**PREDSTAVITEV**

**Sinhrono oz. skladnostno plavanje** združuje plavalne sposobnosti, občutek za gib, glasbo in estetiko.

\*Je plavalni šport, ki se uvršča med olimpijske športe.

\*Bistvena karakteristika sinhronega plavanja je usklajenost med soplavalci. Gibi, ki jih izvajajo,so med seboj skladni in usklajeni z glasbo, motivom, témo in časom.

V določenem času izvajajo različne elemente, položaje in prvine, ki jih dopolnijo s plavalnimi tehnikami, ustvarjalnimi gibi, mimiko, dvigi in skoki. Da je vse to mogoče in estetsko usklajeno, je potrebna zelo spretna izvedba zavesljajev in orientacija v vodnem svetu.

Vsak nastop s tehnično dovršenimi prvinami vključuje zgodbo in sporočilo.

Gre za tehnično izredno kompleksen šport. Voda oz. bazen predstavlja ta izjemno kreativen tridimenzionalni prostor v katerem lahko tako ali drugače lebdimo, letimo, skačemo, plešemo, telovadimo in se gibamo v vseh svojih gibalnih razsežnostih.

Zanimivost je, da je to gibanje po večini zrcalno tistemu na kopnem, z glavo smo večkrat obrnjeni navzdol in pri premikanju je bistvena uporaba rok. Posledično postane dihanje zelo pomembna veščina tega športa. Zaščitni znak in obvezen pripomoček sinhronih plavalcev pa je, poleg kopalk tudi ščipalka za nos.

Poznamo tekmovalne discipline , ki se opredelijo na par ali skupino ter

glede na program oz. sestavo:

    \*prvine *(figures)*,

    \*tehnična sestava (*technical routine)*,

    \*prosta sestava *(free routine)*,

    \*prosta kombinacija *(free combination)*,

    \* poudarjena sestava *(highlight routine*

Trenutno je v naš klub vključenih članic po kategoriji:

Deklice (9), kadetinje( 5 ), ml.mladinke(7), st.mladinke/članice(5).

Razvoj sinhronega plavanja sega v konec 19.stoletja kjer so se pojavile prve organizirane skupine figurativnega plavanja v Veliki Britaniji, nastajali so klubi po Evropi in prva tekmovanja (1891 v Berlinu).

Z razvijanjem tega športa se je vse nadaljevalo v Severni Ameriki s številnimi nastopi in filmsko produkcijo (predvsem »Ples na vodi« 1944 in »*Million Dollar Mermaid«* 1952).

\*Leta 1941 je se prizna sinhrono plavanje za samostojno športno in plavalno disciplino.

\*Postopen razvoj je Ana Matjaž kot študentka Fakultete za šport prepoznala izjemne potenciale tega športa in leta 1998 v sodelovanju z Zagrebškim plavalnim klubom ter kasneje z italijansko trenerko pripeljala v Slovenijo.

Zaslužna je za uresničitev prvega nastopa in predstavitve leta 1999 na otvoritveni slovesnosti plavalnega centra Fakultete za šport Univerze v Ljubljani kot tudi predstavitev na bazenu Šoštanj.

\*Leta 2009 je bil registriran prvi klub Rusalka v Velenju in je še danes največji klub v SLO

\*V Velenju treninge izvaja Pia Katarina Kremžar, ki dekleta vodi na različna tekmovanja ter odprta prvenstva v tujini, kot so Beograd, Dunaj, Reka, Budimpešta, Monor, Zagreb…Naslednje leto se bomo tudi udeležile različnih tekmovanj in revij.

Delujemo iz prispevkov staršev, ŠCV nam občasno posodi kombije….

Velenje, 10.12.2018

Športni pozdrav, Suzana Kremžar