



POROČILO O DELU ZA LETO 2023

Nadaljevali smo z obstoječim in preizkušenim sistemom organizirane vadbe, priprav, tekmovanj in druženj. **Izvajali smo programe v javnem interesu predvsem s področja: rekreacije, veteranskega športa, kakovostnega športa v: teku, plavanju, duatlonu, triatlonu in smučarskem teku.** Izvedli smo tudi obsežen program udeležbe na tekmovanjih: tekmah iz koledarja TZS, triatlonskih tekmovanja predvsem na Hrvaškem, tekmovanj serije IRONMAN in 70.3, množičnih tekaških, kolesarskih tekmovanj ter internih klubskih. Vzporedno pa smo izvajali bogate ne tekmovalne vsebine namenjene članom kluba, kot tudi drugim ljubiteljem športa in rekreacije.

- Tekaške treninge smo preko leta izvajali v dveh zahtevnostnih nivojih. Zaznan je občuten upad prihoda novih članov. Tekaške treninge je preko celega leta skupno obiskovalo 10-15 tekačev. Treninge izvajamo 3x tedensko v trajanju 1 do 2,5 ure. Vadbo je vodil en trener. Trudili smo se zagotavljati kvalitetno individualno prilagojeno vadbo, relativno majhne vadbene skupine, optimalne pogoje za pripravo na maratone in triatlone. Treninge izvajamo tudi on line, individualno.
- Plavalni program je bil organiziran v 4 terminih (v ponedeljkih in sredah zvečer ter torkih in petkih zjutraj). Dvakrat tedensko je bil v eni progi izvajan začetniški program učenja proste tehnike, v ostalih terminih pa je bil trening usmerjen v vadbo rekreativcev, veteranov ter pripravo triatloncev in daljinskih plavalcev. Plavanja se je udeleževalo preko celega leta skupno cca 60 plavalcev. Plavanje traja od 1 do 1,5 ure. Vadbo vodijo trije izobraženi in usposobljeni trenerji. Zagotavljali smo kvalitetno individualno prilagojeno vadbo, primerne vadbene skupine, optimalne pogoje za pripravo na plavalne maratone in triatlone.
- Udeleževali smo se veteranskih plavalnih tekem v tekem v daljinskem plavanju (Slovenija, Avstrija, Italija, Hrvaška). Obseg udeležbe je v upadu.
- Kolesarjenje: v spomladanskem delu smo nadaljevali z načinom vadbe iz pretekle sezone. Izvajali smo kolesarske in kombinirane treninge (kolo-tek). Treningi trajajo od 1,5 do 3 ur. Petkovemu terminu je bilo bolj na podlagi iniciative in interesov posameznikov dodano tudi organizirano sobotno kolesarjenje.
- V času prvomajskih praznikov smo organizirali petdnevne priprave v Medulinu z udeležbo 50 članov.
- V maju smo organizirali štiridnevne kolesarske priprave (Kobarid, Beneška Slovenija) z udeležbo 14 članov.
- Organizirane so bile devetdnevne aktivne kolesarske počitnice Avstrija – Tirolska z 20 udeleženci.
- Vzporedno s programi vadbe smo izvedli kar nekaj drugih strokovnih vsebin vezanih na naše dejavnosti (testi plavanja, testi teka, interpretacija testov teka, kolesarski testi....).

- 21 članov je pridobilo tekmovalne licence Triatlonske zveze Slovenije, kar nam omogoča tekmovati v tekmovalnih sistemih (državna prvenstva, pokalna tekmovanja). Prisotni smo bili na uradnih tekmovanjih TZS v Sloveniji in dosegli več uvrstitev na stopničke v tekmah DP in Slovenskega pokala v triatlonu in duatlonu v kategorijah veteranov.
- Individualni program treniranja triatlona poteka v skladu z zanimanjem in osebnimi dogovori. Interesu po tem programu v celoti zadostimo.
- V januarju smo organizirali štiridnevne priprave v smučarskem teku (Toblach), z udeležbo več kot 28 članov.
- Izvedli smo interno klubsko tekmo: konec spomladanskega dela sezone 3K 10ka z druženjem.
- Naši člani so se udeleževali tudi kolesarskih maratonov (maraton Franja, maraton Alpe...), kjer posegamo tudi po zmagah v starostnih kategorijah.
- Prisotni smo na tekmah slovenskega pokala v duatlonu in triatlonu in pokalu Alpe-Adria, na tekmah v Avstriji, Italiji in na Hrvaškem.
- Osem tekmovalcev 3K se je udeležilo IRONMAN tekmovanj, eden se udeležil SP IM v Nici.
- Udeležujemo se smučarsko tekaških prireditev (Slovenski pokal, množični maratoni).
- Prenovili smo ažurno, urejeno, informativno spletno stran in FB stran. Nadaljevali smo z rednim obveščanjem članov preko e obvestil in klubske FB strani.
- Pozornost smo namenjali popularizaciji triatlona med začetniki. Nekaj novih članov smo uspeli navdušiti za prvi nastop na triatlonu.
- Nadaljevali smo z zbiranjem podatkov o vseh nastopih SLO IRONMANOV, tako, da razpolagamo s popolnimi podatki 34 letne zgodovine, od prvega slovenskega nastopa leta 1989 na Havajih.
- Nadaljevali smo z akcijo izdelave prepoznavne celostne podobe kluba (redno ažuriranje spletne strani, brisače, nahrbtniki, bidoni, rokavčki, nogavice, kape, oprema, triatlonski tekaški kolesarski dresi).
- Pri izvedbi programov sledimo cilju, da članom za primerno (konkurenčno) ceno nudimo kar najboljše storitve (programe treninga). Pri tem sredstev za posamezen program (vadbine, donacije, sponzorstva) porabljamo izključno za izvedbo tega programa (najemi objekta, stroški kadra, opremo). Tako zagotavljamo transparentnost in namenskost porabe sredstev.
- Sistemskih virov za financiranje delovanja kluba (računovodstvo, strokovno tehnična opravila, administrativna opravila, materialni stroški, delovanje spletne strani, vodenje kluba, stiki z javnostmi,...) nimamo, to delno pokrivamo iz donacij od dohodnine.
- Finančno poročilo je razvidno iz letnega poročila za leto 2023 oddano na AJ PES in je priložna zapisnika.

Poročilo je bilo sprejeto na zboru članov 15.3.2024.

Ljubljana, januar 2024

PREDSEDNIK
Igor Kogoj