



Inot, deci exist!

InfOMASTERS

Buletin informativ dedicat practicării inotului masters în România Nr. 5 / mai 2009
Versiune digitală disponibilă <http://www.inot-masters.ro/index.php?page=info-masters>

EVENIMENTE RECENTE

Stagiu internațional de inot masters

În perioada 24-26 aprilie 2009, în Oradea, s-a desfășurat, pentru prima oară în România, un stagiu internațional de inot pentru adulți (inot masters)! Participanții au fost 40 de reprezentanți ai mai multor cluburi de inot masters din România și Ungaria.

Acțiunea a vizat creșterea potențialului sportiv al participanților prin informarea acestora cu privire la evoluția tehnicilor de inot la nivel mondial și formarea de deprinderi în acest sens.

Miscarea de inot masters implică adulți care practică acest sport ca amatori. Sportivii concurează pe grupe de vârstă: 25-29, 30-34, 35-39, și, cu categorii de 5 ani, ultima categorie incluzând orice vârstă peste 100 de ani. În Ungaria, miscarea are deja tradiție, existând 25 de cluburi și circa 1600 de practicanți, respectiv, numeroase concursuri.

În România, miscarea de inot masters a fost inițiată prin constituirea Clubului de Inot MASTERS Timișoara. În prezent, cluburi de inot masters mai funcționează în Reșița și Cluj, iar grupuri de inițiativă pentru constituirea de noi cluburi există în Satu Mare, Oradea și Arad.

Programul de pregătire pe durata stagiului din Oradea a fost condus de către Marcel Rasadean, cadru didactic la Facultatea de Educație Fizică și Sport din cadrul Universității de Vest Timișoara, și Eniko Torok, președinte al Asociației Maghiare de Inot Masters.

Antrenamentele s-au desfășurat în Bazinul Municipal (acoperit, 33,3 m și 6 culoare) din Oradea, după programul următor:

- vineri, seara (fluture),



UNIUNEA EUROPEANĂ



Proiect finanțat prin Phare

Publicație realizată cu asistența financiară a Uniunii Europene în cadrul proiectului "Inotul pentru adulți - sport și sănătate", derulat în cadrul Programului PHARE CBC 2006 România - Ungaria,

cod: RO 2006/018-446.01.01.02.18.

Editor: Mihai Lisetchi, manager de proiect.

Editia august 2009.

Asociația de Inot MASTERS: Internet: www.inot-masters.ro, e-mail: contact@inot-masters.ro, fax: 0356 816 506.

Conținutul acestui material nu reprezintă în mod necesar poziția oficială a Uniunii Europene.



GUVERNUL
ROMÂNIEI

- simbata, dimineata (spate) si seara (bras),
- duminica, dimineata (craul).

Fiecare antrenament a fost dedicat unui procedeu si a inclus o parte teoretica si una practica.

In cadrul modulului de teorie au fost prezentate elementele specifice tehnicii de inot corespunzatoare unui procedeu (inclusiv prezentari video), urmate de discutii de clarificare.

In cadrul modulului de practica, au fost exersate elementele tehnice prezentate in cadrul modulului de teorie, accentul fiind pus pe elementele de modernitate aparute in practicarea acestui sport.



au

in

Pe fundalul stagiului comun, tot ca o premiera, a avut loc si o reuniune a reprezentantilor de cluburi de inot masters din Romania si Ungaria.

Aceasta activitate s-a desfasurat in 25 aprilie (intre antrenamentul de simbata, dimineata, si cel de seara). Este vorba despre un schimb de experienta intre cluburile din Romania si Ungaria ce si-a propus identificarea raspunsurilor la citeva intrebari relevante pentru functionarea unui club de inot masters:

- care este relatia dintre cluburile de inot masters si asociatia nationala de inot masters? Dar cu federatia de inot de performanta? Dar cu autoritatile publice?
- care sunt activitatile pe care le deruleaza un club de inot masters?
- cum atragem noi membri in club? Cum ii pastram pe cei vechi?

La discutii au participat cite doi reprezentanti de club.

Aceste actiuni au loc in cadrul proiectului „Inotul pentru adulti – sport si sanatate”. Scopul general al proiectului este dezvoltarea inotului masters in regiunea frontierei romano-maghiare prin constituirea de cluburi de inot masters, formarea liderilor de cluburi in management asociativ si organizarea de activitati de inot pentru adulti.

Proiectul este initiat de catre Asociatia de Inot MASTERS Romania (IMRO) si este derulat in parteneriat cu Asociatia de Inot Masters din Ungaria, Directia pentru Sport a Judetului Timis, Facultatea de Educatie Fizica si Sport din cadrul Universitatii de Vest din Timisoara si [Agentia pentru Informarea si Dezvoltarea Organizatiilor Neguvernamentale](#) (AID-ONG).

Proiectul este finantat de catre Uniunea Europeana si Guvernul Romaniei, prin Programul Romania-Ungaria, Phare CBC 2006.

Informatii despre practicarea inotului masters in Romania si in lume sunt disponibile pe Internet, la www.inot-masters.ro.

Asociatia de Inot MASTERS

Internet: www.inot-masters.ro, e-mail: contact@inot-masters.ro, fax: 0356 816 506, mobil: 0722 218 204,
Registrul Asociatiilor si Fundatiilor: certificat nr. 63/2007, cod fiscal 21893587/2007,
Cont bancar: RO 80 BRDE 360 SV 54 52 86 33 600 BRD Continental Timisoara

Din Romania, au participat cluburi de inot masters din Arad, Resita si Timisoara.

Echipa Clubului de Inot MASTERS Timisoara a fost formata din 9 sportivi (3 femei si 8 barbati) cu varstele cuprinse intre 36 si 61 de ani: Monica Irimie (60+), Alexandru Kuhn (55+), Mihai Lisetchi (45+), Cristina Madau (35+), Marcel Rasadean (35+), Adrian Subulescu (35+), Gabriel Szabo (40+), Ildiko Talinga (45+) si Vasile Vaipan (35+).

In total, Clubul de Inot MASTERS Timisoara a obtinut 21 locuri fruntase la probe individuale (6 la femei si 15 la barbati), dupa cum urmeaza:



- 8 locuri intai:
Cristina Madau – 2,
Mihai Lisetchi - 3,
Marcel Rasadean - 1,
Gabriel Szabo - 2.
- 8 locuri doi:
Mihai Lisetchi - 1,
Cristina Madau – 1,
Marcel Rasadean - 4,
Ildiko Talinga – 2.
- 5 locuri trei:
Alexandru Kuhn - 2,
Mihai Lisetchi - 1,
Cristina Madau – 1,
Vasile Vaipan – 1.

La probele pe echipe, Clubul de Inot MASTERS Timisoara a obtinut doua locuri fruntase: 1 loc intai la proba de 4 x 50 m liber si 1 loc doi la proba de 4 x 50 m mixt cu stafeta de barbati (160+) formata din Kuhn, Lisetchi, Rasadean, Szabo.

Clubul de Inot MASTERS Timisoara reuneste persoane care au implinit virsta de 18 ani si care au ca pasiune inotul, printre ei numarindu-se fosti sportivi cu performante notabile, actuali profesori si antrenori de inot, precum si persoane care nu au practicat niciodata inotul de performanta. Initiativa promoveaza practicarea activitatii sportive de catre adulti, in general, vizind, in acelasi timp, atit pastrarea starii de sanatate, cit si imbunatatirea capacitatii sportive a practicantilor. Dealtfel, constituirea acestui club de inot masters a reprezentat o premiera nationala, miscarea de inot masters fiind demarata in Romania de catre clubul din Timisoara cu speranta ca si in alte localitati se vor constitui asemenea cluburi. In prezent, cluburi de inot masters mai functioneaza in Resita si Cluj. Cei interesati, pot obtine detalii de la Judit, e-mail: inscrieri@timisoara.inot-masters.ro, fax: 0356 816 474 sau pe Internet, la adresa: www.timisoara.inot-masters.ro.

Aceasta actiune a avut loc in cadrul proiectului „Inotul pentru adulti – sport si sanatate”. Scopul general al proiectului este dezvoltarea inotului masters in regiunea frontierei romano-maghiare prin constituirea de cluburi de inot masters, formarea liderilor de cluburi in management asociativ si organizarea de activitati de inot pentru adulti. Proiectul este initiat de catre Asociatia de Inot MASTERS Romania (IMRO) si este derulat in parteneriat cu Asociatia de Inot Masters din Ungaria, Directia pentru Sport a Judetului Timis, Facultatea de Educatie Fizica si Sport din cadrul Universitatii de Vest din Timisoara si Agentia pentru Informarea si Dezvoltarea Organizatiilor Neguvernamentale (AID-ONG).

Asociatia de Inot MASTERS

Internet: www.inot-masters.ro, e-mail: contact@inot-masters.ro, fax: 0356 816 506, mobil: 0722 218 204,
Registrul Asociatiilor si Fundatiilor: certificat nr. 63/2007, cod fiscal 21893587/2007,
Cont bancar: RO 80 BRDE 360 SV 54 52 86 33 600 BRD Continental Timisoara

Proiectul este finanțat de către Uniunea Europeană și Guvernul României, prin Programul România-Ungaria, Phare CBC 2006. Informații suplimentare la: contact@inot-masters.ro.

PROIECTE

Consiliul Județean Timiș este interesat de promovarea practicării inotului de către adulți. În acest sens, trei proiecte ale Clubului de Inot MASTERS Timișoara vor beneficia de finanțare parțială din partea Consiliului Județean Timiș. Este vorba despre:

- Expoziție foto itinerantă „Oamenii apei” – prin intermediul expoziției se face o prezentare în imagini a activităților de inot practicate de către adulți.
- „Dimensiunea europeană a unei inițiative locale – înotul pentru adulți” – prin participarea clubului la Campionatul European de Natație Masters, cel mai important eveniment de inot masters din Europa, se urmărește dezvoltarea cooperării internaționale în domeniul practicării inotului de către adulți (inotul masters).
- Cupa D.K.M.T. Inot Masters – competiție la care pot participa cluburi de inot masters din euroregiunea D.K.M.T. (zona de vecinătate dintre România, Serbia și Ungaria) și care va fi organizată în colaborare cu Direcția de Sport a Județului Timiș.

Aceste proiecte au fost aprobate spre finanțare prin Hotărârea C. J. Timiș Nr.36/28.04.09 și incluse în „Agenda principalelor manifestări culturale – artistice și sportive 2009” (*detalii sub „Agenda Culturală 2009” la <http://www.cjtimis.ro/>*). Toate acțiunile se derulează în colaborare cu Consiliul Județean Timiș.

EVENIMENTE VIITOARE

Prima conferință internațională dedicată inotului masters

În perioada 4-6 septembrie 2009, în Oradea, va avea loc prima conferință internațională dedicată inotului masters. Evenimentul vizează definirea unei perspective pluridisciplinare cu privire la mișcarea de inot masters ca fenomen social. Se dorește evidențierea problematicei specifice practicării inotului de către adulți și realizarea unui schimb de experiență privind gestionarea mișcării de inot masters, respectiv, adoptarea unei declarații comune privitoare la modul în care se reflectă practicarea sportului de către adulți în politici publice.

Formatul evenimentului, structurat în mai multe sesiuni, acomodează atât plenuri în care au loc prezentări în panel, cât și ateliere pentru discuții după fiecare plen.

Fiecare sesiune este dedicată unei teme:

- Practicarea sportului de către adulți ca subiect de politici publice.
- Inotul masters (prezentare generală). Motivații și beneficii în practicarea inotului masters.
- Mișcarea de inot masters: organizațiile care o administrează și problematica cu care se confruntă ele.

Prezentările și discuțiile aferente se vor face în maghiară, română și engleză, asigurându-se traducere simultană în plenuri, respectiv, traducere consecutivă în ateliere.

Sunt așteptați să participe reprezentanți de cluburi de inot masters, respectiv, de asociații și federații de profil, reprezentanți ai mediului academic din cadrul facultăților de sport, sociologie, psihologie, medicină, științe economice, științe politice, etc., reprezentanți de instituții publice: ministerul sportului și structurile sale la nivel local (în România: direcții județene pentru sport), ministerul sănătății și structurile sale la nivel local (în România: direcții județene de sănătate).

Asociația de Inot MASTERS

Internet: www.inot-masters.ro, e-mail: contact@inot-masters.ro, fax: 0356 816 506, mobil: 0722 218 204,
Registrul Asociațiilor și Fundațiilor: certificat nr. 63/2007, cod fiscal 21893587/2007,
Cont bancar: RO 80 BRDE 360 SV 54 52 86 33 600 BRD Continental Timișoara

publica), casa de asigurari de sanatate si structurile sale la nivel local, administratie publica locala (consilii judetene sau locale, primarii), reprezentanti ai presei sportive.

Aceasta actiune are loc in cadrul proiectului „Inotul pentru adulti – sport si sanatate”. Scopul general al proiectului este dezvoltarea inotului masters in regiunea frontierei romano-maghiare prin constituirea de cluburi de inot masters, formarea liderilor de cluburi in management asociativ si organizarea de activitati de inot pentru adulti.

Proiectul este initiat de catre Asociatia de Inot MASTERS Romania (IMRO) si este derulat in parteneriat cu Asociatia de Inot Masters din Ungaria, Directia pentru Sport a Judetului Timis, Facultatea de Educatie Fizica si Sport din cadrul Universitatii de Vest din Timisoara si Agentia pentru Informarea si Dezvoltarea Organizatiilor Neguvernamentale (AID-ONG).

Proiectul este finantat de catre Uniunea Europeana si Guvernul Romaniei, prin Programul Romania-Ungaria, Phare CBC 2006. Pentru informatii suplimentare, persoana de contact este Mihai Lisetchi, manager de proiect, contact@inot-masters.ro.

Campionatele Europene de Natatie Masters

In perioada 14-20 septembrie 2009, in Cadiz (Spania), se desfasoara Campionatele Europene de Natatie Masters, cea mai importanta competitie a anului pentru inotatorii masters. Evenimentul este organizat sub egida Ligii Europene de Natatie (LEN) o data la doi ani si include probe din mai multe discipline sportive acvatice: inot, inot sincron, inot in ape deschise, sarituri in apa.

Spre deosebire de alte concursuri internationale de natatie, reprezentarea la campionatele europene de masters se face nu la nivel de tari, ci la nivel de cluburi.

Deasemenea, ierarhia finala a sportivilor participanti in cadrul competitiei se stabileste pe baza rezultatelor obtinute in serii, fara a mai avea loc finale. Informatii suplimentare se gasesc la http://www.cadizmaster2009.es/eng_index.html.

Editia din 2007, desfasurata in Slovenia, a constituit cel mai mare eveniment de natatie desfasurat la nivel european, la competitie participand peste 3,848 de inotatori afiliati la 974 cluburi din 32 de tari. Au fost stabilite 45 de noi recorduri europene de inot masters, dintre care 10 sunt, deasemenea, recorduri mondiale. Virsta participantilor inscrisi in concurs la acea editie, intre 25 si 91 de ani, este un indicator relevant al gradului de implicare sportiva al participantilor. Cel mai virstinic participant a fost Nils Ferm din Suedia.

Participarea Clubului de Inot MASTERS Timisoara la Campionatele Europene de Natatie Masters din 2007 a reprezentat o premiera atat la nivel national, cit si international, fiind inregistrata, cu aceasta ocazie, prima participare din Romania a unui club de inot masters la campionatele europene. Detalii despre cronologia miscarii masters in Romania se gasesc la <http://www.inot-masters.ro/index.php?page=cronologie>.

La editia din 2009, din Romania vor participa sportivi din cadrul cluburilor de inot masters din Arad, Resita si Timisoara. Cea mai numeroasa echipa, formata din 12 sportivi: este cea a Clubului de Inot MASTERS Timisoara. Detalii se gasesc la <http://www.timisoara.inot-masters.ro/#>.

Din pacate, ca urmare a problemelor legate de obtinerea de la Federatia Romana de Natatie si Pentation Modern (FRNPM) a avizului de participare la aceasta editie a campionatelor europene,

Asociatia de Inot MASTERS

Internet: www.inot-masters.ro, e-mail: contact@inot-masters.ro, fax: 0356 816 506, mobil: 0722 218 204,
Registrul Asociatiilor si Fundatiilor: certificat nr. 63/2007, cod fiscal 21893587/2007,
Cont bancar: RO 80 BRDE 360 SV 54 52 86 33 600 BRD Continental Timisoara

cea mai mare parte a sportivilor romani vor fi nevoiti sa concureze ca reprezentanti ai unor cluburi maghiare.

PORTRET DE MASTERS

Cristina Madau



Localitate de domiciliu: Oradea.

Anul nasterii: 1973.

Clubul la care activeaza: Clubul de Inot MASTERS Timisoara.

Ocupatie profesionala: Profesor antrenor de inot

De cind inoata: de la varsta de 5 ani, datorita mamei care a dus-o la inot

De ce practica inotul in prezent: deoarece se simte bine in apa si iubeste acest sport

Procedee de inot preferate: spate si liber.

Probe preferate: probele scurte de viteza, 50m

Obiective de viitor: sa poata inota cat mai multi ani, cat o vor tine puterile

Interviu:

- *Tu traiesti in Oradea. Ce te-a adus in rindurile membrilor Clubului de Inot MASTERS Timisoara?*

In Oradea nu avem un astfel de club si la data cand m-am inscris in club nu exista altul.

- *De ce participi la Campionatele Europene de Natatie Masters din 2009?*

Cred ca si pentru ca m-am lasat destul de repede de inotul de performanta si este un vis din copilarie de a participa la un concurs de o asemenea anvergura.

- *Care sunt obiectivele tale legate de acest concurs?*

O clasare cat mai buna, poate in primele 10 din Europa la categoria mea de varsta.

INFORMATII PRIVIND INOTUL MASTERS

La adresa <http://www.inot-masters.ro> se gasesc informatii cu privire la inotul masters:

- prezentarea miscarii masters, procedee de inot,
- organizatii nationale si internationale cu competente privind inotul masters,
- cronologie a dezvoltarii inotului masters in Romania,
- link-uri utile catre resurse Internet,
- arhiva buletinelor informative InfoMASTERS,



CALENDAR COMPETITIONAL

Detalii privind competitii de inot masters, inscrise pe calendarul Ligii Europene de Natatie (LEN), precum si calendarele cu competitii ce urmeaza sa se desfasoare in 2009 in diferite tari, sunt disponibile la: <http://www.competitii.inot-masters.ro/>

FINANCIAR

Asociatia de Inot MASTERS

Internet: www.inot-masters.ro, e-mail: contact@inot-masters.ro, fax: 0356 816 506, mobil: 0722 218 204,
Registrul Asociatiilor si Fundatiilor: certificat nr. 63/2007, cod fiscal 21893587/2007,
Cont bancar: RO 80 BRDE 360 SV 54 52 86 33 600 BRD Continental Timisoara

Valoarea cotizatiei lunare pentru membrii IMRO este de 5 RON/luna si ea acopera cheltuielile administrative legate de functionarea asociatiei (consumabile, domenii Internet, etc).

In cazul in care cotizatia se plateste pentru perioade mai mari (6 luni sau un an), se aplica reduceri. Astfel, valoarea cotizatiei este prezentata in tabelul de mai jos:

perioada	luna	trimestru	semestru	an
reducere	-	-	aprox. 10%	aprox. 20%
valoare	5 RON	15 RON	27,5 RON	50 RON

Obs.:

- Plata cotizatiei este obligatorie pentru orice membru, indiferent daca acesta se antreneaza individual sau impreuna cu o echipa.
- Valorile de mai sus nu includ accesul la vreun bazin!

Plata se poate face in numerar sau prin cont bancar:

Asociatia de Inot MASTERS, cont: RO 80 BRDE 360 SV 54 52 86 33 600 BRD Continental, Timisoara, cod fiscal 21893587/2007. Denumirea platii: cotizatie IMRO.

In cazul efectuarii platii prin banca, va rugam sa trimiteti un mesaj e-mail cu detaliile platii la adresa contact@inot-masters.ro.

LINKURI UTILE

Organizatii dedicate inotului masters:

- Federatia Internationala de Natatie (FINA): http://www.fina.org/project/index.php?option=com_content&task=blogcategory&id=20&Itemid=330
- Liga Europeana de Natatie (LEN): <http://www.lenweb.org/main.php?rif=MASTERS>
- Agentia Nationala pentru Sport: <http://www.gov-sport.ro/whatsnew.asp>
- Federatia Romana de Natatie si Pentatlon Modern (FRNPM): <http://www.swimming.ro/>
- United States Masters Swimming <http://www.usms.org/>
- despre natatie in Romania: www.swim.ro
- despre natatie in Ungaria: <http://www.magyar.sport.hu/uszas/>
- despre natatie in Bulgaria: www.bulswim.info
- despre natatie in Serbia: www.swimstar2000.net
- lista cu situri Internet: <http://www.swim-city.com/top25/list.php3>

Instituții ale Uniunii Europene:

- Comisia Europeana: <http://ec.europa.eu>
- Consiliul Uniunii Europene: <http://www.consilium.europa.eu>
- Parlamentul European: <http://www.europarl.europa.eu>
- Reprezentanta Comisiei Europene in Romania: http://ec.europa.eu/romania/index_ro.htm
- Misiunea Permanenta a Romaniei pe langa Uniunea Europeana: <http://ue.mae.ro>
- Centrul Roman de Informare de la Bruxelles: <http://www.roinfocentre.be>
- Uniunea Europeana in lume: <http://ec.europa.eu/world/>

Asociatia de Inot MASTERS

Internet: www.inot-masters.ro, e-mail: contact@inot-masters.ro, fax: 0356 816 506, mobil: 0722 218 204,
 Registrul Asociatiilor si Fundatiilor: certificat nr. 63/2007, cod fiscal 21893587/2007,
 Cont bancar: RO 80 BRDE 360 SV 54 52 86 33 600 BRD Continental Timisoara