

Доклад за общественополезната дейност на Сдружение с нестопанска цел в обществена полза „Сдружение Спортен клуб Ориндж фитнес София Спорт за всички“ за 2023 година

Общ обзор на дейността и общественно-полезните цели, поставени от Сдружението и начините за постигането им през 2023 г.

Съвременният урбанизиран начин на живот внася дълбоки изменения в бита на хората, свързани с все по - нарастващото физическо обездвижване. Това предизвиква промени в човешкия организъм, които благоприятстват развитието на редица заболявания, особено ако то се съчетае , както става често, с вредни навици и нервно - психично напрежение. Страната ни е на едно от челните места в света по затлъстяване, диабет, сърдечно-съдови заболявания и др. Това до голяма степен е резултат от нездравословен начин на живот и дефицит на двигателна активност.

В същото време в световен мащаб се отделя много голямо внимание на процеса на профилактиране на заболяванията като част от общественото здравеопазване. Ето защо от огромно обществено значение е да се привличат колкото се може повече хора към редовни занимания със спорт и да се популяризира двигателната активност като грижа за здравето и повишаване качеството на живот.

Целта на сдружение „Сдружение Спортен клуб Ориндж фитнес София Спорт за всички ” е да се осигури възможност двигателната активност да заеме определено място в ежедневието на гражданите, като средство подобряващо социалните, емоционални, интелектуални възможности на личността, осъществяващо превантивна грижа за здравето както и постигането на устойчиво здраве и дълголетие.

Сдружението е изградило след създаването си и разполага с условия за спорт и грижа за здравето на хора от всички възрастови групи – негови членове – като оперира и предоставя на членовете си клубна спортна база – Спортен клуб „Ориндж фитнес“, организиран и оборудван при съобразяване и преследване на най-високите стандарти в областта на спортните клубове за масов спорт. Най-младите членове на клуба са 3-годишни, а най-възрастните – на над 70. Наличието на разнообразни варианти за физическа активност позволява на всеки да намери подходяща форма за спорт и грижа за здравето. По този начин Сдружението работи за формирането на една по-висока спортна култура и на удовлетворяване на потребността от редовна двигателна активност в цялото общество.

Важен акцент в работата на Сдружението е приобщаването на най-малките към активния начин на живот. Тренировките, които децата могат да посещават в клуба, имат за цел да поставят основите на правилното им физическо развитие и да

профилактират гръбначните изкривявания и наднорменото тегло – два често срещани проблема в детска възраст.

За следването на тази тенденция и в изпълнениена целите си Сдружение „Сдружение Спортен клуб Ориндж фитнес София Спорт за всички“ създаде Спортен Клуб **Orange Fitness** – клубна база за осъществяване на спортни и двигателни активности за членовете на Сдружението и предоставянето на спортно-оздравителни услуги в изпълнение и с цел упражняване на основните им права съгласно Устава и ЗЮЛНЦ, който доставя уникална услуга - комбинация от иновативни фитнес програми, най - съвременно силово и кардио оборудване, басейн и релакс зона и високо квалифициран екип. Това, с което считаме, че сме уникални, е именно нашият екип – които използват най - нови фитнес методики и техники, като трениорите в **Orange Fitness** мотивират клубните членове да постигат набелязаните цели с индивидуален подход към всеки.

Нашите членове са в основата на всичко, което правим, като тяхното здраве и добро настроение са наш приоритет. Непрекъснато се стремим да подобряваме услугите и дейностите, които предлагаме, за да гарантираме, че те ще получават подкрепата, от която се нуждаят, за да постигнат своите цели, а с това -. И целите на Сдружението.

МИСИЯ

В Сдружение **Orange Fitness** правим всичко, за да станат клубните ни членове здрави, хармонични, успешни и жизнерадостни. Нашият стремеж е фитнесът и изобщо двигателната активност да навлязат като култура и да станат част от ежедневието на всеки уважаващ себе си българин. Така полагаме основите на едно по - добро бъдеще за всички, по-здраво и хармонично развито общество, със силен акцент върху масовия спорт, профилактиката на различни заболявания – бичове на съвременното и общо подобряване на здравния статус и работоспособността на членовете ни, откоето има ползи за цялото общество.

ЦЕЛ

Нашата цел е да предложим на нашите членове всичко необходимо за активна почивка, възстановяване и спорт, използвайки най - съвременни технологии и програми в областта на фитнеса; да осигурим високо ниво на преживяване за членовете си и да създадем истинска спортна атмосфера, и да осигурим спортно-материална база на високо ниво, **като с това постигаме основните цели на Сдружението:**

1. Привличане към участие в спорта на любители и симпатизанти от всички възрасти, включително граждани с увреждания и такива с неравностойно социално положение с оглед тяхната рехабилитация и социална интеграция;
2. Обединяване усилията на членовете на Сдружението, спортистите, спортните дейатели и любители за развитие на физическата култура и спорта, утвърждаването на здравословния начин на живот сред младежта и населението като цяло;

3. Създаване на условия, организиране на спортни занимания и провеждане на състезания за любители и симпатизанти от всички възрасти, включително и граждани с увреждания и такива с неравностойно социално положение с оглед тяхната рехабилитация и социална интеграция;
4. Подпомагане на спортно-тренировъчната дейност на членовете на Сдружението, както и оказване на методическа, научна и друга помощ при осъществяване на дейността им;
5. Организиране и провеждане на спортни прояви и състезания в областта на ученическият спорт, спорта за хора с увреждания и хора в неравностойно социално положение за постигане на социален ефект от дейността на Сдружението в гражданското общество;
6. Партниране с публичните власти, създаване, управление и развиване на материални, финансови и организационни условия за осъществяване на спортната дейност на членовете;

В своята работа, насочена към привличане към спортни занимания на членове от всички възрасти и социални групи, Сдружение **Orange Fitness** се ръководи от следните **ПРИНЦИПИ**:

1. Качество - Orange Fitness се стреми да бъде най - добрият спортен клуб по отношение на качеството на предлаганите услуги и нивото на предлаганата спортно-техническа база за членовете си.

2. Професионализъм и развитие - Екипът на **Orange Fitness** се състои от професионалисти, истински отдадени на каузата за здравословен начин на живот. Постоянно се развиваме и усъвършенстваме, усвояваме нови методики и програми, а също така и подкрепяме всеки наш колега, който се стреми да разгърне възможностите и уменията си, за да предложим най-доброто на своите членове и да ги напътстваме и подпомагаме в тяхната спортна и оздравителна дейност.

3. Достъпност - Вратите на нашия Клуб ще са отворени за всички привърженици на здравословния начин на живот и спорта, станали членове на Сдружението. Ние се отнасяме с внимание и уважение към всеки - независимо от неговата националност, възраст и социален статус.

4. Новаторство – Ние се стремим да поставим основите на една по - висока спортна култура на нашето общество; да заложим стандарти за работа в областта на фитнеса; да бъдем в авангарда на фитнес заниманията и масовия спорт в България.

5. Стабилност - В **Orange Fitness** правим всичко, за да останат нашите членове с нас възможно най-дълго, за да може ефектът от спорта и здравословния начин на живот да имат по-дълго и устойчиво отражение върху неговия здравен статус и успешна социална реализация. Всеки член за нас е ценен като човек и към всеки намираме индивидуален подход, за да му помогнем максимално.

Всичко това би било осъществимо единствено при тясно сътрудничество и обмяна на ценен опит с други спортни клубове и сдружения със сходни цели и задачи, както на национално така и на международно ниво, а също така и с Българска

Федерация „Спорт за всички“, на която Сдружение „Спортен клуб Ориндж фитнес София – Спорт за всички“ стана наскоро член и за което активно работи през изминалата 2023 г.

Финансови измерения на дейността – основни финансови параметри на приходите и разходите на Сдружението за обществено-полезни дейности през 2023 г.:

За постигане на набелязаните цели през 2023 г. Сдружението е изразходвало **3334 хил.лв** за развиване на физическата, спортна и двигателна култура в членовете на клуба.

В 2019 г. са използвани натрупаните към този момента част от средствата в резервите на Сдружението за придобиване на дялове в „Спорт инвест София“ ООД - 3 495 хил. лв. в инвестиране за развитие на материално-техническата база на Сдружението /ползвана досега под наем/, като са закупени дялове от „Спорт инвест София“ ООД, основен наемодател на Сдружението, като по този начин след завършване на процеса по придобиване, ще бъде елиминиран разхода за наем и ще бъдат освободени средства за по нататъшно развитие на Сдружението в полза на своите членове. Към момента Сдружението притежава основен дял от собствеността на „Спорт инвест София“ ООД.

Сдружението се финансира основно от членски внос, от който през 2023 г. са набрани средства в размер на 1 978 хил.лв, от предоставени спортни услуги на членовете си чрез заплащане на допълнителен членски внос за използване на клубната база – 1 090 хил.лв. и от стопанска дейност с общи приходи от тази стопанска дейност – 289 хил. лв.

Както личи, основните средства за осъществяване на обществено-полезната дейност на Сдружението, са от регламентирана дейност – членски внос, имуществени вноски и допълнителен членски внос от членовете на Сдружението, събирани по ред определен с решения на Общото събрание и Управителния съвет.

Основните разходи на Сдружението за неговата дейност по обезпечаване на целите му, развитието на материалната база, осигуряване на условията за спорт и физическа култура на членовете му за 2023 г. са за:

- Треньорска обезпеченост – 396 хил.лв.;
- Наем на спортна база и оборудване – 1 169 хил.лв.;
- Ел.енергия – 92 хил.лв.

Сдружението е направило дарение в размер на 2 хил.лв за подпомагане лечението на тежко болно дете.

Резултатът за годината от осъществената регламентирана /обществено-полезна/ дейност е отрицателен в размер на 150 хил.лв. Резултатът от стопанската дейност е положителен в размер на 153 хил. лв.

Сдружението е заложило планове за своето развитие в спортно-организационно отношение и няма планове за прекратяване на съществуването си.

Сдружението има за цел изготвянето на план за разделно събиране на отпадъците на територията на спортния клуб.

Сдружението няма планове и цели в сферата на научноизследователската и развойната дейност.

Сдружението няма клонове или подобни структури на територията на страната.

Сдружението не е изправено към момента, а и в близкото бъдеще пред финансов, кредитен и ликвиден риск и това не налага към настоящия момент, на набеязване на мерки за хеджиране на тези видове риск.

Основни публични мероприятия, свързани с общественно-полезната дейност на Сдружението през 2023 г.

През 2023 г. Сдружението продължи своята дейност по организация и провеждане на редица от спортни и обществени мероприятия в изпълнение на заложените си цели и преследвайки мисиите си:

- ✦ **28.01.2023 – MASTER CLASS FUNCTIONAL CHOREOGRAPHY**– спортно събитие за възрастни (мъже и жени). Чрез свързани в комбинации функционални упражнения заниманието укрепва цялото тяло и го прави по-подготвено за движенията и дейностите в ежедневието.
- ✦ **25.02.2023 – MASTER CLASS TABATA** - спортно събитие за възрастни (мъже и жени). Чрез специален протокол, предполагащ редуване на кратка високо интензивна работа и почивка, заниманието допринася за повишаване на издръжливостта и подобряване на физическата форма на двата пола.
- ✦ **25.03.2023 - MASTER CLASS PILATES** - спортно събитие за възрастни (мъже и жени). Упражненията, базирани на метода Pilates, укрепват цялото тяло, включително и дълбоките мускули слоеве, подсилват кора(ядрото) на тялото, възстановяват мускулния баланс и допринасят за възстановяването на правилната стойка и на здравето на целия организъм.
- ✦ **08.04.2023 - MASTER CLASS AQUA AEROBICS** - спортно събитие за възрастни (мъже и жени) във водна среда. Заниманието развива координацията и осигурява на организма аеробно-анаеробно натоварване, което помага за по-доброто „хранене” на

мускулите и тонизира цялото тяло. Работата във водна среда засилва метаболизма и подобрява кръвообращението, както и работата на всички жизнено важни органи.

- ✦ **27.04.2023 – СЪСТЕЗАНИЕ ПО ПЛУВАНЕ за деца** - членове на клуба на възраст от 4 до 13г. се състезават в няколко плувни стила; състезанието дава възможност на родителите да проследят напредъка на децата в резултат на заниманията в клуба; създава се допълнителна мотивация за подрастващите да посещават тренировките по плуване;
- ✦ **14.05.2023 - СЪСТЕЗАНИЕ ПО ПЛУВАНЕ за възрастни (мъже и жени)** – турнир със състезателен характер, който допринася за повишаване на мотивацията за редовни тренировки. Обхваща 4 плувни стила – свободен стил, бруст, делфин и съчетано плуване.
- ✦ **17.05.2023 – СВЕТОВЕН ДЕН НА ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВОТО.** Като член на Българска федерация спорт за всички, Сдружението се включи в организиране и провеждане на национална проява в изпълнение на национална проява за активност и развитие на българското население БУЛФАР 2021 – 2024 на БФСВ. Бяха проведени групови занимания за възрастни (мъже и жени) със средна и ниска интензивност, насочени към подобряване на физическите възможности и здравословния статус.
- ✦ **18.05.2023 – ТУРНИР ПО ТЕНИС НА МАСА** – спортно събитие за възрастни със състезателен характер, допринасящо за повишаване на мотивацията за редовни тренировки.
- ✦ **03.06.23 MASTER CLASS STEEL COMBAT** – динамично и интензивно занимание за възрастни (мъже и жени), което помага да се подобри физическата форма и да се редуцира стреса.
- ✦ **05.06.23 - 30.06.23 - ЛЕТЕН ДЕТСКИ СПОРТЕН ЛАГЕР** – целодневна програма за деца от 7 до 12 години, включваща тренировки за развиване на двигателните качества и профилактиране на гръбначните изкривявания на открито, в зала и басейн. Чрез нея на децата се осигури така важната за тях двигателна активност през ваканционните дни под формата на полезни и забавни занимания.
- ✦ **09.07.2023 – MASTER CLASS PUMP** - спортно събитие за възрастни (мъже и жени), което помага да се подобри физическата форма и да се развие издръжливостта.
- ✦ **28.10.23 - MASTER CLASS STEEL TONING** - спортно събитие за възрастни (мъже и жени) с динамичен и интензивен характер, което помага да се подобри физическата форма, да се развие издръжливостта и да се редуцира стреса.

- ‡ **04.11.23 - MASTER CLASS MAGIC BALL THERAPY** -терапевтичният самомасаж с топки, представляващ иновативен и медитативен подход, базиран на принципите на акупресура. Бяха практикувани различни техники за самомасаж, насочени към премахване на хронични болки в раменете, врата, кръста, коленете, гръбначният стълб(при дископатия, сколиоза, дискова херния, ишиас), главоболие, мигрена, безсъние, менструални болки, стрес и др.
- ‡ **24.11.23 – „ОСНОВИ НА ПЕРСОНАЛНАТА РЕХАБИЛИТАЦИОННА ТРЕНИРОВКА"** – обучение за персонални треньори, насочено към овладяване на основните технологии, които възстановяват статичните и динамичните стереотипи на човека, нормализират мускулния тонус и циркулацията на лимфата, редуцират синдрома на болка, подобряват скоростно – силовите показатели и координацията с цел -правилно да бъдат формулирани целите на тренировките и да бъде съставена съвсем индивидуална програма за ефективни и безопасни тренировки с клиента.
- ‡ **25.11.23 – „ПРИЛОЖНАТА КИНЕЗИОЛОГИЯ В РАБОТАТА НА ПЕРСОНАЛНИЯ ТРЕНЬОР"**- обучение за персонални треньори, насочено към:
- запознаване с цялостна система за диагностика и корекция на мускулния дисбаланс, базираща се на биомеханиката и психофизиологията на движенията;
 - запознаване основните нарушения в работата на мускулно-функционалните вериги и методите за възстановяване в рамките на тренировката
 - овладяване на възстановителната фитнес-тренировка – формиране наново на двигателния стереотип (reeducation) - от простите двигателни действия до сложните динамични и статични (ходене, бягане, скачане) посредством предварително планирана физическа активност.
- ‡ **09.12.2023 – MASTER CLASS PUMP** - спортно събитие за възрастни (мъже и жени), което помага да се подобри физическата форма и да се развие издръжливостта.

Спортните събития бяха огласени сред членовете и обществеността, радваха се на добра посещаемост и интерес и в тях участваха над 1000 членове и членове на техните семейства.

Сдружението, неговите членове и ръководство са горди с постигнатите резултати по отношение на подобряване на здравословното състояние на членовете, в усилията си за постигане на една от на-вйжните ни цели – рехабилитация, социална интеграция и подобряване на здравословното състояние и вярва в поставените цели, постигането на които ще продължи да преследва с труд, постоянство и упоритост и през 2024 г.

Председател на Управителния съвет:

София, април 2024 г.

