

## APNEAMAN SLOVAKIA Košice oz

Športový klub APNEAMAN SLOVAKIA Košice oz bol založený 3-mi zakladajúcimi členmi Richardom Loukotom, Jánom Haščákom a Janou Lafkovou, za podpory dlhoročného slovenského reprezentanta vo freedivingu Martina Zajaca a jeho spoločnosti APNEAMAN. Za názov športového klubu sme si zvolili APNEAMAN SLOVAKIA Košice, nakoľko by sme radi rozširovali vedomosti a spôsob výuky a trénerských postupov Martina Zajaca a školy Apnea Academy, ktorej je Martin Zajac inštruktorom. Úspechy tejto školy sú celosvetovo známe a to potvrdzuje aj fakt, že Martin Zajac bol ocenený ako najlepší tréner na svete AIDA International 2011 vo freedivingu.

Naším cieľom je rozšíriť vedomosti a skúsenosti s freedivingom širšej verejnosti v Košiciach a okolí. Radi by sme ukázali širšej verejnosti, že freediving nie je iba šport, ktorému sa venuje zopár nadšencov, ale aj iný životný štýl. S freedivingom sa spája zdravá životospráva, správny a zdravý spôsob dýchania v športe i v bežnom živote tak potrebné. Zlepšenie kondície i sily svalov celého tela, strečing, rôzne druhy relaxácie, meditácie i autogénny tréning. To všetko i mnoho iného sa spája v tomto športe, ktorému sa môžu venovať ľudia od mladosti až do dôchodkového veku.

V súčasnosti o členstvo v našom novozaloženom športovom klube prejavilo záujem ďalších 15 ľudí, ktorí sa aktívne zúčastňujú na našich tréningoch v Košiciach. Najmladší čakatel na členstvo má 14 rokov a najstarší 47. Veríme, že sa v najbližšom čase sa stanú riadnymi členmi a rozšíria našu členskú základňu. Už pred založením športového klubu naši členovia i čakatelia absolvovali kurzy a tréningové akcie na Slovensku i v zahraničí pod vedením Martina Zajaca, Ivana Dušenka i Juraja Karpiša.

Naše posledné kurzy v roku 2018 a 2019 V septembri 2018 Intro Pool Special a Basic, kde sa podarilo novým 6-tim záujemcom absolvovať basic level.

V novembri 2018 v Egypte, si naši dvaja freediveri zvýšili kvalifikáciu na Level III, (čo je v rámci školy Apnea Academy najvyššia freediverská kvalifikácia) s ambíciou ďalej pokračovať vo vzdelávaní na inštruktorov.

Práve v tomto momente absolvujú naši dvaja čakatelia v Prahe svoj basic kurz.

V máji 2019 vyšleme svojich 6-tich frediverov už ako členov klubu APNEAMAN Slovakia Košice do Egypta na kurzy level II a III v dvojtýždňovom tréningovom camp-e.

Ako sme už uviedli, našim cieľom je propagácia tohto športu a životného štýlu ale zároveň aj podpora našich členov, ktorí by radi zlepšili svoje športové výkony a mohli nás reprezentovať na našich i zahraničných súťažiach. Najbližšia súťaž, ktorej by sme sa ako športový klub chceli a mali zúčastniť je začiatkom mája v Egypte, kde zatiaľ prisľúbili účasť freediveri z Čiech, Ruska a Talianska.

Koncom mája sú naši členovia prihlásení na otvorené Majstrovstvá Českej republiky v Českých Budejoviciach.

Nakoľko by sme radi spropagovali tento šport aj širšej verejnosti a v rámci našich výkonnostných možností reprezentovali nielen náš športový klub, ale aj

Slovensko na freedivingových akciách a súťažiach, radi by sme sa stali oficiálnymi členmi Slovenského zväzu potápačov. Veríme, že vzájomná spolupráca a vedomosti, ktoré môžeme zdieľať nám i SZP pomôžu v podpore a rozvoji nádychového i prístrojového potápania na Slovensku.

Myslíme si, že investovať svoj čas, úsilie, vedomosti i finančné prostriedky do športu, je v dnešnej uponáhľanej a konzumnej dobe, to najlepšie, čo môžeme pre naše zdravie a kvalitu nášho života urobiť.

Ing. Richard Loukota  
predseda oz