

SPRAWOZDANIE MERYTORYCZNE KLUBU SPORTOWEGO H2O BOCHNIA

ZA ROK 2025.

1. WSTĘP

Klub Sportowy H2O Bochnia koncentruje swoją działalność przede wszystkim na organizowaniu zajęć nauki i doskonalenia pływania dla dzieci, młodzieży oraz dorosłych, a także na prowadzeniu profesjonalnych treningów sportowych. Głównym celem stowarzyszenia jest propagowanie zdrowego stylu życia, rozwój aktywności fizycznej oraz wspieranie rozwoju sportowego dzieci i młodzieży.

W roku 2025 działalność klubu dynamicznie się rozwijała. Liczba uczestników zajęć wzrosła do **blisko 800 osób**, co stanowi znaczący wzrost w stosunku do roku poprzedniego. Zajęcia realizowane były na obiektach sportowych w regionie, w szczególności na:

-Krytej Pływalni im. Jana Kota w Bochni

-Kryta Pływalnia GOSIR w Proszówkach

- Kryta Pływalnia w Nowym Wiśniczu

Program szkoleniowy obejmował zarówno **naukę pływania od podstaw**, jak i **trening sportowy dla zawodników reprezentujących klub w zawodach regionalnych, wojewódzkich oraz ogólnopolskich**.

Szkolenie prowadzone było zgodnie z wytycznymi **Polskiego Związku Pływackiego oraz Małopolskiego Okręgowego Związku Pływackiego**.

2. DANE LICZBOWE DZIAŁALNOŚCI W 2025 ROKU

Najważniejsze dane dotyczące działalności klubu w roku 2025:

-około **800 uczestników zajęć nauki i doskonalenia pływania**

-ponad **50 zawodników licencjonowanych w Polskim Związku Pływackim**

-udział w **kilkudziesięciu zawodach pływackich** na szczeblu regionalnym, wojewódzkim i ogólnopolskim

-zdobycie **kilkudziesięciu medali w zawodach pływackich**

-organizacja **obozów sportowych, półkolonii oraz wakacyjnych kursów pływania**

-realizacja **projektów sportowych i wydarzeń rekreacyjnych dla dzieci**

Nauka pływania od podstaw

Klub prowadzi zajęcia indywidualne oraz grupowe, dostosowane do różnych poziomów zaawansowania uczestników.

Grupy są zorganizowane w sposób umożliwiający stopniowy rozwój umiejętności:

- **Grupa Żabek:** dla dzieci rozpoczynających naukę pływania, gdzie instruktor pracuje z każdym uczestnikiem indywidualnie, podczas gdy pozostali czekają na swoją kolej na brzegu basenu.
- **Grupa Rybek:** dla dzieci, które opanowały podstawowe ćwiczenia w wodzie i potrafią samodzielnie pływać z pomocą deski lub makaronu.
- **Grupa Krokodylków:** dla dzieci wykonujących ćwiczenia bez dodatkowych pomocy, takich jak deski czy makarony, i pływających na plecach oraz w pozycji strzałki.
- **Grupa Delfinków:** dla dzieci uczących się technik pływackich, takich jak kraul, styl grzbietowy i klasyczny, z treningami na dużym basenie.
- **Grupa Rekinów:** dla dzieci, które opanowały style dowolny, grzbietowy i klasyczny.

Dla osób preferujących indywidualne podejście, klub oferuje 45-minutowe lekcje jeden na jeden, skierowane do wszystkich, niezależnie od wieku i poziomu zaawansowania.

Profesjonalna działalność sportowa

Oprócz nauki pływania, H2O Bochnia angażuje się w profesjonalne szkolenie sportowe. Celem klubu jest organizowanie działalności sportowej i rekreacyjnej, propagowanie kultury fizycznej, organizowanie szkoleń sportowych, integracja środowisk sportowych, prowadzenie działalności wychowawczej w zakresie kultury fizycznej, szkolenie kadr instruktorsko-trenerskich, edukacja sportowa oraz tworzenie warunków dla rozwoju sportu i umacniania umiejętności społecznych.

Klub aktywnie uczestniczy w zawodach pływackich na różnych szczeblach, promując sportowy rozwój swoich członków i dążąc do osiągania wysokich wyników w rywalizacji sportowej. Stowarzyszenie działające pod nazwą Klub Sportowy H2O Bochnia w swoich szeregach posiada 50 zawodników licencjonowanych w Polskim Związku Pływackim, którzy w roku 2025 startowali na zawodach rangi Powiatowej, Wojewódzkiej, Ogólnopolskiej i Międzynarodowej.

2. DZIAŁALNOŚĆ KLUBU W ROKU 2025.

Styczeń

W styczniu kontynuowano regularne zajęcia nauki i doskonalenia pływania dla dzieci i młodzieży. Po przerwie świątecznej odbyły się pierwsze treningi w nowym roku. Instruktorzy skupiali się na poprawie techniki pływania oraz ogólnej sprawności uczestników.

Podczas ferii zimowych w dniach **20–24 stycznia 2025 r.** zorganizowano zimową półkolonię sportową. Dzieci codziennie brały udział w licznych aktywnościach, m.in.:

-zajęciach na basenie

-grach i zabawach sportowych

-wyjazdach do aquaparków

Obóz miał charakter sportowo-rekreacyjny i cieszył się dużym zainteresowaniem uczestników.

Luty

W lutym realizowano zimowy cykl treningowy oraz pierwsze starty w zawodach.

Zawodnicy klubu wzięli udział w zawodach w **Oświęcimiu**, gdzie wielu z nich zadebiutowało w rywalizacji sportowej.

Ponadto odbył się start w **zawodach o Puchar Starosty Myślenickiego**, w których uczestniczyło **28 reprezentantów H2O Bochnia**, zdobywając **2 medale**.

Marzec

W marcu rozpoczęto współpracę z basenem w **Nowym Wiśniczu**, gdzie realizowane są zajęcia grupowe oraz indywidualne.

W tym miesiącu odbyły się m.in.:

-Grand Prix Małopolski w Oświęcimiu – 3 medale

-Igrzyska Młodzieży Szkolnej – awanse do finałów wojewódzkich

-Małopolska Liga Dzieci – 6 medali

-Otyliada – X edycja (12-godzinny maraton pływacki- Maja Zienkowska została rekordzistką na Krytej Pływalni im. Jana Kota w Bochni, przepływając ponad 32km)

-Feniks Pool Party 5

-Zawody o Puchar Prezydenta Kielc

Klub otrzymał również **dotację od Burmistrza Miasta Bochnia** na rozwój i propagowanie pływania.

Kwiecień

W kwietniu zawodnicy klubu uczestniczyli w licznych zawodach regionalnych:

-Mistrzostwa Skawiny – 10 medali

-Małopolska Liga Dzieci – COS Zakopane – 3 medale

-XVI Mistrzostwa Skawiny – 10 medali

-Grand Prix Małopolski – 10 medali

Starty pozwoliły zawodnikom zdobywać doświadczenie oraz reprezentować klub na arenie regionalnej.

Maj

W maju kontynuowano regularne treningi sportowe.

Zawody:

-Solne Miasto Wieliczka – 25 uczestników H2O Bochnia, 6 medali

-III edycja Grand Prix Małopolski – 7 medali

Czerwiec

W czerwcu klub zorganizował wydarzenie sportowo-rekreacyjne z okazji **Dnia Dziecka**.

W programie znalazły się:

-gry i zabawy w wodzie

-dmuchany tor przeszkód

-animacje dla dzieci

Każde dziecko otrzymało drobny upominek.

Zawody:

-MAŁOPOLSKA LIGA DZIECI w Krakowie – 6 medali

-Mistrzostwa Województwa Małopolskiego w Oświęcimiu – 5 medali

-Letnie Mistrzostwa Małopolski – 5 medali

Pod koniec czerwca odbył się **obóz sportowy Summer Camp w Wilkasach (28.06–04.07.2025)** z udziałem **45 dzieci**.

Lipiec

W lipcu rozpoczęły się wakacyjne zajęcia pływackie „**Wakacyjny Kurs Pływania H2O Bochnia**”, w których uczestniczyło **60 dzieci**.

Zawody:

-Mistrzostwa Polski 14 lat – Olsztyn 3 finały A oraz 3 finały B

-Mistrzostwa Polski 15 lat – Lublin 3 finały B

Sierpień

W sierpniu klub zorganizował obóz sportowo-rekreacyjny **Summer Camp Grecja**, w którym uczestniczyło **30 dzieci**.

Dodatkowo odbyły się:

-drugi turnus wakacyjnego kursu pływackiego – **50 dzieci**

-półkolonia sportowa **Mini Camp H2O – 30 uczestników**

Wrzesień

We wrześniu rozpoczął się nowy sezon treningowy oraz nabór nowych uczestników.

Najważniejsze wydarzenia:

-III Ogólnopolskie Zawody Pływackie w Brzesku – 10 medali

-uruchomienie projektu „Wewnętrzna Liga Pływacka” dla 450 dzieci uczęszczających na Zajęcia Grupowe

-XX Puchar Kmity w Zabierzowie – zdobycie Pucharu Rycerza Kmity oraz 20 medali, w tym 7 złotych

Październik

-Międzynarodowe Zawody Pływackie ZSOMS Kraków – 8 medali

-PGE Arena Grand Prix Polski w Warszawie

-Arena Swim Cup w Oświęcimiu – 3 medale

Listopad

-Memorial Marka Petruszewicza – 5 medali

-klubowe zawody wytrzymałościowe (800 m stylem dowolnym)

-Zimowe Mistrzostwa Małopolski – 5 medali

Grudzień

W grudniu odbyło się podsumowanie sezonu sportowego.

Zorganizowano wydarzenie „Mikołajki H2O”, podczas którego przygotowano atrakcje dla dzieci oraz wręczono świąteczne prezenty.

Zawodnicy startowali również w:

-Mistrzostwach Polski 14 i 15 lat 3 finały A oraz 3 finały B

-Zimowych Mistrzostwach Małopolski Młodzików w Oświęcimiu

4. PODSUMOWANIE

Rok 2025 był dla Klubu Sportowego H2O Bochnia okresem intensywnego rozwoju sportowego i organizacyjnego. Klub znacząco zwiększył liczbę uczestników zajęć, rozszerzył działalność szkoleniową oraz aktywnie uczestniczył w licznych zawodach pływackich.

Zawodnicy klubu zdobyli wiele medali oraz osiągnęli wysokie miejsca w zawodach wojewódzkich i ogólnopolskich, co potwierdza wysoki poziom szkolenia sportowego.

Dużym sukcesem było także zorganizowanie licznych wydarzeń rekreacyjnych i sportowych, takich jak półkolonie, obozy sportowe oraz wakacyjne kursy pływania, które przyczyniły się do popularyzacji pływania wśród dzieci i młodzieży.

5. WNIOSKI I KIERUNKI ROZWOJU

Najważniejsze wnioski wynikające z działalności w 2025 roku:

- dalszy rozwój programu szkolenia sportowego
- zwiększenie liczby zawodników startujących w zawodach ogólnopolskich
- rozwój oferty zajęć nauki i doskonalenia pływania
- organizacja kolejnych obozów sportowych i półkolonii
- dalsza współpraca z samorządem oraz instytucjami wspierającymi rozwój sportu

podpis