



UDRUGA ZA REKREACIJU „FIT INFINITY“ FITNESS

IZVJEŠTAJ O RADU

za razdoblje od 1.1.2024.god. do 31.12.2024.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 HABOR 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 1.1.2024.god. do 31.12.2024.god.

S obzirom da smo mlađa udruga od svog nastanka do danas Udruga je uspješno obavljala svoje aktivnosti. Širenje aktivnost udruge kroz 2024.godinu se sprovodilo kroz umrežavanje s drugim institucijama. Udruga za rekreaciju „Fit Infinity“ Fitness ima izvanrednu suradnju sa Gradom Vukovar i Vukovarsko - Srijemskom Županijom kroz projekte koji su financirani od strane istih. Zatim smo uspostavili jako dobru suradnju sa Ministarstvom turizma i sporta, kao i suradnju sa Vukovarskom gospodarskom zonom. Ostvarili smo jako dobru suradnju sa ravnateljicom vrtića gospođom Mirjanom Kulić koja nam se pridružila zajedno sa djecom u centru grada i uključila u obilježavanje svjetskog dana činjenja dobrih djela Good Deeds Day (Dan dobrih djela).

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 1.1.2024.-31.12.2024. 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. Uveli smo i jednu grupu besplatnog vježbanja za osobe oboljele od karcinoma dojke a time smo ujedno obilježili mjesec rozne vrpce.

Ove godine smo nastavili suradnju sa Rekreativnom udrugom Loretta u Đakovu, zatim Zumba Fitness Tenja gdje smo gostovali 20.9.2024. na danima otvorenih vrata Zumba Tenja, Udrugom Zum-Zum Valpovo gdje smo gostovali u Valpovu 27.6.2024. a time ujedno učestvovali u danima ljeta Valpovačkog. Gostovali smo u Šapcu 6./ 7.4.2024. na Zumba Master classu gdje je gostovala ZJ Alba Duran iz Španjolske, prisustvovali smo i njenoj edukativnoj zumba radionici, zatim smo bili 27.4.2024. u Somboru na Zumba masterclassu kod ZIN kolegice Verke Predmerski, pa smo išli 29.6.2024. u Bosansku Krupu na Zumba master kod ZIN kolegice Enese Kekić. 6.7.2024. smo bili kod ZIN kolegice Jelene Vasić u Jagodini na masteru u Aqua parku. 7.9.2024. smo bili na Zumba masteru kod ZIN kolegice Betty Elizabete Stojanovske u Prilepu gdje je gostovao ZJ Seluco Fernandes ujedno smo prisustvovali njegovoj zumba radionici, a 8.9.2024. smo bili i u Skoplju. 5.10.2024. smo bili u Ljubljani na Zumba masterclassu gdje je gostovao ZJ Rony Gratereaut iz Portugala. Tu smo s njim prošli edukaciju nove zumba radionice. Zatim smo bili 9.11.2024. u Bijeljini, u Stanišić selu gdje smo bili na Zumba masterclassu ZES Lorete Bates iz Majamia i tu smo prošli njenu radionicu Zumba Belly Dance. Osim ovih Zumba mastera udruga je organizirala dvodnevni odlazak 21/22.4.2024. u

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



Sarajevo za svoje članove jer su izrazili želju za grupno putovanje. Udruga je obilježila u sklopu svog projekta u mjesecu volontiranja globalni događaj i internacionalni dan Činjenja dobrih djela Good Deeds Day (Dan dobrih djela) 24.4. 2024. koji se inače obilježava u 115 država. Tu su nam se pridružila i djeca vrtičke dobi na čelu sa ravnateljicom Mirjanom Kulić. Na kraju smo peti po redu javni sat udruge održali u centru grada 19.10.2024. Tom prilikom smo ujedno obilježili #BeActive Europski tjedan sporta, zatim promovirali projekt financiran od strane Grada Vukovara pod nazivom "Vježbajmo s osmijehom 3", kao i projekte financirane djelom od Vukovarsko-srijemske županije "Vježbom do zdravlja 3", projekat Vukovarsko-srijemske županije za sport "Hit je biti fit". Tako da smo kompletno predstavili rad naše udruge i opravdali dobijena sredstva.

Tom prilikom smo pozvali u goste da nam se pridruže i licencirani instruktori Zumba® Fitnessa tako da smo drugi dio javnog sata i odzumbali.

Ostvarili smo jako dobru suradnju sa Hrvatskim Radio Vukovarom. Emitirana je najava događaja u vijestima HRV-a. 24.4.2024. naš prilog u obilježavanju svjetskog dana činjenja dobrih djela Good Deeds Day (Dan dobrih djela) bio je popraćen od strane državne HRTV, RTL-a, NOVE tv..bili smo i u regionalnom dnevniku HRTV. A kod održavanja javnog sata 19.10.2024. i obilježavanja #BeActive Day odnosno Europski tjedan sporta išla je najava u vijestima vezano za održavanja javnog sata na hrv-u, a objavljen je i članak koji je izašao u Vukovarskim novinama 25.10.2024. Na stranicama Grada Vukovara, pod najavom događanja u gradu je objavljeno održavanje i obilježavanje svjetskog dana činjenja dobrih djela Good Deeds Day (Dan dobrih djela) 24.4.2024. kao i našeg javnog sata 19.10.2024. kojim smo predstavili rad udruge a ujedno obilježili i #BeActive Day odnosno Europski tjedan sporta.

Aktivnosti rada udruge su financirane pored projekata koje smo imali od projekata kako od strane Grada Vukovara tako i od dva projekta Vukovarsko - Srijemske Županije a pored toga udruga se financira od članarina i donacija građana. Ove godine smo imali i sponzorstvo Vukovarske gospodarske zone d.o.o. i ovom prilikom se zahvaljuje svima koji su doprinjeli da do ovog sponzorstva dođe.

u Vukovaru, 31.12.2024.

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