

Propozice projektu Trénink

Hlavní činnost klubu PARA PLAVÁNÍ PRAHA z.s. (dále také Klub) je rozdělena do tří projektů: Trénink, Závody, Soustředění. Ke každému projektu vytváří klub Propozice a další dokumenty, kterými se řídí zapojení členů, případně nečlenů Klubu do projektu.

1. Charakteristika klubu

PARA PLAVÁNÍ PRAHA z.s. je právní formou zapsaný spolek. Klub byl založen z iniciativy KONTAKTU bB (dnes ČESKÉHO PARA PLAVÁNÍ z.ú., dále jen Ústav) 6. 1. 2000 a je nejstarším čistě para plaveckým klubem v ČR. Plavání vedeme podle Metodiky KONEV tvořené od roku 1992 zakladateli para plaveckého programu v ČR – čtyřnásobným paralympijským vítězem Martinem Kovářem a jeho trenérem Janem Nevrlou, který v klubu stále působí na pozici šéftrenéra. Klub s Ústavem velmi těsně spolupracuje, pomáhá Metodiku KONEV rozvíjet v intenzivní praxi a Ústav klubu poskytuje organizační, metodické a administrativní zázemí.

2. Cílová skupina projektu

Hlavní cílovou skupinou projektu jsou tělesně postižení od 1 roku věku s potenciálem samostatného plavání. V případě kapacity zařazujeme i plavce s mentálním a zrakovým postižením. Vedeme zájemce od výuky úplných neplavců až po sportovní trénink. Na všech úrovních od neplavců až po sportovce akcentujeme aspekty rehabilitační, kompenzační a osobnostní. Plavecký progres vnímáme jako součást celkového rozvoje osobnosti.

2.1. Zařazení plavců mimo hlavní cílovou skupinu

Specifickou součástí projektu je program „RODINA“. V případě volné kapacity nabízíme zapojení do plavání dětem našich plavců, sourozencům případně i rodičům zapojených plavců. Rodinní příslušníci mohou, ale nemusí být členy klubu, platba za jejich zapojení je stejná, jako je tomu u členů klubu. Jde o podporu rodinné logistiky a vazeb mezi členy rodiny.

Program „PODPORA“ nabízíme v případě volné kapacity jednotlivcům i subjektům např. firmám, jiným klubům a sportům, para sportovcům i nepostiženým, spřízněným podporovatelům apod. Jedná se o kvalitní individuálně vedené plavání nejlepšími odborníky klubu v ceně, která je obvyklá v komerčních subjektech. Frekventanti těchto kurzů dosáhnou významného plaveckého posunu a pro klub jde o získání financí vlastní činností.

3. Místo a základní roční harmonogram

Místem realizace projektu je Bazén Strahov <https://bazenstrahov.cz/cs/>. Plavecký rok odpovídá přibližně školnímu roku. Metodický plán přípravy je zpracován na 36 týdnů od září do června rozdělených na tři 12týdenní cykly (trimestry). Přesné zahájení trimestrů je zveřejňováno v [Termínovce na webu](#) klubu.

3.1. Noví zájemci

Zapojení nových plavců do projektu probíhá na základě projeveného zájmu, ideálně vyplněním webového formuláře na stránkách klubu v odkazu „[Chci začít plavat](#)“. Plavci je nabídnuta zkušební lekce. Zkušební lekce je natáčena a následně ji odpovědné osoby vyhodnotí. V případě přijetí je mu nabídnut den a čas pravidelné docházky do **Přípravného kurzu** (zpravidla 1x týdně na 30 min). Jedná se většinou o neplavce, je nutné individuální vedení a jsou využíváni nejzkušenější instruktoři klubu. Kurz trvá 12–36 týdnů (podle úrovně plavce), kdy pracujeme na maximálním možném rozvoji potenciálu plavce a evaluaci možnosti samostatného plavání. Pokud má po ukončení Přípravného kurzu klub kapacitu, plavec splňuje kritéria zapojení do projektu a plavcův zájem o zapojení trvá, je plavci nabídnuto členství v klubu a pravidelné zapojení do projektu s odpovídající platbou členského příspěvku. Členství v klubu je u hlavní cílové skupiny základní podmínkou zapojení do projektu po ukončení Přípravného kurzu.

4. Finanční podmínky

Klub zajišťuje financování projektu prostřednictvím dotací, darů a zapojení plavci v hlavní cílové skupině se podílí na financování platbou členského příspěvku. Finanční podmínky členských příspěvků i platby nečlenů z programu RODINA a PODPORA jsou specifikovány v samostatném dokumentu.

5. Organizace a řízení v systému OpenSwim

Informační systém OpenSwim je srdcem řízení činnosti klubu. Tento systém vyvíjí ČESKÉ PARA PLAVÁNÍ z.ú. (dříve KONTAKT bB, dále jen Ústav) od roku 2006 a díky dobrovolnické, později vlivně fakturované programátorské práci našeho bývalého „civilkáře“ a programátora Jana

Stuchlíka, máme k dispozici unikátní a profesionální systém pro komplexní řízení činnosti. Ústav je vlastníkem systému, klub jej užívá na základě licence.

V systému se plavec omlouvá, žádá o náhrady, přihlašuje se na závody, provádí platby za plavání, vidí důležité informace a oznámení. Vše, co lze provádět v systému a souvisí s plaváním je nutné provádět v OpenSwim, na úkony provedené mimo systém (např. omluvy) nemusí být brán zřetel. Nepoužívání systému může být důvodem pro vyřazení z programu (zapojeno je 100 plavců a v tomto množství je nutné vše evidovat a řídit přes systém).

5.1. Délka lekcí

Délka lekcí je 30 resp. 60 minut. Výběrová skupina s členským příspěvkem ALL IN (viz dokument Členské příspěvky a platby s přílohou může mít lekce delší. Zařazení do lekce závisí na plavecké úrovni a škále možností plavce. O zařazení rozhodují odpovědné osoby klubu. Délka lekce zahrnuje i vstup a výstup z vody.

5.2. Bezpečnost a organizační pokyny

Za bezpečnost plavce ve všech prostorách bazénu a mimo něj odpovídá kromě doby samotného tréninku plavec nebo zákonný zástupce či doprovod (zejména ve sprchách je třeba brát v potaz kluzkou podlahu). Případná poranění mimo dobu samotné lekce řešte s plavčíkem. Parkovat můžete v [areálu AC SPARTA](#), kde máme vlevo po vjezdu do brány rezervovaných 10 míst (lze parkovat i jinde, na Strahově nejsou modré zóny). Na recepci Bazénu Strahov sdělte, že jdete na para plavání, obdržíte klíček od skříňky, po tréninku klíček vraťte, boty si sebou do skříňky. Plavce na vozíku prosíme o očištění vozíku v době sněhové a blátivé (udržování dobrých vztahů s bazénem je v našem zájmu). Za ztrátu cenností či klíče od skříňky zodpovídá plavec či doprovod sám. U vstupu do šatny je k dispozici trezor. Za poškození majetku plaveckého areálu zodpovídá každý sám, za dítě jeho zákonný zástupce. Všechny doprovody plavců musí být na bazéně **převlečeny** (např. tričko, kraťasy). Doprovod plavce může být požádán o pomoc při vstupu a výstupu do vody (nemáme speciální pomocný personál). Všechny osoby zapojené do projektu musí dodržovat Návštěvní řád bazénu Strahov, který je dostupný na [bazénovém webu](#).

5.3. Omluvy a náhrady lekcí

V případě nepřítomnosti na tréninku je nutné se omluvit v OpenSwim. Podle reálné docházky přihlášených plavců plánujeme trénink, zejména personální přiřazení instruktorů a trenérů k plavcům. Za omluvené tréninky je možné v OpenSwim žádat o náhrady. Náhrady schvalujeme v momentě jistoty dostatečné personální kapacity (někdy to může být až v den samotného tréninku). Náhrady zamítáme pouze, když lekci skutečně nelze personálně zajistit. **Na náhrady není automatický nárok, negarantujeme nahrazení všech omluvených lekcí.** Členský příspěvek tvoří pouze část celkového nákladu na projekt. Platba je tedy vnímána jako úhrada lekcí za celé příslušné období a je odpovědností i motivací plavce poskytnutý počet lekcí využít a za omluvené se pokusit získat náhrady. Náhrady za omluvené tréninky je nutné vyčerpat vždy během školního roku, do dalšího období se nevyčerpané náhrady nepřevádí. Za nevyčerpané náhrady se žádná poměrná část členského příspěvku nevrací. Při dlouhodobé absenci (např. operace a půl roku dlouhá rekonvalescence) lze členství přerušit. V takovém případě pak plavci nedržíme místo v tréninku, nevzniká nárok na náhrady a plavec po tuto dobu neplatí členský příspěvek. Po ukončení rekonvalescence je možné zapojení do projektu obnovit, pokud to umožňuje kapacita.

6. Další projekty a navazující akce

Projekty ZÁVODY a SOUSTŘEDĚNÍ mají logickou návaznost na projekt TRÉNINK. Klub pořádá závody pohárové série v Praze a Strakonících, které jsou zařazeny i do mezinárodního kalendáře World Para Swimming. Klub se též účastní dalších závodů pohárové série pořádaných jinými kluby v ČR a vysílá na ně tradičně největší výpravu (kolem 40 plavců). Pořádá také klubové přebory, které mají charakter „rodinného“ závodu pro začínající (ne)plavce. Stěžejní akcí projektu SOUSTŘEDĚNÍ je KEMP STRAKONICE pořádaný Ústavem v červenci pro všechny paraplavecké kluby ČR. O akci je velký zájem a je výběrová. Další týdenní nebo víkendová soustředění Klub organizuje samostatně nebo s Ústavem dle personálních možností (prioritou je zajištění celoročního projektu TRÉNINK).

7. Kontaktní informace

Veškeré informace, dotazy a přání, pište výhradně na email ppp@paraplavanipraha.cz, případně do textu omluv a žádostí o náhrady v OpenSwim. Komunikace skrze jiné prostředky není oficiální a nemusí být brána jako závazná.