

Uloga kineziologa po završetku izbornog smjera jedrenje u zanimanju skiper

Husnjak, Filip

Master's thesis / Diplomski rad

2022

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Kinesiology / Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:117:548505>

Rights / Prava: [Attribution 4.0 International](#)/[Imenovanje 4.0 međunarodna](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2025-02-18**



Repository / Repozitorij:

[Repository of Faculty of Kinesiology, University of Zagreb - KIFoREP](#)



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU

KINEZIOLOŠKI FAKULTET

(studij za stjecanje akademskog naziva: magistar kineziologije)

Filip Husnjak

**ULOGA KINEZIOLOGA PO
ZAVRŠETKU IZBORNOG
SMJERA JEDRENJE U
ZANIMANJU SKIPER**

diplomski rad

Mentor:

izv. prof. dr. sc. Nikola Prlenda

Zagreb, rujan 2022.

Ovim potpisima potvrđuje se da je ovo završna verzija diplomskog rada koja je obranjena pred Povjerenstvom, s unesenim korekcijama koje je Povjerenstvo zahtijevalo na obrani te da je ova tiskana verzija istovjetna elektroničkoj verziji predanoj u Knjižnici.

Mentor:

Izv.prof.dr.sc. Nikola Prlenda

Student:

Filip Husnjak

Veliko hvala mentoru izv. prof. dr. sc. Nikoli Prlendi na znanju i kompetencijama koje sam stekao uz njega, pomoći pri odabiru teme i savjetima prilikom pisanja ovog diplomskog rada.

Od sveg srca zahvaljujem svojim roditeljima, sestri i djevojci koji su mi pružili neizmjernu podršku i vjerovali u mene i moj uspjeh.

ULOGA KINEZIOLOGA PO ZAVRŠETKU IZBORNOG SMJERA JEDRENJE U ZANIMANJU SKIPER

Sažetak:

Nautika u Hrvatskoj jedna je od perjanica hrvatskog turizma. U prilog tome ide podatak da se trenutno u Hrvatskoj nalazi više od 40% svjetskog čartera. Samim time sve je veća potražnja za skiperima gdje svoj angažman pronalazi veliki dio kineziologa. Međutim, osnovni problem nalazi se u tome što većina skipera danas služi kako bi prevezla brod i goste od točke A do točke B. Upravo širina znanja kineziologa, koja su stekli tijekom studiranja, omogućuju da se izdvoje od ostale populacije skipera. Škola jedrenja, tjelovježba, škola plivanja, osnove preživljavanja samo su jedan mali dio ponude koju mogu ponuditi kineziolozi te postati konkurentniji na skiperskom tržištu rada. Cilj rada je predstaviti dodatne sportske, rekreativne i edukacijske aktivnosti koje kineziolog može provoditi tijekom rada na radnom mjestu skiper.

Ključne riječi: Kineziolog skiper, Nautički turizam, edukacija, aktivni odmor

Summary:

Nautical tourism is one of the key parts of Croatian tourism. The fact that 40% of all the world charter companies are situated in Croatia proves that. Since the need for skippers is growing, a lot of kinesiology students are choosing being a skipper as their career. The main problem here is not using their full potential in that career - they are just transporting the ship, with or without guests, from point A to point B. The extensive knowledge that kinesiology students gain during their studies gives them an opportunity to separate themselves from other skippers. Training in sailing, fitness, swimming, basics of survival are just a small part of what they can offer and how they can become more competitive on the skipper labor market. The goal of this thesis is to present additional sports, recreational and educational activities that a kinesiology student can perform while working as a skipper.

key words: kinesiology skipper, nautical tourism, education, active holiday

Sadržaj:

1. UVOD	6
2. KINEZILOGIJA U EDUKACIJI I JEDRENJE	7
2.1. Jedrenje u malim klasama	8
2.2. Jedrenje na krstašima	8
2.3. Sportovi na vodi	10
3. NAUČKI TURIZAM U HRVATSKOJ	13
3.1. Usluga skipera	14
3.2. Sportski turizam	15
4. KINEZILOG SKIPER	18
4.1. Metodički pristup	19
4.2. Aktivnosti na jedrilici	19
5. ZAKLJUČAK	23
6. LITERATURA	24

1. Uvod

Kineziologija u edukaciji i jedrenju usmjerenje je na Kineziološkom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu koje educira kineziologe o jedrenju i priprema ih za posao učitelja jedrenja. Kineziolozi, koji završe usmjerenje, bave se poslovima skipera, trenera jedrenja, vodiči kajak tura i u charter tvrtkama u kojima rade kao menadžeri za iznajmljivanje brodova (eng. *booking manager*). Unatoč tome što je glavni fokus usmjerenja priprema za posao učitelja, većina studenata nakon završetka usmjerenja radi posao skipera.

U dvije godine usmjerenja studenti prolaze kroz teorijske i praktične dijelove nastave u kojima usvajaju ključna znanja o jedrenju. Teorijska nastava provodi se u prostorima Kineziološkog fakulteta, a da bi usvojili praktični dio znanja organizirana je nastava izvan fakulteta na Jarunskom jezeru i Jadranskoj obali. Tako studenti dobivaju prijeko potrebno praktično iskustvo kako bi sigurno obavljali poslove na jedrilicama.

Skiper je osoba koja u komercijalne svrhe obavlja poslove prijevoza brodova u nautičkom turizmu. Kako bi se netko mogao baviti poslom skipera, jedini nužan uvjet je položiti pomorski ispit kojim se postaje voditelj brodice C kategorije. Skiper može prevoziti brod s ili bez gostiju. Kada se prevozi brod bez gostiju, bitno je upravljanje brodom te siguran dolazak do ciljne točke puta, dok se kod rada s gostima fokus mijenja – komunikacija, sigurnost i uslužnost postaju najbitniji. Najvažnija razlika jest u odgovornosti za ljudske živote; kod prijevoza gostiju odgovornost raste. Kod rada s gostima, skiper dobiva dodatne zadaće poput odabira rute i planiranja aktivnosti koje se provode putem – sve u svrhu kako bi se gosti osjećali što ugodnije. Glavna tema ovog diplomskog rada je posao skipera kod prijevoza s gostima s posebnim naglaskom na kineziologe koji se bave tim poslom.

2. Kineziologija u edukaciji i jedrenje

Kineziologija je riječ koja potječe iz grčkog jezika, nastala od riječi *kinesis* što znači pokret, gibanje, kretanje i riječi *logos* što označava nauku, znanost, podučavanje, tvrdnju, dokaz. Jednostavnije, mogli bismo reći da je kineziologija znanost o kretanju. Kineziologija egzistira na spoznajama utemeljenim na valjanoj metodologiji rada zbog koje se etablirala među ostalim znanostima potvrđivanjem određenih zakonitosti. U Hrvatskoj, kineziologiju poznajemo kao empirijsku znanost koja proučava zakone, oblike i načela kontroliranih i ciljanih procesa tjelesne aktivnosti i njihov utjecaj na ljudski organizam te se temelji na eksperimentu. (Mraković, 1992).

Kao temeljna znanost kineziologija se u Hrvatskoj primjenjuje u područjima tjelesne i zdravstvene kulture, sporta, zdravlja, rekreacije, kulture, kineziterapije i upravljanja sportom. U današnjem suvremenom načinu života ljudi se kreću ograničeno te ja taj trend u porastu zbog porasta zanimanja u kojima se koristi računalo, odnosno ljudi sve više žive sjedilačkim načinom života. U posljednje dvije godine situaciju je dodatno pogoršala pandemija virusa Covid-19 zbog koje su ljudi bili prisiljeni smanjiti svoje kretanje i osobne kontakte (Verma, 2020).

Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu obrazuje kadrove u svim područjima primijenjene kineziologije na temelju najnovijih znanstvenih i stručnih spoznaja te se kroz više od 60 godina rada pokazao kao jedna od vodećih visokoškolskih institucija u području kineziologije u regiji. Rad na Kineziološkom fakultetu temelji se na visokim akademskim i etičkim vrijednostima, na znanju utemeljenom na istraživanju, stručnosti i optimalnoj infrastrukturi koja prati uvjete današnjice. Kineziološki fakultet značajno doprinosi unaprjeđenju sporta, sportske rekreacije, tjelesne i zdravstvene kulture učenika i studenata te kvaliteti aktivnog života i zdravlja hrvatskih građana. (Kineziološki fakultet Sveučilište u Zagrebu, 2022)

Sveučilišna škola jedrenja logični je slijed tradicije i edukacije u području sporta Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu, u čijem se programu jedrenje nalazi više od 60 godina, to jest od njegovog samog početka (Maglov, 2021).

Prve tri godine studija temelje se na stjecanju općeg znanja u područjima kineziologije dok se odabirom usmjerenja studenti opredjeljuju na određenu granu kineziologije kroz koju većina traži put na tržište rada i početak karijere. Kineziologija u edukaciji i jedrenje usmjerenje je koje studenti Kineziološkog fakulteta u Zagrebu mogu odabrati prilikom upisa četvrte godine studija.

Nastava usmjerenja jedrenja sastoji se od dva segmenta - teorijske nastave koja se provodi u Zagrebu na Kineziološkom fakultetu i teorijsko-praktične nastave koja se provodi na jezeru Jarun i na Jadranskoj obali. Teorijski i praktični dio nastave sastoji se od kineziološke analize u jedrenju, antropološke analize u jedrenju, metodike treninga u jedrenju I i II, kontrole treniranosti u jedrenju te programiranja treninga u jedrenju. Osim obveznih predmeta, uz usmjerenje jedrenja usko su povezani i izborni predmeti meteorologija i sport, jedrenje u malim klasama i jedrenje na dasci. Upisivanjem ovih izbornih predmeta studenti stječu dodatnu praksu u jedrilicama i na moru te proširuju svoje znanje i kompetentnosti predmetima koji nadopunjuju stručnost i sigurnost u jedrenju i boravku na moru.

2.1. Jedrenje u malim klasama

Teorijsko-praktični dio nastave provodi se u tri dijela. Prvi dio odvija se na jezeru Jarun gdje, u suradnji s Yacht Club Zagreb pod stručnim vodstvom trenera jedrenja, studenti uče jedriti u laserima Standard i Radial. Laseri Standard i Radial jedrilice su za jednu osobu. Jedrenje u laserima važan je dio poduke jer se tada studenti prvi puta nalaze u situaciji gdje koriste kormilo i glavno jedro istovremeno te sami moraju odlučivati o smjeru jedrenja i ugađanju jedra. Takvom vrstom jedrenja studenti stječu samopouzdanje prijeko potrebno za donošenje odluka na moru.

Drugi dio praktične nastave provodi se u jedriličarskom klubu Uljanik u Puli gdje studenti jedre u Laser Stratosima. Stratos je jedrilica za dvije do pet osoba te se pokreće pomoću tri vrste jedara. Glavno jedro, koje je i glavni pokretač jedrilice, prednje jedro ili flok i genaker. Studenti se prvi puta susreću sa Stratosima na trećoj godini studija u sklopu redovne nastave jedrenja, dok se na nastavi u Puli prvi puta susreću s genakerom. Genaker je jedro koje se koristi za kretanje niz vjetar te je svojom površinom najveće jedro na Stratosu. Principi jedrenja u malim brodovima jednaki su kao i na krstašima uz glavnu razliku da su sile puno manje u manjim jedrilicama zbog manje površine jedra i veće osjetljivosti broda na pomak kormila što nam pomaže da lakše razumijemo pravilan pokret od nepravilnog.

2.2. Jedrenje na krstašima

Ovisno o namjeri, postoje razne vrste krstaša – manji, klasični i regatni. Manji krstaš ima jednu kabinu te se može prevoziti prikolicom. Klasični krstaš izrađen je od drveta, betona, stakloplastike ili čelika, ima veliku istisninu te je nešto uža i dubljega gaza. Regatni krstaš, koji isključivo služi za utrivanje, izgrađen je od laganih materijala s odličnim sposobnostima za upravljanje i brzo

jedrenje. Suvremeni serijski krstaši najčešće se mogu vidjeti na našoj obali, izgrađeni su od stakloplastike i predviđeni uglavnom za iznajmljivanje. Iz tog razloga imaju veći broj kabina i ležajeva, prilagođeni su potrebama gostiju te im je udobnost bitnija od učinkovitosti kod jedrenja. Većina ima protutežnu kobilicu koja onemogućava prevrtanje pa su iz tog razloga sigurniji za jedrenje od malih klasa.

Na Kineziološkom fakultetu nastava se provodi na jedrilicama dužine 13 do 16 metara koje se iznajmljuju od charter tvrtki. Ture traju jedan ili više dana, a mogu biti turističke, natjecateljske (regatne) ili poslovne u svrhu organizacije putovanja s namjenom izgradnje timskog duha (eng. *team building*). Nastava se sastoji od tri odvojena tjedna na moru koja su raspoređena kroz četvrtu i petu godinu studiranja. U prvom tjednu prvi korak učenja je upoznavanje dijelova jedrilice i što se sve na njoj nalazi. Krstaš je specifičan jer u jako malo prostora ima izrazito puno stvari od kojih svaka ima neku svrhu bilo to povezano s udobnošću, sigurnošću ili jedrenjem i kretanjem po moru. S dijelovima koji su povezani s jedrenjem, studenti su upoznati od prije jer su temeljni elementi kao što su trup, kormilo, kobilica, jarbol, bum, škote jednaki na svim jedrilicama te služe istoj svrsi – jedino se razlikuju po veličini i dizajnu. Samim provođenjem vremena na brodu postepeno se upoznaju dijelovi koji se odnose na boravak na jedrilici dok se o pogonskim jedinicama uči nešto kasnije.

Nakon upoznavanja jedrilice, slijedi predavanje o sigurnosti na jedrilici. Kako voda nije naše prirodno okruženje, ona krije i mnoge opasnosti pa sigurnost zaslužuje posebnu pozornost. Jedrenje nije opasan sport ako se pridržavate razumnih pravila i uputa među kojima se svakako ubrajaju ona o prikladnoj odjeći i obući te uporaba odgovarajuće osobne opreme za spašavanje. Uvijek treba ploviti u okviru granica svojeg iskustva jer se samo tako može umanjiti rizik i spriječiti moguće nezgode (Sleight, 2004).

Najveći izazov, s kojim se studenti susreću na nastavi na krstašima, je upravljanje jedrom spinaer. Spinaer vole fotografi, umjetnici i gledatelji zbog karakterističnog oblika i živopisnih boja, a kod posade, koja ga podiže, nerijetko izaziva zabrinutost. Ako se pridržavate jednostavnih pravila, ovim velikim, laganim jedrom nije tako teško upravljati. Kada to uspijete, golemo će povećanje sveukupne površine jedara drastično poboljšati performanse jedrilice. Spinaeri su izrađeni od laganog najlonskog materijala te njihova izvedba ovisi o obliku krojki i kako su one međusobno sašivene. Spinaeri izrađeni za jedrenje niz vjetar krojeni su u dubljem obliku sa širokim srednjim

dijelom i prostranim vrhom dok su oni za druge smjerove uži i plići. Mala jedrilica uglavnom ima jedan spinaer dok krstaši mogu imati razne oblike ovisno o smjeru jedrenja (Sleight, 2004). Za upravljanje spinaerom potreban je podigač za koji će biti pričvršćen gornji rogalj, tangun kojim će se pričvrstiti privjetrinski rogalj i škota za zavjetrinski rogalj. Tangun se koristi za udaljšavanje donjeg privjetrinskog roglja od jedrilice. To je uglavnom aluminijska cijev koja je na jednoj strani pričvršćena za jarbol, a na drugoj ju drže podigač tanguna, priteg tanguna i brac kojim se tangun pomiče horizontalno u odnosu na jedrilicu.

2.3.Sportovi na vodi

Predmet sportova na vodi objedinjuje prirodne ljepote Jadranskog mora, atraktivne sportove, dinamičan i aktivan boravak na terenskoj nastavi. Ovaj predmet predstavlja jedan od kolegija Kineziološkog fakulteta koji se među studentima prepričava dugo nakon što su završili svoje akademsko obrazovanje. Istraživanja mišljenja studenata o kvaliteti provedene nastave pokazala su da se predmet provodi na visokoj razini te se studenti rado vraćaju i upisuju izborne predmete povezane s ovim predmetom (Maglov, 2021).

Osim obavezne praktične nastave, studenti usmjerenja imaju priliku usavršavati svoje jedriličarske sposobnosti u sklopu predmeta Sportovi na vodi. Predmet je obavezan na trećoj godini Kineziološkog fakulteta za sve studente. Provođi se na Korčuli, točnije u Badijskom akvatoriju, još od 1964. godine. Od tada pa do danas bilo je određenih pauza, ali zbog odličnih uvjeta i mikrokline u Badijskom akvatoriju fakultet je zadržao nastavu na Korčuli usprkos tome što je dosta udaljšena od Zagreba. Sadržaj predmeta sportova na vodi koji se provodi na Korčuli su jedrenje na dasci, jedrenje, kajak i supanje, dok se u Zagrebu na Jarunu održava nastava veslanja. Nastava se na Korčuli provodi 7 dana te je organizirana tako da se po sat i pol dnevno uči jedrenje, jedrenje na dasci i kajak dok se supanje vježba prilikom transporta do Badije i nazad. Grupe se uglavnom sastoje od 45 studenata koji su podijeljeni u 3 manje grupe koje naizmjenično prolaze kroz sportove kako bi se povećala efikasnost nastave.

Kako se nastava provodi u jutarnjim terminima, popodneva su slobodna za uvježbavanje i dodatnu praksu na daskama, kajacima i jedrilicama. Studenti usmjerenja jedrenja na četvrtoj godini kroz popodnevnu nastavu imaju priliku vježbati sa studentima. Kako to nije službeni dio nastave, studenti u nešto opuštenijem obliku imaju priliku jedriti i osim što uvježbavaju sposobnosti prenošenja znanja na mlađe generacije, imaju priliku i usavršavati vlastite jedriličarske

sposobnosti. Budući da je popodnevno jedrenje fakultativnog tipa, izvrsna je to prilika i za jedrenje Korčulanskim kanalom sve do Vignja gdje se svake godine okuplja veliki broj surfera zmajem (eng. *kitesurfing*) i daskaša. Također, jedrenje ispod zidina Korčule poseban je doživljaj jer je Korčula na listi svjetske kulturne baštine UNESCO-a te nije svakodnevna prilika vidjeti grad s morske strane. Ako su uvjeti za jedrenje povoljni da se krene na drugu stranu, odnosno jugoistočno, moguće je uza Badiju uživati u predivnom morskom arhipelagu punom malih otočića i lijepih plaža od kojih je jedna od najpoznatijih „Moro beach“.

Studenti pete godine usmjerenja imaju priliku ponovno vratiti se na Korčulu za vrijeme nastave sportova na vodi, ali ovog puta u ulozi demonstratora na nastavi. Kao demonstratori podučavaju studente treće godine kompletnu metodiku jedrenja od samih početaka. Najprije uče dijelove jedrilice, plovidbu bočnim vjetrom, ugađanje glavnog i prednjeg jedra, traženje maksimalnog prihvaćanja prema vjetru i nakon toga uče okret u vjetar ili „letanje“. Treći i četvrti dan nastave prolaze elemente maksimalnog otpadanja od vjetra i okret niz vjetar ili „kruženje“, te se nakon toga uvježbavaju svi naučeni elementi kroz zadatke; na primjer jedrenje u smjeru osmice oko dvije bove ili štap gdje je jedna bova bliže vjetru, a druga dalje od vjetra. Izrazito je bitno da se elementi jedrenja uče prema metodskom slijedu jer bilo kakva preskakanja elemenata u metodici kasnije mogu stvoriti probleme koji, kada se pojave na jedrilici, mogu ne samo onemogućiti daljnje savladavanje i učenje elemenata tehnike, nego i dovesti do ozljeda i izložiti posadu opasnosti. Na dan ispita studenti su dužni demonstrirati naučeno, a zadatak je da na pozicijama kormilara, trimera glavnog jedra i flokiste naprave krug za 360 stupnjeva koristeći sve naučene elemente jedrenja. Osim na Korčuli, studenti usmjerenja pete godine, podučavaju studente kao demonstratori i na izbornom predmetu pete godine Jedrenje u malim klasama. Izborni predmet provodi se u Tisnom te se razlikuje od redovne nastave u tome što na njemu studenti uče jedriti s genakerima. Raditi kao demonstrator uvelike podiže kompetencije studenata usmjerenja jer stječu iskustvo predavanja i podučavanja, za što nije dovoljno znati jedriti i poznavati elemente tehnike jedrenja, već i to znanje prenijeti verbalnim metodama i metodama demonstracije.

Prema Družiću 2020., nakon što završe fakultet, 81,5% diplomiranih kineziologa usmjerenja jedrenja nastavlja se baviti jedrenjem, što ukazuje na popularnost usmjerenja i perspektivu diplomiranih kineziologa u pronalasku posla u struci. Većina nautičkih poslova u Hrvatskoj sezonskog je tipa te se obavlja isključivo ljeti i nekoliko mjeseci prije i poslije ljeta, no neki

pronalaze poslove u nautici cijele godine, pa tako nakon ljeta, odnosno sezone, rade posao transfera brodova iz Jadrana u Mediteran. Destinacije su mnogobrojne, neki se brodovi zadržavaju na Mediteranu u grčkim, turskim, talijanskim lukama, dok se drugi dio brodova ukrcava na velike teretne brodove u Španjolskoj, Italiji i Francuskoj kojima ih se prevozi preko Atlantika u Središnju Ameriku gdje su Karibi najčešća destinacija. Tako charter tvrtke iznajmljuju svoje brodove tijekom cijele godine i maksimiziraju profit od iznajmljivanja brodova. Isti poslovi transfera obavljaju se i na proljeće, no ovog puta u suprotnom smjeru jer se brodovi ponovno vraćaju u Jadran. Kineziolog je, zbog svojih sposobnosti i znanja jedrenja, izrazito zanimljiv za angažman charter tvrtkama. Jedreći, moguće je proći izrazito velik put i tako znatno smanjiti troškove goriva i marina zato što nije potrebno često se zaustavljati. Praćenje meteorologije izrazito je velik faktor na transferima, što kineziolozima također daje prednost jer kroz nastavu nauče pratiti vremenske prilike i neprilike na moru.

3. Nautički turizam u Hrvatskoj

Prema Hrvatskoj tehničkoj enciklopediji (2017.) nautički turizam je „gospodarska djelatnost koja se zasniva na sadržajima vezanima uz turističku i rekreativnu plovidbu morem, rijekama i jezerima, uključujući njihovo pristajanje u lukama i marinama i obuhvaća svu infrastrukturu u lukama i marinama potrebnu za njihov prihvata. Prema prihodima koji se ostvaruju ovakvim kretanjima, nautički turizam jedan je od unosnijih oblika turizma za turističku receptivnu zemlju.“

Kao fenomen, nautički turizam je podvrsta turizma, stoga je definiranje nautičkog turizma potrebno sagledati kroz problematiku definiranja turizma. Etimološko objašnjenje nautičkog turizma proizlazi iz dva pojma: turizma i nautike. Turizam se definira kao društvena pojava koja predstavlja kretanje ljudi koji su motivirani željom za odmorom i raznovidnom u fizičkom i psihološkom obliku, te također mogu biti ona putovanja kojima se zadovoljavaju kulturne potrebe u smislu psihičke rekreacije (Gligorijević, 2012).

Pojam nautike dolazi iz grčkog jezika i riječi „*naus*“ što znači vještina plovidbe, brod ili lađa. U suvremenom značenju, pojmovi nautika ili navigacija predstavljaju sva praktična i teoretska znanja te vještine potrebne voditelju plovila da uspješno i sigurno preveze plovilo od polazišne točke do točke dolaska. Budući da pojmovi nautika i nautički u širem smislu označuju pomorstvo u međunarodnoj komunikaciji, sve se više koristi pojam jahtaški turizam, a sve manje nautički turizam ili morski turizam. Jahta kao pojam luksuznog plovila puno bolje simbolizira luksuzni turistički odmor na moru i bolje povezuje i definira nautički turizam kao turističku djelatnost od samog pomorstva i pomorske djelatnosti. (Luković, 2007).

Jednostavnije rečeno, nautički turizam može se opisati kao svojevrsno sportsko i rekreativno putovanje s brodovima u cilju što boljeg obilaska i razgleda obale i obalnih mjesta određene države. Nautički turizam objedinjuje smještaj i prijevoz u jednom te omogućuje obilazak brojnih destinacija u kratkom vremenu. Štoviše, nudi mogućnost prilaska raznim plažama i uvalama do kojih nije moguće doći drugim prijevoznim sredstvima. Zbog svega navedenog, nije neobično da se turisti sve više odlučuju na ovaj način istraživanja prekrasne jadranske obale.

Značaj nautičkog turizma za Hrvatsku velik je zbog njegovih karakteristika; veća prosječna potrošnja turista-nautičara u odnosu na „opće turiste“, prepoznatljivost i relativno visoka konkurentnost u odnosu na svjetsko tržište zbog prirodnih ljepota, razvedenost obale, ekološka očuvanost prirode i slikovitost krajolika. Čimbenici, koji posebno ističu Hrvatsku pred

konkurencijom u nautičkom turizmu, su: klimatski uvjeti odnosno učestalost vjetrova, čistoća mora, količina sunčanih dana povezanih s razvedenom obalom i količinom malih mjesta u kojima se može pronaći sigurna luka. Drugi posebni čimbenici su: prometna dostupnost i broj luka/marina za prihvat plovila, sigurnost plovidbe, dobro raspoređene i opremljene marine, atraktivni sadržaji na kopnu, pristupačnost i ljubaznost osoblja, cijene opremanja broda za plovidbu. Nautički turizam zbog svoje profitabilnosti, perspektive i atraktivnosti jedan je od glavnih proizvoda hrvatskog turizma. Iz tog razloga nautički turizam razvija se i raste svake godine te ga je važno usmjeriti i kontrolirati kako ne bi postao prevelik, odnosno kao ne bi prouzročio veću štetu od koristi (Jadreško, 2016).

3.1.Usluga skipera

Profesionalni skiper svaka je osoba koja je položila minimalno pomorski ispit za voditelja brodice C kategorije te je nakon polaganja osposobljena za upravljanje plovilom do 30 bruto tona u svrhu komercijalne djelatnosti, odnosno dobivanja naknade za svoje usluge. Program obuke obuhvaća upravljanje brodicom i izbjegavanje sudara na moru, pomorsku plovidbu (navigaciju) na moru, sigurnost na moru, pomorsku radiotelefonu službu, motoristiku i zaštitne mjere, pomorstvo, meteorologiju, propise i pružanje prve pomoći na moru. Uvjet za pristupanje ispitu jest liječničko uvjerenje izdano od ovlaštene medicine rada i navršenih osamnaest godina.

Glavna dužnost skipera na brodu jest osigurati sigurnu plovidbu, odnosno izbjeći bilo kakvu opasnost koja bi mogla ugroziti zdravlje i život posade i gostiju te se pobrinuti za sigurnost plovila i materijalne imovine na brodu. Skiper uvijek dolazi na brod prije gostiju kako bi mogao, uz pomoć tehničara iz čartera, preuzeti brod odnosno napraviti “check-in”. Kada se gosti ukrcaju, upoznaje ih se s plovilom te se obavlja “sigurnosni razgovor” u kojem je nužno upoznati goste s opasnostima na jedrilici, pogotovo tijekom plovidbe i jedrenja. Prije isplova, također je važno isplanirati rutu putovanja što skiper radi u dogovoru s gostima i naravno provjerom vremenske prognoze.

Upravljanje brodom pri sidrenju, pristajanju, privezivanju, spašavanju, tegljenju, prije starta regate, odnosno svaku svrsishodnu i cjelovitu radnju nazivamo manovra, dok sve zajedno nazivamo manovrama. Kada jedriličar amater izveze dobru manovru, to je dokaz sposobnosti i znanja, kako pred vlastitom posadom i samim sobom, tako i pred promatračima kojih u pravilu uvijek ima, pogotovo ako je jak vjetar i valovito more. Na ishod manovre utječu razne vanjske sile poput vjetra,

valova, struje i naše mogućnosti upravljanja broda uz pomoć kormila, jedra, propelera, sidra i priveznih konopa (Tomašević, 2007).

3.2.Sportski turizam

Od davnina potreba za kretanjem i aktivnosti zauzima važno mjesto u životu pojedinca. Prateći trendove današnjice koji se kreću prema aktivnom i zdravom životu, potreba čovjeka da se bavi sportom postaje sve češći oblik aktivnosti (Mikulić, 2018).

Putovanje povezano sa sportskim aktivnostima pojavljuje se još u antici kada su ljudi putovali na antičke Olimpijske igre. Koliko god su se ove dvije aktivnosti susretale kroz povijest, sve do posljednjih šezdesetak godina nije postojao akademski interes za proučavanje te povezanosti i može se zaključiti da je povezanost između sportova i turističkih aktivnosti još uvijek u ranim fazama razvoja (Weed, 2008).

U jednoj od prvih knjiga koja je govorila o povezanosti turizma i sporta (Relac, 1987) napisano je kako je rekreacija na prvom mjestu kada govorimo o putovanjima motiviranim aktivnošću. Svjetski turistički promet i njegovi suvremeni tokovi se prema istraživanjima turističke potražnje uvelike orijentiraju prema rekreaciji i njezinim funkcijama u turizmu.

Sportski turizam jest putovanje na godišnji odmor s ciljem bavljenja nekom sportskom aktivnošću tijekom odmora, da se posjete sportske atrakcije za vrijeme putovanja ili kako bi se promatrao neki sportski događaj (Hudson, 2003). Putovanje jedrilicom je aktivnost koja se može opisati kao oblik sportskog turizma te bi se proširenjem ponude sportova i aktivnosti tijekom putovanja zasigurno privukao veći broj klijenata koji žele kvalitetu svog odmora podići odrađenom sportskom ili rekreativnom aktivnošću.

Sličnost sporta i turizma proizlazi iz toga da su obje aktivnosti pokrenute na temelju neekonomskih motiva. U pravilu se ljudi ne upuštaju na turistička putovanja, niti se ne odlučuju za sportske aktivnosti potaknuti ekonomskim motivima, odnosno u svrhu zarade, već zbog zadovoljavanja zdravstvenih, kulturnih i rasonodnih potreba. Tako sport često postaje glavni motiv putovanja u suvremenom turizmu te se zbog njega turisti odlučuju na određene turističke destinacije prije odabira samog smještajnog kapaciteta. Zbog takvog odnosa sporta i turizma dolazi do posebne vrste turizma: sportsko-rekreacijskog turizma (Bartoluci, 1998).

Razvoj turizma prema novim tendencijama upućuje na promjene u trendovima turizma tako da se tradicionalni motivi poput relaksacije i odmora počinju nadopunjavati motivom “osjećati se dobro”. Shvatilo se da pasivno provođenje odmora može imati suprotne efekte od očekivanih, odnosno u takvom slučaju ponestaje pozitivnog utjecaja odmora na psihofizičku revitalizaciju čovjeka (Bartoluci, Čavlek, 2007).

Tjelesna neaktivnost nalazi se na četvrtome mjestu rizičnih faktora ukupne smrtnosti u svijetu. Procjenjuje se da tjelesno nedovoljno aktivne osobe imaju veći rizik od smrtnosti 20 do 30 %. Svako tjelesno kretanje, koje rezultira povećanim energijskim utroškom iznad onog u mirovanju, opisuje se kao tjelesna aktivnost. Kod tjelesnog vježbanja s definiranim ciljem podrazumijeva se redovitost i svrsishodnost izvođenja vježbi po unaprijed određenom planu i programu. Tjelesno aktivni način življenja povezan je s manjom vjerojatnošću razvoja nekih zloćudnih bolesti, važan je u odgađanju i uspostavljanju smanjenja radne sposobnosti tijekom starenja, očuvanju kognitivnog zdravlja u starijoj dobi, stoga je i usko povezan s kvalitetom života kod osoba starije životne dobi (Mišigoj-Duraković, 2018).

Relac (1974) je u svom istraživanju *Utjecaj aktivnog odmora na neke funkcionalne sposobnosti organizma* došao do zaključka da su one osobe, koje su provodile sadržaje kineziološke rekreacije tijekom godišnjeg odmora, ostvarile veće efekte oporavka te im je organizam bio u znatno boljem stanju gledajući varijable koje značajno karakteriziraju radnu sposobnost, za razliku od osoba koje su provodile pasivni godišnji odmor, odnosno godišnji odmor bez sadržaja kineziološke rekreacije. Također, zaključio je kako je uključivanje ispitanika u odabir izbornih sadržaja rezultiralo boljim osjećajem zadovoljstva i korisnosti, nego kada su ti sadržaji bili programirani bez njihovog uključivanja.

Čovjekova potreba za kretanjem u svakodnevnim obavezama i poslovima, profesionalnom radu, prijevozu, osiguranju osobne higijene i prehrane svedena je na minimum, dok se vrijeme sjedeći ispred ekrana ili za volanom jako produžilo. Istovremeno je potreba za kretanjem u slobodnom vremenu, tijekom radnog tjedna, vikendima i na godišnjem odmoru znatno porasla. Vježbanje i tjelesna aktivnost te zdrava prehrana osnove su sve traženijih aktivnih godišnjih odmora i zdravstvenog turizma kako kod nas, tako i u svijetu. Ponajprije, to je rezultat promjene stavova i povećanja znanja o važnosti vježbanja i kretanja za zdravlje te promicanje tjelesne aktivnosti za

prevenciju najčešćih kroničnih bolesti današnjice, zdravog starenja, kvalitetu života i produženje aktivnog životnog vijeka (Mišigoj-Duraković, 2018).

Osamdesetih godina prošlog stoljeća došlo je do porasta zahtjeva za aktivnim odmorom. Zapravo, jedan od najveće rastućih segmenata turizma je putovanje povezano sa sportom i tjelesnom aktivnošću. Iako se rast nastavio sve do danas literatura i istraživanja sportskog turizma kasne za njegovim razvojem (Gibson, 1998).

4. Kineziolog skiper

Strast za jedrenjem je lako zarazna i širi se na okolinu izrazito brzo jer dobne granice ne postoje. Jedrenjem se može početi baviti u petoj godini zato što tada klubovi počinju primati djecu u školu jedrenja pa sve do zrelih godina. Za svaku životnu dob može se pronaći brod s kojim se može jedriti pa i natjecati se. Uglavnom su mali “mokri” brodovi, bez balansnih nepomičnih kobilica, bliži mlađim i vitalnijim jedriličarima, dok su veći brodovi i krstaši primjereniji za zrelije jedriličare zbog svoje stabilnosti i većeg prostora za kretanje. Naravno postoje i suprotni primjeri, najbolji je onaj danskog jedriličara Paula Elvstorma, koji je nakon što je osvajao olimpijske medalje u klasi Finn, u šezdesetim godinama počeo jedriti u superbrzom olimpijskom katamaranu “Tornado”, s kojim je na olimpijskim igrama osvojio brončanu medalju (Tomašević, 2007).

Funkcija sportova i rekreacije u nautičkom turizmu kojom se odgaja i obrazuje manifestira se kroz savladavanje i usvajanje određenih vještina u sportu, poput plivanja, veslanja, jedrenja i ronjenja. Tako se uz povećanje obrazovne razine turista stvara i stalna navika za bavljenje određenim sportskim aktivnostima i po povratku u mjesto stanovanja, osobito kod djece i mladih. (Bartoluci, 1998).

Kineziolog je obrazovan za provedbu rekreativnih aktivnosti, odnosno pripremom pravila i skupa postupaka koji se odnose na organizaciju provedbe različitih oblika aktivnosti izvan mjesta boravka. Ti postupci osnova su logičnom, cjelovitom i svrsishodnom vođenju aktivnosti, orijentiranim prema unaprijed utvrđenim ciljevima: povećanju stupnja zdravlja, humanizaciji odnosa te kvalitetnom provođenju slobodnog vremena.

Sve aktivnosti koje će se s gostima provoditi tijekom krstarenja potrebno je prilagoditi specifičnim uvjetima boravka na brodu, koji uvelike ovise o vremenskoj prognozi, odnosno prirodnim pojavama. Na primjer, provođenje fitnes ili joga treninga bit će uvelike otežano ako se provodi na brodu za vrijeme velikih valova ili jakog vjetrova. Praćenje vremenske prognoze i odabir mjesta za trening najvažniji je preduvjet koji skiper mora zadovoljiti kako bi mogao početi provoditi određenu tjelesnu aktivnost. Poželjno je sve aktivnosti, koje se ne provode direktno na moru, prebaciti na kopno kako bi se što efikasnije prevenirale i uklonile poteškoće kod provođenja treninga prouzročene vremenskim neprilikama.

4.1. Metodički pristup

Metodika sportske rekreacije skup je pravila i postupaka kojima se organizira i provode različiti oblici i sadržaji izvan mjesta stanovanja, te su osnova logičnom, cjelovitom i svrsishodnom vođenju aktivnosti orijentiranih prema unaprijed utvrđenom cilju. Ciljevi su povećanje stupnja zdravlja, humanizacija odnosa i kvalitetnog provođenje slobodnog vremena (Rubeša, 1989).

Skiperi, koji su završili Kineziološki fakultet i usmjerenje jedrenja, ističu kako im je metodički pristup koji su naučili na fakultetu uvelike pomogao u približavanju jedrenja gostima.

Kineziologa skipera najbolje se može opisati kroz aktivnosti skener yachtinga. Skener yachting je firma koja educira kineziologe koji se bave skiperskim poslom i na tržište nautičkog turizma uvodi novu vrstu skipera koji se zovu skeneri. Skener je neologizam proizašao iz riječi skiper i trener, a skeneri, uz osnovnu funkciju skipera upravljanja plovilom, provode različite sportske i kineziološke aktivnosti s gostima. Ovakvim proširivanjem ponude nautičkog turizma koja gostima na jedrilici i charter kompanijama nudi na raspolaganje provjerene skipere istovremeno zadovoljava sve veću potražnju za aktivnim odmorom. Ideja o skenerima proizašla je s Kineziološkog fakulteta davnih dana, no sve do prošle godine nije se provela u praksi. Kao što je već navedeno, većina studenata usmjerenja Kineziologije u edukaciji i jedrenju odlučuje se uključiti u nautički turizam te su zbog svoje raznolikosti među socijalnim, metodičkim i praktičnim vještinama koje su stekli kroz nastavu, vrlo traženi od strane chartera.

Skener yachting je u svoju ponudu odlučio ubaciti 7 aktivnosti: fitnes, ronjenje na dah, masaža, jedrenje, plivanje, jedrenje na dasci i jogu. Gosti se od navedenih aktivnosti moraju odlučiti za jednu koju mogu odabrati u kombinaciji s jedrenjem. Jedrenje je posebna aktivnost zato što se provodi za vrijeme prolaženja puta dok se ostale aktivnosti provode za vrijeme kad je brod vezan u luci ili uvali. Više od jedne aktivnosti koja se provodi uz jedrenje ne bi bilo moguće jer skiper ima i druge obaveze oko broda, a i ne smije se zanemariti skiperovo slobodno vrijeme, odnosno vrijeme za odmor koje je potrebno kako bi se posao mogao obavljati na visokoj razini.

4.2. Aktivnosti na jedrilici

Prilikom svakog prebacivanja jedrilice s početne do odredišne točke postoji mogućnost za jedrenje, jedini uvjet jest postojanje vjetera. Ovo je idealna aktivnost prilikom koje se može prolaziti zadani put za taj dan bez upotrebe motora te se tako može znatno uštedjeti na potrošnji goriva. Program jedrenja sastoji se od teorijskog djela koji traje jedan sat i praktičnog u trajanju od tri sata.

Predznanje gostiju u području jedrenja nije potrebno za provođenje programa, no ako predznanje postoji program se prilagođava i nastavlja na prethodno stečeno znanje. Dodatna oprema za jedrenje nije potreba jer se sve potrebno već nalazi na jedrilici.

Učenje samog jedrenja može se provoditi kratkoročno u periodu do jednog dana, može biti srednje duljine u periodu od nekoliko dana i duže učenje od nekoliko tjedana. Sudjelovati se može kao putnik, aktivni sudionik i član posade. Jedrenje se može organizirati u obliku da se ide od luke do luke ili da se ne pristaje nigdje tijekom cijelog putovanja. Treninzi jedrenja popularni su za morske entuzijaste, poslovna putovanja, osobno razvijanje jedriličarskih sposobnosti, izgradnju timova (eng. *team building*), avanturiste i zaljubljenike u jedrenje (Jennings, 2007).

Aktivnost koja će privući goste željne adrenalina zasigurno je jedrenje na dasci. Hrvatska obala puna je uvala gdje se mogu učiti prvi koraci na dasci. Za početnike je poželjno malo vjetera s kojim će lakše savladati stajanje na dasci i upravljanje samim jedrom. Za one napredne postoje lokacije, odnosno kanali u kojima se skoro svakodnevno razvijaju vjetrovi koji daskašima daju priliku za većim brzinama, ovisno o njihovom znanju i želji za adrenalinom. Najpoznatije lokacije za to su kanali između otoka Hvara i Brača te između Pelješka i Korčule. Oprema za jedrenje na dasci koja se sastoji od daske i jedra može stvarati problem na jedrilici koja nema previše mjesta. Iz tog razloga se za one koji žele jedriti na dasci za vrijeme odmora preporučuje veća jedrilica oko 50 stopa ili pak katamaran na kojem ima dovoljno mjesta za skladištenje opreme.

Plivanje je aktivnost koja je usko povezana s putovanjem na brodu. Za vrijeme putovanja znanje ili neznanje plivanja može uvelike obilježiti odmor. U današnje vrijeme znanje plivanja uzima se zdravo za gotovo te se pretpostavlja da sve odrasle osobe znaju plivati. U praksi to nije tako, upravo za takve osobe i za djecu program obuke neplivača uvelike bi mogao promijeniti odmor te bi za vrijeme boravka na brodu mogli pobijediti svoje strahove i naučiti ovu važnu životnu aktivnost. Osim obuke neplivača, postoje i programi za unaprjeđenje tehnike kojima bi gosti mogli usavršiti svoju tehniku ili pak naučiti neku novu. Postoje četiri plivačke tehnike i među njima uvijek postoji mjesta za napredak. Program na jedrilici sastoji se od jednog sata teorijskog i dva sata praktičnog predavanja na moru. Za provođenje programa plivanja na brodu potrebne su plivačke naočale, daska za plivanje, ostali plivački rekviziti koji poboljšavaju plovnost i igračke namijenjene za djecu.

Fitnes kao aktivnost na brodu provodi se jednom do dva puta dnevno. Prije početka provođenja aktivnosti potrebno je proći kroz teorijski dio treninga kako bi se gosti upoznali s programom i kako bi se povećala efikasnost praktičnog djela treninga. Većina fitnes programa može se provoditi na brodu, no prebacivanjem na obalu uvjeti se znatno poboljšavaju jer je Jadranska obala puna prelijepih mjesta u kojima gosti mogu uživati prilikom treninga. Treninzi se prilagođavaju fizičkoj spremi i ciljevima gostiju te o tome ovisi količina treninga u danu, intenzitet i trajanje treninga. Oprema koja je potrebna za provođenje fitnes programa sastoji se od prostirke za vježbanje, girja, bučica, užeta za preskakanje i elastične trake. Također, u trening se može ubaciti i glazba kako bi pomogla pri motivaciji, ritmu i tempu vježbanja, dok se prilikom vježbanja na obali može i prepustiti zvukovima prirode.

Za sve dosad navedene aktivnosti studenti usmjerenja Kineziologije u edukaciji i jedrenju ne trebaju dodatnu edukaciju, jer su osnove poduke naučili kroz program Kineziološkog fakulteta i usmjerenja. Za naprednu poduku naprednih elemenata u navedenim sportovima, kao i u spotovima i aktivnostima koje ću navesti u nastavku potrebno je završiti dodatne tečajeve u privatnom aranžmanu.

Jedna od aktivnosti kojom se najbolje mogu vidjeti ljepote Jadrana jest ronjenje na dah. Ronjenjem se može istraživati morsko dno i sve čari koje krije podvodni svijet Jadranskog mora. Da bi se sigurno moglo nekoga poučavati ronjenju na dah, potrebno je završiti barem početni tečaj ronjenja na dah te se kroz izborni predmet na fakultetu dodatno mogu proširiti znanja u tom području. Kod ovog sporta sigurnost ima posebnu prednost pred ostalim elementima učenja. Tako je „zlatno pravilo“ ronjenja da se nikad ne roni sam. U slučaju neke nezgode ili gubitka svijesti brza pomoć je od iznimne važnosti. Oprema koja je potrebna za ronjenje je maska, disalica, peraje i ronilačka bova s konopom koju se lako može zamijeniti sidrenim lancem na jedrilici za vrijeme boravka u uvali. Kod ovog sporta teorijski dio i vježbe na suhom obavezne su prije samog praktičnog djela i zarona. Izrazito bitna stvar kod ovog sporta je „slušanje“ svog tijela i neprelaženje granica u gode tijekom zarona.

Joga je aktivnost koja je izrazito kompatibilna s odmorom na jedrilici zato što je joga opuštajuća aktivnost kojom se odmor na jedrilici može podići na novu razinu. Ovom aktivnošću na brodu počele su se baviti već neke firme poput „Yoga sailing holidays“ te se osim u Hrvatskoj ture provode i u Grčkoj, Italiji i na Karibima. Ako se student kineziologije odluči za izborni predmet

Joga tijekom studiranja, osposobljen je za provođenje ove aktivnosti. Moguće je završiti dodatan tečaj kroz koji će se educirati za provođenje ove aktivnosti. Za provođenje joga na brodu potrebne su prostirka za jogu i kocke za jogu. Aktivnost je najbolje provoditi dva puta dnevno za vrijeme izlaska i zalaska sunca zato što se tako idealno može krenuti u dan te tijekom zalaska smiriti organizam za počinak.

Aktivnost koja opušta tijelo čak i više od joga je masaža. S masažom se kineziolozi susreću na predmetu Kineziterapija, no dodatna poduka u ovoj aktivnosti bitna je zato što kroz nastavu na fakultetu studenti nemaju dovoljno prilike za praksu. Tako se dodatna poduka mora bazirati na praktičnom djelu popraćenim teorijskim predavanjima. Na jedrilici je kineziolog u mogućnosti odraditi 4-6 masaža po 20 minuta odnosno do 2 sata dnevno. Od opreme je potreban stol za masažu, ulje za masažu, ručnici i plahte. Za provođenje masaže idealno bi bilo prebaciti se na kopno u hladovinu borove šume gdje se maksimalno opuštanje pospješuje pjesmom cvrčaka i šumom valova.

5. Zaključak

Skiperi kineziolozi završenog usmjerenja Kineziologija u edukaciji i jedrenju Kineziološkog fakulteta, u usporedbi sa skiperima s drugačijem obrazovanjem koje se također smatra dovoljnim za obavljanje posla skipera, ističu se zbog opsežnijeg znanja jedrenja, metodičkom pristupu i sposobnosti prijenosa znanja. Znanje stečeno u 5 godina fakultetskog obrazovanja nemoguće je uspoređivati sa znanjem stečenim u tjedan do mjesec dana tečaja. Fakultet daje znanstvenu pozadinu studentima pohađanjem, ne samo predmeta koji pripremaju studenta na upravljanje brodom, već se uči i o ostalim područjima koja su usko povezana s jedrenjem poput meteorologije, aerodinamike i hidrodinamike. Također, u program su uključeni i sportovi koji su korisni u skiperskoj profesiji poput plivanja i ronjenja na dah.

Usmjerenje je namijenjeno za edukaciju trenera jedrenja, no stanje tržišta rada pokazuje kako je puno veća potražnja za skiperima te većina studenata po završetku studija odabire skipersku karijeru. Stoga, usmjerenje bi bilo dobro prilagoditi stanju na tržištu rada te povećati fokus na pripremu studenata za skipersku karijeru. Važne vještine skipera kojima bi se mogla pridonijeti veća pozornost su znanje engleskog jezika uz učenje rječnika povezanim uz jedrenje i sigurnost na brodu, uslužnost, poznavanje geografije Jadranske obale i planiranje ruta.

Unatoč tome što program usmjerenja nije fokusiran na posao skipera, kineziolozi sa završenim usmjerenjem Kineziologija u edukaciji i jedrenju traženi su na tržištu i bez poteškoća nalaze posao.

6. Literatura

1. Barbarić, T. (2018). Hrvatska charter flota drži 40% svjetske flote plovila za najam. <https://www.tportal.hr/biznis/clanak/hrvatska-carter-flota-drzi-40-posto-svjetske-flote-plovila-za-najam-foto-20180429>
2. Bartoluci, M. i Čavlek, N. (1998). Turizam i sport. Zagreb: Tiskara Grafa.
3. Bartoluci, M. i Čavlek, N. (2007). Turizam i sport – razvojni aspekti. Zagreb: Školska knjiga.
4. Družić, T. (2020). Perspektiva studenata Kineziološkog fakulteta izbornog smjera jedrenje na tržištu rada (Diplomski rad). Preuzeto s <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:117:132776>
5. Gibson H. (1998). Active sport tourism: who participates? Leisure studies, 17 : 155-170
6. Hasanović P.(2018). Sportski turizam kao marketinški element pozicioniranja Hrvatske kao turističke destinacije.
7. Hudson, S. (2003.) Sport and adventure tourism. The Haworth Hospitality Press: New York, London, Oxford.
8. Jadreško, D. (2016.) Suvremeni trendovi u nautičkom turizmu.
9. Jennings, G. (2007). Water-based tourism, sport, leisure and recreation experiences.
10. Kineziološki fakultet Sveučilište u Zagrebu. (2022). https://www.kif.unizg.hr/o_nama
11. Luković T.(2007). Nautički turizam, definiranje i razvrstavanje
12. Maglov, M. (2021). Povjesni razvoj predmeta Sportovi na vodi na Kineziološkom fakultetu Sveučilišta u od 1959. do 2019. Godine (Diplomski rad). Preuzeto s <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:117:555976>
13. Mikulić, M. (2018). Sportski turizam u gradu Splitu – sadašnje stanje i razvojni potencijali
14. Mišigoj-Duraković, M. i sur. (2018). Tjelesno vježbanje i zdravlje. Zagreb: Znanje.
15. Mraković, M. (1992). Uvod u Sistematsku kineziologiju. Zagreb: Faculty of Physical education, University of Zagreb.

16. Relac, M. (1974). Utjecaj aktivnog odmora na neke funkcionalne sposobnosti organizma. Čakovec: Zrinski.
17. Relac, M., Bartoluci, M. (1987). Turizam i sportska rekreacija. Zagreb, Informator.
18. Rubeša, D. (1989). Metodika sportske rekreacije izvan mjesta stanovanja. Zagreb: MD.
19. Sleight, S. (2004). Priručnik za jedrenje. Zagreb: Znanje.
20. Tomašević, E. (2007). Jedrenje, Mornarske vještine. Split: Pajet.
21. Verma, A. K., Prakash, S. (2020). Impact of COVID-19 on environment and society. Volume 9, Number 5, pp. 7352-7363.
22. Weed, M. (2008). Sport and Tourism. New York: Routledge.