vukovara kako bi predstavili rad udruge sa osobama treće životne dobi odn. osobama 65+ a kroz koji smo promovirali sam projekt financiran od strane Grada Vukovara pod nazivom „Vježbajmo s osmijehom 2“ kao i naš rad udruge. Tom prilikom smo pozvali u goste da nam se pridruže i licencirani instruktori Zumba® Fitnessa tako da smo drugi dio javnog sata odzumbali.

Planirali smo posjet Dječjem vrtiću na Mitnici radi obilježavanja dana starih, ali smo ga morali otkazati zbog bakterije koja se tada upravo proširila, poznata kao Dječja bolest. Ali zato smo organizirali izlet na Advent u Budimpeštu 10.12.2023. na koji su osobe treće životne dobi oduševljeno odreagirali.

UDRUGA ZA REKREACIJU "FIT INFINITY" FITNES

Adresa: Olajnica 3 Vukovar 32000 Hrvatska

Mob: 098 1305 222

Žiro račun: IBAN HR6924020061100886415

OIB: 82146943651

E-mail: fitinfinity.fitnes@gmail.com



Ostvarili smo jako dobru suradnju sa Hrvatskim Radio Vukovarom, Emitirana je najava događaja u vijestima HRV-a. Pored najava koje su išle u vijestima vezano za održavanja javnog sata objavljen je članak koji je izašao u Vukovarskim novinama 13.10.2023. Na stranicama Grada Vukovara je objavljeno održavanje našeg javnog sata 5.10.2023. pod Najave događanja u gradu.

Aktivnosti rada udruge su financirane pored projekata koje smo imali od projekata kako od strane Grada Vukovara tako i od projekta Vukovarsko - Srijemske Županije a pored toga udruge se financira od članarina i donacija građana.

u Vukovaru, 31.12.2023.

UDRUGA ZA REKREACIJU "FIT INFINITY" FITNES

Adresa: Olajnica 3 Vukovar 32000 Hrvatska

Mob: 098 1305 222

Žiro račun: IBAN HR6924020061100886415

OIB: 82146943651

E-mail: fitinfinity.fitness@gmail.com