

Vizes sportágválasztó



Kaposvár, Virágfürdő
2024. július 25.



Vízisportág-ismertető



Kajak-kenu: A kajakozás és kenuzás népszerű vízi sportok, amelyek során a sportolók speciálisan kialakított hajókat használnak, evezőlapátok segítségével haladva előre. Nemcsak a fizikai erőnlétet és állóképességet fejlesztik, hanem erősíti a monotóniatűrést, és gyönyörű természeti környezetben végzett edzéseivel hozzájárul a mentális kikapcsolódáshoz is.

Egyesület: Kaposvári Vízügyi Sport Club.

Uszonyosúszás: Az uszonyosúszás izgalmas, kihívást jelentő sport, amely javítja a fiatalok fizikai és mentális egészségét, növeli a vízbiztonságot, és elősegíti a környezettudatos magatartást. Rendszeres gyakorlása erősíti a közösséghez való tartozás érzését.

Egyesületek: Kaposvári 1.MCM-Diamant Adorján SE., Kaposvári Úszó Sportegyesület.

Úszás: Városunkban több úszó egyesület is elérhető, ahol a csoportos oktatástól a versenyzésig van lehetőség. Az úszás fiatal korban történő elsajátítása fontos a vízbiztonság, az izomzat és a koordináció fejlesztése, valamint a szív- és érrendszer erősítése miatt. Továbbá, növeli a koncentrációs képességet és közösségi élményt nyújt.

Egyesületek: Kaposvári Sportiskola, Kaposvári 1.MCM-Diamant Adorján SE., Kaposvári Úszó Sportegyesület.

Szinkronúszás: A szinkronúszás zenekíséretre csoportosan bemutatott vízi gyakorlatokból álló sportág, másik elnevezése műúszás. Kifejezetten ajánlott minden lánygyermek számára, mivel fejleszti az állóképességet, mozgáskoordinációt, hajlékonyságot, koncentrációs képességet, dinamizmust és művészi érzéket.

Egyesület: Kapos Dynamic Sport és Szabadidő Egyesület.

Vízilabda: A vízilabdázás komplex mozgásformák által fejleszti a fizikai és mentális képességeket, növeli a vízbiztonságot, erősíti a csapatban gondolkodást és segít az együttműködési készségek fejlesztésében. Emellett elősegíti a fegyelem és kitartás kialakítását, ami kulcsfontosságú az élet minden területén.

Egyesület: Kaposvári Vízilabda Klub.

Csoportos gyógyúszás: A 18 év alatti gyermekek számára térítésmentes, társadalombiztosítás által támogatott foglalkozás. Heti két nap szakember vezetésével segít az egészség megőrzésében és a betegségek gyógyításában, valamint az úszás személyiségformáló hatásaiban.

További információért érdeklődjenek a Virágfürdőben.