



# **PLIVAČKI KLUB PULA**

## *RODITELJSKI SASTANAK*

**SEZONA  
2024./2025.**

# O KLUBU

OSNOVAN 1979. GODINE



## MISIJA

*BAVLJENJE SPORTOM, POTICATI KAO NAČIN ŽIVOTA. RAZVIJATI SPORTSKU DISCIPLINU, NATJECATELJSKI DUH, PRIPADNOST KLUBU I ŽELJU ZA NAPRETKOM.*

*STRUČNIM I TIMSKOM PRISTUPOM OMOGUĆITI PLIVAČICAMA I PLIVAČIMA DA MARLJIVIM RADOM OSTVARE SVOJ PUNI POTENCIJAL I VRHUNSKA DOSTIGNUĆA.*

## VIZIJA

*PLIVANJEM STVARATI SPORTAŠE KOJI ĆE BITI USPJEŠNI I ODGOVORNI LJUDI.*

- **PREDSJEDNICA:**

PAULA KLUNIĆ VUČETIĆ

- **DOPREDSJEDNIK:**

SILVIO BLAŠKOVIĆ

- **IZVRŠNI ODBOR:**

MARINA GRŽINIĆ-BURIĆ

VALTER PERUŠKO

BARBARA SAMUELE KOCIJANČIĆ

RENATA ŠPERCEL

NIKOLA TANKOVIĆ

NIKŠA RADIŠIĆ

EDI MODRUŠAN

- **NADZORNI ODBOR:**

JADRANKA VALKOVIĆ – PREDSJEDNICA

ANA GRDOVIĆ GNIP

IVANA IVKOVIĆ BOŽAC



# TAJNIŠTVO

KONTAKT: 095/549-2981

EMAIL: [info@pk-pula.hr](mailto:info@pk-pula.hr)

## INFORMACIJE ZA RODITELJE:

PO DOGOVORU

OBAVEZNO PRETHODNO NAJAVITI DOLAZAK

URED NA BAZENU

(DRUGA VRATA S LIJEVE STRANE NAKON RECEPCIJE)



**MARKO  
SREMEC**

**GLAVNI TRENER**

**NATJECATELJI**

MAGISTAR KINEZILOGIJE

KONTAKT: 098/181-5525

INFORMACIJE ZA RODITELJE:

-PRVI UTORAK U MJESECU U 19H – UZ NAJAVU



# TRENERI



**ALEKSANDRA  
STEVIĆ**

**NATJECATELJI 5**

INFORMACIJE ZA RODITELJE

- PO DOGOVORU

**TENA  
TAKAČ**

**NATJECATELJI 3 i 5**

**OBUKA NEPLIVAČA I ŠKOLA PLIVANJA**

INFORMACIJE ZA RODITELJE

-PRVI PETAK U MJESECU U 16H – UZ NAJAVU



**KLARA HRASTIĆ  
TIGANJ**

BACC. TRENERESKE STRUKE, SMJER PLIVANJE

**NATJECATELJI 2**



# KODEKS PONAŠANJA PLIVAČKOG KLUBA „PULA”

- KODEKS PONAŠANJA ZA TRENERE
  - KODEKS PONAŠANJA ZA SPORTAŠE
  - KODEKS PONAŠANJA ZA RODITELJE/SKRBNIKE
  - KODEKS PONAŠANJA ZA GLEDATELJE
- 
- KODEKS PONAŠANJA : [HTTP://WWW.PK-PULA.HR/WP-CONTENT/UPLOADS/2019/10/PK-PULA-KODEKS-PONA%C5%A0ANJA.PDF](http://www.pk-pula.hr/wp-content/uploads/2019/10/pk-pula-kodeks-pona%C5%A0anja.pdf)



# TRENINZI



- **PLIVAČI, TRENERI, RODITELJI, KLUB**
  - SVI ZAJEDNO MORAMO TEŽITI ISTOM CILJU – ISKORISTITI MAKSIMALNE POTENCIJALE DJETETA, KAKO U PLIVANJU TAKO I U SVAKODNEVNOM ŽIVOTU
  - ŠKOLA NA PRVOM MJESTU!
- **TRENING / REDOVITOST DOLAZAKA I PRIPREMA PLIVAČA ZA TRENING**
  - USVAJANJE ŽIVOTNE DISCIPLINE I STJECANJE ODGOVORNOSTI
  - DOLAZAK PLIVAČA NA TRENING – **MIN 15 MIN** PRIJE POČETKA TRENINGA
  - ODABIR AKTIVNOSTI – PREVIŠE AKTIVNOSTI UTJEČE NA USPJEH U SVAKOJ OD NJIH
  - PLIVANJE JE SPORT KOJI TRAŽI POTPUNU PREDANOST PLIVAČA I TRENERA (KAO I RODITELJA!)





# MINI MARATON GRADA PULE STOJA - VALSALINE



- Druženje svih članova prilikom održavanja Mini maratona grada Pule  
(treća nedjelja u 8. mjesecu)

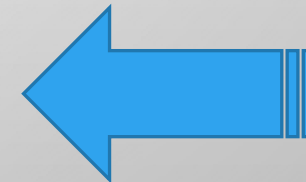
# ČLANARINA

- **NATJECATELJI** (REGISTRIRANI) – 35€ DO 15. U MJESECU
- REGISTRIRANI NATJECATELJI DUŽNI SU PLAĆATI ČLANARINU **12 MJESECI U GODINI**
- POPUSTI:

NATJECATELJI - ZA DRUGO DIJETE -17,50 €



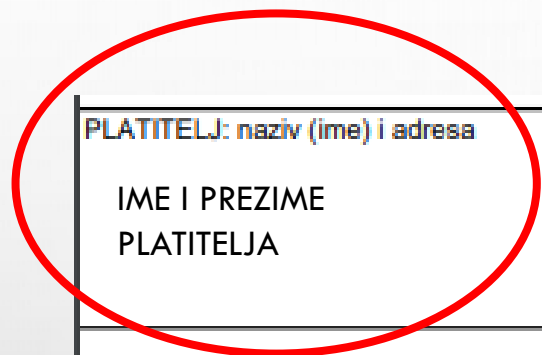
- U SLUČAJU BOLESTI SPORTAŠA I NEDOLASKA OD PREKO 15 DANA U MJESECU, VISINA ČLANARINE NATJECATELJA UMANJUJE SE NA 17,50 € (UZ ISPRIČNICU)
- TROŠKOVI NATJECANJA RAČUNAJU SE PO BROJU NATJECATELJA – BITNA POTVRDA ODLASKA ILI NE ODLASKA NA NATJECANJE





# INTERNET BANKARSTVO ILI UPLATNICA

PLAĆANJE **DO 15-TOG U MJESECU** ZA TEKUĆI MJESEC, INTERNET BANKARSTVOM ( PO POTREBI UPLATNICOM)



PLATITELJ: naziv (ime) i adresa  IME I PREZIME PLATITELJA	Hitno <input type="checkbox"/>	Valuta plaćanja	HRK	Iznos	=	35 €
	IBAN ili broj računa platitelja		HR			
	Model	Poziv na broj platitelja				
HR 99						
IBAN ili broj računa primatelja		HR7124070001118015828				
PRIMATELJ: naziv (ime) i adresa PLIVAČKI KLUB PULA GUNDULIĆEVA 27	Model	Poziv na broj primatelja				
	00	01-2019				
	Šifra namjene	Opis plaćanja	ČLANARINA MJ/GODINA IME PREZIME DJETETA			
	Datum izvršenja					
		Pečat korisnika PU		Potpis korisnika PU		

Valuta i iznos:	HRK = 35 €
IBAN (račun) platitelja ili Platitelj:	HR
Model i poziv na broj platitelja:	HR99
IBAN (račun) primatelja:	HR7124070001118015828
Model i poziv na broj primatelja:	01-2019
Opis plaćanja:	ČLANARINA MJ/GODINA IME PREZIME DJETETA
Ovjera	



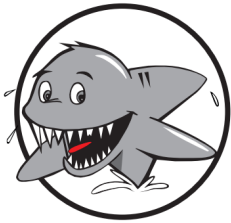
# KARTICE ZA ULAZ NA BAZEN

- IZRADA NOVE KARTICE U SLUČAJU GUBITKA SE NAPLAĆUJE (IZRADA KARTICE JE 4€)
- ČESTO NAM SA RECEPCIJE SKREĆU POZORNOST DA DIO DJECE NE KORISTI KARTICU PRILIKOM ULASKA NA BAZEN



# POGLEDAJTE KATALOG KLUPSKE OPREME NA WEB STRANICI

## NARUČI U TAJNIŠTVU ILI KOD TRENERA



KAPICA JE OBAVEZNA OPREMA KOD ODLASKA NA NATJECANJA !





# INFORMACIJE, UPITI, POHVALE/KRITIKE

- WEB STRANICA: [HTTPS://WWW.PK-PULA.HR/](https://www.pk-pula.hr/)
- KUTAK ZA RODITELJE (IZBORNİK NATJECATELJI)
- FACEBOOK STRANICA: PLIVAČKI KLUB PULA
- INSTAGRAM: PLIVACKI\_KLUB\_PULA
- E-MAIL: [info@pk-pula.hr](mailto:info@pk-pula.hr)



# NATJECATELJI



- 5 GRUPA NATJECATELJA
- UKUPNO 80 REGISTRIRANIH NATJECATELJA SVIH KATEGORIJA
- NATJECANJA:
  - ŽUPANIJSKO PRVENSTVO (**OBAVEZNO**)
  - REGIONALNO PRVENSTVO (**OBAVEZNO**)
  - PRVENSTVO HRVATSKE (**UZ LIMIT**)
  - NACIONALNI I MEĐUNARODNI MITINZI
  - LIGE
- NAGRADA ZA NAJPLIVAČA MJESECA





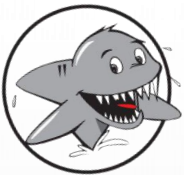
# NATJECATELJI



- KATEGORIJE OD 1.1.2025.
- SENIORI (Ž/M) 2004. I STARIJI
- MLAĐI SENIORI (Ž/M) 2005.- 2006.
- JUNIORI (Ž/M) 2007.- 2008.
- MLAĐI JUNIORI (Ž/M) 2009.- 2010.
- KADETI (Ž/M) 2011.- 2012.
- MLAĐI KADETI (Ž/M) 2013.- 2014.
- POČETNICI (Ž/M) 2015. I MLAĐI
- KATEGORIJE DOSTUPNE NA WEB STRANICI:  
*NATJECATELJI - KALENDAR NATJECANJA*







# NATJECATELJI

- LIMITI ZA NASTUP NA PH (PRVI VELIKI CILJ SVAKOG NATJECATELJA – KADETI I STARIJI)



## GRANIČNI REZULTATI HRVATSKOG PLIVAČKOG SAVEZA 2024/2025

		WA BODOVI: 275				WA BODOVI: 450				WA BODOVI: 500				WA BODOVI: 550			
		KADETI		KADETKINJE		ML. JUNIORI		ML. JUNIORKE		JUNIORI		JUNIORKE		ML. SEN. I SENIORI		ML. SEN. I SENIORKE	
		25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m	25m	50m
SLOBODNO	50m	00:31,00		00:35,26		00:26,31		00:29,92		00:25,40		00:28,89		00:24,61		00:27,99	
	100m	01:08,95		01:17,27		00:58,51		01:05,57		00:56,49		01:03,31		00:54,73		01:01,33	
	200m	X	X	X	X	02:09,67		02:23,95		02:05,20		02:18,98		02:01,28		02:14,64	
	400m	05:26,39		05:55,68		04:36,98		05:01,84		04:27,42		04:51,42		04:19,06		04:42,31	
	800m	X	X	X	X	09:34,78		10:23,01		09:14,94		10:01,51		08:57,59		09:42,70	
	1500m	X	X	X	X	18:25,14		19:45,21		17:47,00		19:04,31		17:13,64		18:28,53	
LEĐNO	50m	00:34,00		00:38,83		00:28,85		00:32,95		00:27,86		00:31,81		00:26,99		00:30,82	
	100m	01:14,32		01:24,41		01:03,07		01:11,63		01:00,89		01:09,16		00:58,99		01:06,99	
	200m	X	X	X	X	02:17,84		02:35,21		02:13,09		02:29,86		02:08,92		02:25,17	
PRISNO	50m	00:38,37		00:43,63		00:32,56		00:37,02		00:31,44		00:35,74		00:30,45		00:34,63	
	100m	01:25,01		01:35,89		01:12,14		01:21,38		01:09,65		01:18,57		01:07,47		01:16,11	
	200m	X	X	X	X	02:36,80		02:55,61		02:31,39		02:49,55		02:26,66		02:44,25	
LEPTIR	50m	00:33,45		00:37,49		00:28,38		00:31,81		00:27,40		00:30,72		00:26,55		00:29,76	
	100m	01:13,47		01:23,12		01:02,35		01:10,53		01:00,20		01:08,10		00:58,32		01:05,97	
	200m	X	X	X	X	02:19,43		02:36,09		02:14,62		02:30,70		02:10,41		02:25,99	
MISŠAVIC	100m	X	X	X	X	01:04,31	X	01:13,74	X	01:02,09	X	01:11,20	X	01:00,15	X	01:08,97	X
	200m	02:48,58		03:07,39		02:23,06		02:39,02		02:18,13		02:33,53		02:13,81		02:28,73	
	400m	X	X	X	X	05:06,42		05:37,91		04:55,84		05:26,24		04:46,59		05:16,04	

a Metalčeva 5  
10 000 Zagreb, Croatia

tel +385 1 301 2338  
e ured@croswim.org

web hrvatski-plivacki-savez.hr  
oib 25406717378



# CILJEVI

## NATJECATELJI 1 A/B



- POSTIZANJE OSOBNIH REKORDA
- ISPLIVAVANJE LIMITA ZA NASTUP NA PRVENSTVIMA HRVATSKE (KADETSKO, DOBNE KATEGORIJE I OPĆE PH)
  - PLASMAN MEĐU 3 NAJBOLJIH NA PRVENSTVIMA HRVATSKE
  - MEDALJE NA SVIM RAZINAMA NATJECANJA
- PRIPREMA KADETSKIH KATEGORIJA NA VEĆI VOLUMEN I INTENZITET TRENINGA (U VODI I NA SUHOM)

## NATJECATELJI 2

- POSTIZANJE OSOBNIH REKORDA I LIMITA ZA NASTUP NA KADETSKOM PH
  - SVEUKUPNI SPORTSKI RAZVOJ
- USAVRŠAVANJE SVIH TEHNIKA PLIVANJA UZ VELIKI NAGLASAK NA SVAKI ELEMENT TEHNIKE

## NATJECATELJI 3

- POSTIZANJE OSOBNIH REKORDA
  - USAVRŠAVANJE SVIH TEHNIKA PLIVANJA SA SVIM ELEMENTIMA
- SVEUKUPNI SPORTSKI RAZVOJ I UPOZNAVANJE SA SUHIM TRENINGOM
  - PRIPREMA ZA VEĆI VOLUMEN I VEĆI BROJ TRENINGA

## NATJECATELJI 5

- UČENJE I USAVRŠAVANJE SVIH TEHNIKA PLIVANJA

# KALENDAR NATJECANJA 2024./2025.



Dostupan na našoj web stranici:

<https://www.pk-pula.hr/kalendar/>

Označena:

- 1) obavezna natjecanja za sve plivače kluba**
- 2) obavezni mitinzi za plivače u programu sufinanciranja od strane kluba**



# ODLASCI NA NATJECANJA



- *REZULTATI DONOSE FINANCIJE I UVJETE ZA PROVEBU TRENINGA*
- DONEŠEN PRAVILNIK O SUFINANCIRANJU ODLAZAKA NA NATJECANJA – USKORO NA WEBU
  - PRVIH 8 NA PRVENSTVIMA HRVATSKE/PRVIH 15 NA LISTI USPJEŠNOSTI
  - POTICANJE USPJEŠNOSTI UZ FINANCIJSKO OLAKŠAVNJE ODLAZAKA NA VEĆI BROJ (VEĆIH) NATJECANJA
- ODLASCI NA NATJECANJA SUKLADNO REZULTATIMA (NAJKONKURENTIJI PLIVAČI = NAJVIŠE NATJECANJA)
- PODSJETNIK – KLUB U POTPUNOSTI FINANCIRA ŽUPANIJSKA PRVENSTVA I PRVENSTVA HRVATSKE, A ZA REGIONALNA PRVENSTVA POKRIVA TROŠAK STARTNINA
- STARTNINE U SEZONI 2024 CCA 5-8€ PO STARTU!
- TRENER I PRATNJA SU UVIJEK NA TERET KLUBA!

# SMJERNICE ZA NATJECATELJE



- RAZVIJATI SPORTSKU DISCIPLINU, NATJECATELJSKI DUH, PRIPADNOST KLUBU I ŽELJU ZA NAPRETKOM.
- **OBAVEZNI** ODLASCI NA NATJECANJA!
- ADEKVATNA OPREMA – KUPAĆE GAĆICE 2 PARA (ČVRSTE - SA ŠPAGOM)
- KLUPSKE KAPICE OBAVEZNE NA NATJECANJU, UZ REZERVNE NAOČALE
- SUHI TRENINZI – HRANA I **VODA**, ADEKVATNA OBUĆA
- IZBACITI “JUNK FOOD” NA NATJECANJIMA
- JAVITI DODATNE AKTIVNOSTI (NA MAIL)
- PRIPREME NATJECATELJA – U PLANU ZA VRIJEME ZIMSKIH PRAZNIKA (NAT 1 A/B)
- KORIŠTENJE TRIBINA!
  
- **KUTAK ZA RODITELJE!** - [HTTPS://WWW.PK-PULA.HR/WP-CONTENT/UPLOADS/2019/06/KUTAK-ZA-RODITELJE.PDF](https://www.pk-pula.hr/wp-content/uploads/2019/06/kutak-za-roditelje.pdf) (WEB PK PULA - IZBORNİK NATJECATELJI – KUTAK ZA RODITELJE)  
(REDOVITOST, ODLASCI NA NATJECANJA, PLIVAČKA ODIJELA, PREHRANA)
- REZULTATI NATJECANJA I OSOBNE STRANICE PLIVAČA – WEB STRANICA: **HRVATSKI PLIVAČKI SAVEZ**

# SMJERNICE ZA NATJECATELJE

- **PRERASPODJELA GRUPA OVISI O:**

- 1. REDOVITOSTI DOLAZAKA NA TRENINGE (80%)**

- 2. FIZIČKIM PREDISPOZICIJAMA**

- 3. PREDANOSTI RADU/PONAŠANJE/ODNOS PREMA TRENINGU**

- 4. ODLASCIMA NA NATJECANJA**

- 5. DOB DJETETA**

- NE MORA SVIH 5 KRITERIJA BITI U POTPUNOSTI ISPUNJENO PA TAKO REDOVITOST I PREDANOST RADU MOGU POKRITI FIZIČKE PREDISPOZICIJE

- PODRŠKA I PRIMJER (SUGESTIJE U VEZI TEHNIKE PLIVANJA *NISU POŽELJNE* – ZBUNJENO DIJETE)

- TRENER TRENIRA, SVE SUGESTIJE RODITELJA USMJERITI PREMA TRENERU, TAJNIKU ILI UPRAVI KLUBA

- KOMUNIKACIJA RODITELJ-TRENER





# SMJERNICE ZA NATJECATELJE

- **POSTOTAK DOLAZAKA:**

**1. NATJECATELJI 1 A (POPODNEVNI TRENINZI) – 57,8%**

**2. NATJECATELJI 1B (POPODNEVNI TRENINZI) – 59,8%**

**3. NATJECATELJI 2 – 64,8%**

**4. NATJECATELJI 3 – 65,6%**

**5. NATJECATELJI 5 – 75,9%**

- PO PRVI PUTA NEKI NATJECATELJI NE IDU NA NATJECANJA ZBOG POSTOTKA DOLAZAKA!
- PLANOM I PROGRAMOM TRENINGA OBUHVAĆENI SU I UMOR I ODMOR NATJECATELJA, NEPOTREBAN ODMOR ZBOG ODLASKA NA NATJECANJE
- ŠKOLA PRIORITET, ALI USKLAĐIVANJE OBAVEZA JE ZADATAK SVAKOG NATJECATELJA

PITAJTE NAS SVE ŠTO ŽELITE!

