

VODIČ ZA UPIS U SPORTSKE KLUBOVE



ŠPORTSKA
ZAJEDNICA
GRADA ZADRA

ŠPORTSKA ZAJEDNICA GRADA ZADRA

Adresa: Molatska 11a, 23000 Zadar

Telefon: 023/627 400

Tel/Fax: 023/627 401

E-Mail: info@szgz.hr

Web: www.szgz.hr



ŠPORTSKA
ZAJEDNICA
GRADA ZADRA

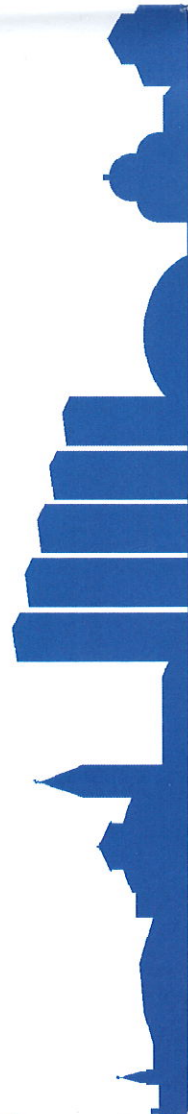
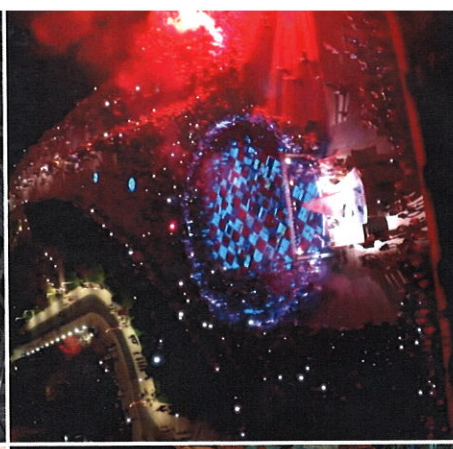
u potpunosti saživili sa respektabilnim brojem sudionika, s obzirom da su metodički zanimljiviji te su doprinijeli inkluziji sudionika u domicilnu sredinu te utjecali na boljitak njihovog zdravstvenog statusa.

Program mala sportska škola, obuhvaća tjelesno vježbanje za djecu u dobi od 7-10 godina, te je kao takva eksperimentalno pokrenuta od strane stručne službe Sportske zajednice, gdje obuhvaća trenažni proces koji objedinjuje sve značajke tjelesnog vježbanja primjerenog dobi djece. Program je specifičan jer podrazumijeva, stručno usmjeravanje djece ka izboru i bavljenju određenim sportom primjerenim njihovim sposobnostima, te kao podrška i stimulans bavljenja tjelesnom aktivnosti od najranije dobi, te je socijalno osjetljiv s obzirom da je besplatan čime se djecu potiče na daljnje bavljenje sportom.

Daljnja ideja je povećavanje broja programa i opsega trenažnih procesa u navedenim programima i još nekim novim programima, čime će se stvoriti mogućnost bavljenja tjelesnim aktivnostima svim populacijama od djece, mladeži, odraslih te umirovljenika. Pokrovitelj svih programa je Grad Zadar koji putem ŠZGZ i UO kulturu i šport Grada Zadra omogućuje realizaciju navedenih programa.



ŠPORTSKA
ZAJEDNICA
GRADA ZADRA



AIKIDO

Aikido je moderan izraz tradicionalnih borilačkih vještina (budo). Nastao je u Japanu u prvoj polovici prošlog stoljeća. Naziv aikido sastoji se od tri znaka, odnosno riječi: AL-harmonija, sklad, KI-životna energija, sveprožimajući princip, DO-pu, staza. Ova nenasilna, natjecateljska borilačka vještina prikladna je za ljude svih dobi, te je idealna vježba za sve koji žele postići fleksibilnost, snagu, izdržljivost i ravnotežu. Kontinuirano vježbanje omogućuje poboljšanje psihofizičkog i mentalnog stanja. Aikido uspješno vježbaju djeca, žene i muškarci zrele životne dobi.

Aikido klub "Zadar", Stomorica 7, 23000 Zadar

Kontakt: 023/251-210, 091/337-77-76 (Nenad Vertovšek). Trenažni proces odvija se u Medicinskoj školi Ante Kuzmanića, u ulici dr. Franje Tuđmana.

Športski aikido klub "Donat", Julija Klovčića 36, 23000 Zadar

Kontakt: 023/332-263, 091/539-24-92 (Renata Ruić-Funčić). Trenažni proces odvija se u prostorijama kluba.

ATLETIKA

Jedna je od temeljnih i najraširenijih sportskih grana, a njezine se discipline odlikuju motoričkim kretanjima koja se uspješno mogu primjenjivati tijekom obrazovnog procesa ili kroz druge oblike vježbanja, pomoću kojih se značajno utječe na podizanje opće psihofizičke sposobnosti pojedinca. Atletika je polazište i temelj za sve ostale sportove. Razvoji djece kontinuirano se prati kroz niz testnih vježbi u atletskoj igraonici. Djecu koja odkaču svojim sposobnostima, imaju afinitete za atletiku ili jednostavno prerastu dob za igraonicu, u dogovoru s roditeljima upućuje se u Atletsku školu kao idući stupanj.

Atletski klub "Alojzije Stepinac", Vinkovačka 35f, 23000 Zadar

Kontakt: 023/326-109, 098/133-70-36 (Slobodan Mijolović).

Trenažni proces odvija se u Športskom centru Višnjik d.o.o., na vanjskim terenima, na adresi Domovinskog rata 7.

Atletski klub "Olympionik" – Zadar, Ulica kralja S. Držislava 4, 23000 Zadar

Kontakt: 023/213-899, 091/161-11-66 (Perica Korica)

Trenažni proces odvija se u Športskom centru Višnjik, na vanjskim terenima.

Atletski klub "Start" – Zadar, Bana Josipa Jelačića 24a, 23000 Zadar.

Kontakt: 023/315-523, 098/935-27-93 (Jurica Vuleta)

Trenažni proces odvija se u Športskom centru Višnjik, na vanjskim terenima.

Atletski športski klub "Zadar" – Zadar, Edvina Androvića 2, 23000 Zadar

Kontakt: 023/301-691, 099/234-51-22 (Helena Vulić)

Trenažni proces odvija se u Športskom centru Višnjik, na vanjskim terenima.

Klub atletskih veterana "Zadar" – Zadar, Pašmanski prilaz 15, 23000 Zadar
Kontakt: 098/909-51-62 (Borislav Perica). Trenažni proces odvija se u Športskom centru Višnjik, na vanjskim terenima.

Maraton klub "Festina Lente" – Zadar, Benka Benkovića 1/g, 23000 Zadar

Kontakt: 095/903-50-32. Trenažni proces odvija se u Športskom centru Višnjik, na vanjskim terenima.

AUTOMOBILIZAM

Svojim dugogodišnjim kvalitetnim radom stručnih kadrova (klubovi, županijski savezi) kontinuirano podiže svoje organizacijske i natjecateljske rezultate, te je ovaj sport s pravom postao jedan od prepoznatljivih sportskih proizvoda. Automobilizam kao propulzivan i moderan tehnički sport zanimljiv je najvećem broju mladih koji iziskuje maksimalnu koncentraciju i predano u pripremi za kvalitetniji i ispunjeniji život uopće, a isto tako nas priprema za veću sigurnost svakodnevnog boravka na prometnicama koja je u današnjem načinu života vrlo bitan čimbenik, odnosno način života.

Automobilistički klub "RTZ" – Zadar, Put Murvice 29, 23000 Zadar

Kontakt: 095/808-47-75 (Goran Ban). Automobilistički klub "RTZ" osnovan je radi natjecanja na domaćoj i međunarodnoj automobilističkoj sceni i radi organiziranja samih natjecanja.

BADMINTON

Sport koji se igra reketom, a u kojem se susreću ili dva pojedinca ili dva para. Badminton je natjecateljski sport, ujedno i standardni olimpijski sport, koji se igra u pet kategorija: pojedinačno žene i muškarci, ženski i muški parovi te mješoviti parovi. Badminton je također vrlo raširen vid rekreacije, pogodan i za igru u prirodi, bez mreže ili pravila, zbog čega se često od neupućenih ne doživljava kao ozbiljan sport, dok je to doista tehnički zahtjevan sport koji od natjecatelja, uz vještinu, traži i izdržljivost, snagu i brzinu.

Badmintonski klub "Iader" – Zadar, Ante Starčevića 15/d, 23000 Zadar

Kontakt: 023/240-406; 099/317-79-62 (Ernesto Šimac).

Trenažni proces odvija se u Športskom centru Višnjik, na vanjskim terenima.

BASEBALL

Baseball klub "Donat" – Zadar, Put Murvice 99, 23000 Zadar

Kontakt: 098/853-869 (Ivica Anić).

Trenažni proces odvija se u Športskom centru Višnjik, na vanjskim terenima.

BICIKLIZAM

Grana sporta koja obuhvaća različite načine vožnje biciklom. Koristan je kao terapija protiv stresa i napetosti, pojačava samokontrolu i vraća sigurnost u samoga sebe. Budi volju za aktivnošću, druženjem, sklapanjem novih prijateljstava i želju za otkrivanjem nepoznatog. Razvija smisao za ravnotežu. Pruža osjećaj slobode u doticaju s prirodom. Biciklizam je dobro početi trenirati s 12 godina.

Biciklistički klub "Macaklin" – Zadar: Ugljanska 6/a, 23000 Zadar

Kontakt: 023/342-190; 095/900-83-08 (Ivan Govorčin).

Trenažni proces odvija se na javnim površinama Grada Zadra i Zadarske županije.

Biciklistički klub "Sv.Donat" – Zadar, Rikarda Katalinića Jeretova 5, 23000 Zadar

Kontakt: 095-199-19-45 (Ivan Krpina). Trenažni proces odvija se na javnim površinama Grada Zadra i Zadarske županije.

Biciklistički klub "Zadar" – Zadar, Put Stanova 3, 23000 Zadar

Kontakt: 098/177-18-01 (Neven Pavić)

Trenažni proces odvija se na javnim površinama Grada Zadra i Zadarske županije.

BILJAR

Opsežan je pojam koji označava širok spektar igara za čije je odigravanje potreban stol prekriven posebnim platnom, štap (ke) i određen broj kugli. Natjecanje može biti pojedinačno ("jedan na jedan") ili u parovima. Igrači za pomicanje kugli služe se isključivo vrhom štapa prema jasno određenim pravilima. Usprkos višestoljetnoj popularnosti biljara kao omiljene zabave i razbibrige, profesionalno doba nastupilo je tek sredinom 20. stoljeća. Osim u posebnim klubovima namijenjenim igranju raznih inačica biljara, stolovi posvećeni neformalnoj igri uz mnogo opuštenija pravila nalaze se u povećem broju kafića.

Biljarski klub "11" Zadar – Zadar, Krajice mira 3, 23000 Zadar

Kontakt: 023/214-339; 098/463-552 (Čedomir Perinčić)

Trenažni proces odvija se unutar prostorija kluba, na adresi Krajice mira 3.

BOČANJE

igra za koju nisu potrebne snaga i brzina (osim u brzijskim disciplinama), a ozljede su vrlo rijetke. Rašireno je među svim dobnim skupinama, od 7 do 87 godina. S obzirom da ne treba imati veliku, niti posebno pripremljenu površinu (može se igrati na različitim podlogama, osim izrazito blatnjavima) za igrati ovu igru, raširena je u svim sredinama.

Boćarski klub "Bili Brig" – Zadar, Put Pudarice 1f, 23000 Zadar

Kontakt: 023/327-957; 091/449-29-22 (Goran Ljičić)

Trenažni proces odvija se na javnim boćalištima, na prostoru naselja Bili Brig.

Boćarski klub "Brodarica" – Zadar, Denisa Špika bb, 23000 Zadar

Kontakt: 023/332-487; 098/956-76-61 (Jozo Jelčić).

Trenažni proces odvija se na javnim boćalištima – boćalište Brodarica.

Boćarski klub "Crvene kuće" – Zadar, Antuna Dobronića 10, 23000 Zadar

Kontakt: 098/330-803 (Ante Kardum). trenažni proces odvija se na javnim boćalištima, boćalište Crvene Kuće.

Boćarski klub "Veteran" – Zadar, Put Dikla bb, 23000 Zadar

Kontakt: 023/333-174; 092/306-40-96 (Luka Škara). Trenažni proces odvija se na javnim boćalištima – boćalište Brodarica.

Boćarski športski klub "Zadar" – Zadar, Put Pudarice 11c, 23000 Zadar

Kontakt: 023/214-093; 098/196-27-65 (Milivoj Colić). Trenažni proces odvija se na javnim boćalištima.

BODY BUILDING

Doslovno znači "izgradnja tijela", planski je, sistemski i trajni proces hipertrofije, definicije muskulaturnog sistema i tjelesne simetrije. Na treningu u teretani izvode se vježbe s utezima, a na posebno oblikovanim spravama s ciljem stimuliranja rasta mišićne mase. Na natjecanjima, sudci ocjenjuju mišićnu masu, definiciju mišića, simetriju, proporcije i nastup na pozornici.

Body building klub "Huik" – Zadar, Frane Alfrevića 13, 23000 Zadar.

Kontakt: (Zoran Tokić).

BOKS

Podjednako utječe na sve mišićne skupine i tako doprinosi ravnomjernom razvoju mlade osobe. Pravilno vođen i pedagoški usmjeren proces obuke mladog boksača od strane trenera boksa svrstava u obrambenu disciplinu. Pored utjecaja na fizički razvoj ima utjecaj i na psihološki razvoj (daje osjećaj sigurnosti) te na taj način direktno sudjeluje u pripremi mlade osobe za život.

Boksački klub "Diabolik" – Zadar, Jakova Mikalje 22, 23000 Zadar

Kontakt: 023/241-334; 091/571-08-32 (Asia Zrilić). Trenažni proces se odvija u Športskom centru Višnjik, u dvorani ŠC Višnjik, na adresi E. Androvića 2.

Boksački klub "Dijagora" – Zadar, Molatska 11/a, 23000 Zadar

Kontakt: 023/316-114. Trenažni proces se odvija se u prostorijama kluba.

Boksački klub "Sv. Krševan" – Zadar, Senjska 7, 23000 Zadar

Kontakt: 023/318-401; 098/924-98-42 (Nenad Mitrović).

Trenažni proces odvija se u prostorijama kluba, na adresi Vinkovačka 1 – Bili Brig.

Boksački klub "Zadar" – Zadar, Crno 40, 23000 Zadar
Kontakt: 099/763-74-93 (Dragan Vidalić). Trenažni proces odvija se u prostorijama kluba, na adresi ulica Miroslava Križevca.

Boksački klub "Zlatna rukavica" – Zadar, Ivana Mažuranića 10, 23000 Zadar
Kontakt: 098/941-58-19 (Šime Filipi). Trenažni proces odvija se u prostorijama kluba, na adresi Ivana Mažuranića 10.

Boksački klub "Rebel" – Zadar, Jurja Bjankinija 6b, 23000 Zadar
Kontakt: 098/174-11-79 (Mario Nikolić). Trenažni proces odvija se na Športskom centru Višnjik d.o.o., u prostorijama kluba, na adresi Domovinskog rata 7.

DALJINSKO PLIVANJE

Disciplina plivanja koja gdje se osim bazena pliva i na moru, rijekama, jezerima, itd. Postoje i službena natjecanja u daljinskom plivanju, a uobičajene dionice su 5, 10 i 25 km. Također se vode i različiti rekordi u disciplinama daljinskog plivanja, tzv. ultra maratoni.

Klub daljinskog plivanja "Donat" – Zadar, Put Klementa 7, 23000 Zadar
Kontakt: 023/300-444; 023/213-897, 098/650-281 (Silva Masnov).
Trenažni proces odvija se na zatvorenom bazenskom plivalištu Š.C Višnjik d.o.o. i na vanjskom bazenskom plivalištu Kolovare.

HRVANJE

Borilačka vještina, ali i standardni olimpijski sport. Riječ je o borbi dvaju protivnika čiji je cilj protivnika svladati koristeći različite zahvate, ali su pri tome zabranjeni udarci bilo koje vrste. Hrvanje je jedan od najstarijih sportova općenito, kojim su se bavili još u doba stare Grčke, a u programu je modernih Olimpijskih igara od prvih dana do danas.

Hrvački klub "Zadar" – Zadar, Savarska 22, 23000 Zadar
Kontakt: 023/332-680; 098/957-97-49 (Vladimir Menčik).
Trenažni proces odvija se u prostorijama kluba, na adresi Cerodole 21.

JEDRENJE

je umijeće upravljanja jedrilicama odnosno plovila na vodi pokretanog isključivo snagom vjetra. Valja napomenuti da je jedrenje danas olimpijski sport što ga čini cijenjenim i sve omiljenijim u društvenoj zajednici.

Jedrilicaški klub "Punta Bajlo" – Zadar, Put Bajla bb, 23000 Zadar
Kontakt: 098/369-318 (Mladen Bajlo).

Jedrilicaški klub "Sv. Krševan" – Zadar, Grigora Viteza 12, 23000 Zadar
Kontakt: 023/231-679, 098/940-417-72 (Edo Fantela). Trenažni proces odvija se u prostorijama kluba te na području plaže Vitrenjak.

Jedrilicaški klub "Uskok" – Zadar, Obala kneza Trpimira 55, 23000 Zadar
Kontakt: 023/337-845, 098/207-269 (Ive Mustać), 099/529-37-848 (Hrvoje Grdović).
Trenažni proces odvija se u prostorijama kluba te, na području plaže Vitrenjak.

Kiteboarding klub "Adrenalin" – Zadar, Poljana D. Domjanića 46, 23000 Zadar
Kontakt: 023/334-414, 099/513-42-18 (Damir Veledar).

Klub jedrenja na dasci "Fortunal" – Zadar, Poljana D. Domjanića 46, 23000 Zadar
Kontakt: 023/334-414, 099/513-42-18 (Damir Veledar).

JUDO

Relativno mlad sport nastao on nekoliko borilačkih vještina, a zbog mnogo različitih elemenata gimnastike, specifičnih vježbi i tehnike juda koristan je za višestruki razvoj organizma, te uz fizički razvoj, ima i odgojnu komponentu te pozitivno utječe na emocionalni razvoj djece i socijalizaciju. Judo je brzo ušao u škole i kao takav je u sastavu natjecanja školskog športa. Djeca ga izuzetno dobro prihvaćaju jer je najbliži njihovom načinu kretanja, valjanja, padanja, uz igru i prilagođenu judo tehniku. Training, borbe i natjecanja za djecu prilagođena su pravilima i kontroliranim uvjetima s ciljem maksimalne sigurnosti djece. Judo za djecu sadrži prilagođena korisna učenja koja se odlično nadograđuju s drugim sportovima stoga spada u skupinu bazičnih sportova. Ju-do znači nježan način. UNESCO je judo proglasio najboljim inicijalnim sportom za djecu i mlade od 4 do 21 godine.

Judo klub "Zadar" – Zadar, Edvina Androvića 2, 23000 Zadar
Kontakt: 023/324-984, 098/332-584 (Ante Zanki). Trenažni proces odvija se unutar kompleksa ŠC Višnjik u prostorijama kluba, na adresi Domovinskoga rata.

JU-JITSU

Doslovno znači "mekana vještina" ili "popustljiva vještina", kolektivno je ime za japanske stilove borilačkih vještina koje uključuju goloruke tehnike borbe i tehnike oružjem. Ju jitsu razvio se među samurajima u feudalnom Japanu kao način golorukog savladavanja naoružanog i oklopljenog protivnika. S obzirom na neefikasnost udaranja oklopljenog protivnika, ju jitsu ima najučinkovitije metode za neutraliziranje neprijatelja bilo u obliku hvatanja, polugama na zglobovima i bacanjima. Ove tehnike razvile su se oko principa upotrebljavanja energije napadača protiv njega samoga, umjesto izravnog suprostavljanja.

Ju-jitsu klub "Donat" – Zadar, Dubrovačka 20a, 23000 Zadar
Kontakt: 023/214-848, 099-530-04-78 (Saša Stipančić).
Trenažni proces odvija se u prostorijama kluba.

Ju-jitsu klub "Zadar" - Zadar, Ivana Mažuranića 32, 23000 Zadar
Kontakt: 023/251-721, 091/721-47-37 (Damir Šalina).
Trenažni proces odvija se u prostorijama kluba.

KARATE

Borilačka vještina koja koristi sve dijelove tijela u svrhu samoobrane. Karate pozitivno utječe na usvajanje zdravog načina života, unapređuje zdravlje i kvalitetu života, smanjuje rizik od kroničnih bolesti i ima pozitivan učinak na razvoj osobnosti. Djeca koja se odmalena bave karate aktivnošću, već, u ranoj životnoj dobi razvijaju radne navike i samodisciplinu. Karate, također, ima pozitivnu ulogu i u emocionalnom razvoju djece olakšavajući im socijalizaciju.

Karate klub "Croatia" – Zadar, Put Stanova 3, 23000 Zadar

Kontakt: 023/319-014, (091/760-49-66) Hrvoje Mikecin.

Trenažni proces odvija se u kompleksu ŠRC Francka Lisice.

Karate klub "Zadar" – Zadar, Krste Hegedušića 7, 23000 Zadar

Kontakt: Goran Glavan (098/272-848). Trenažni proces odvija se u ŠC Ravnice.

Karate klub "Zvonimir" – Zadar, Fra Ivana Zadrarina 1b, 23000 Zadar

Kontakt: 023/311-552, (098/614-413) Franjo Glavaš.

Trenažni proces odvija se u kompleksu ŠRC Francka Lisice.

KENDO

Drevna samurajska vještina koja u prijevodu s japanskog jezika znači "put mača". Današnji suvremeni samuraji, kendoke, za vježbu borbe koriste shinai, mač napravljen od bambusa. Kendom se mogu baviti svi, od djece do osoba u starijoj životnoj dobi, bez obzira na spol i fizičke predispozicije, a kroz treninge koji pomiču granice fizičke izdržljivosti, svi kendoke napreduju, kako u svojoj fizičkoj spremi i zdravlju, tako i u razvijanju kvaliteta, te izgrađuju pozitivan karakter i ostvaruju nova prijateljstva. Iako je borilačka vještina, u kendu su ozljede gotovo nepostojeće, što zbog tradicionalne zaštitne opreme, a posebice zbog razvijanja osjećaja poštovanja prema protivniku, ukratko izgrađuje ljudskog karaktera kroz usavršavanje vještine mačevanja.

Kendo klub "Ouka" Zadar, Domovinskog rata 6, 23000 Zadar

Kontakt: Marko Lukić (098/665-752).

Trenažni proces odvija se u ŠC Višnjik d.o.o. na adresi Splitska 3.

KICK BOXING

Nastao je na osnovama boksa, karatea i kung fua i ostalih borilačkih sportova. Osnovni je cilj svakog borca nadvladati protivnika boljom tehnikom, brzinom i snagom. On je vrlo kompleksan sport koji uz razvoj tijela razvija i karakter.

Kickboxing klub "Fight Factory" – Zadar, I. Mažuranića 32, 23000 Zadar

Kontakt: Ante Verunica (091/785-92-00).

Kickboxing klub "Sv. Krševan" – Zadar, Senjska 7, 23 000 Zadar

Kontakt: 023/318-401, Nenad Mitrović (098/924-98-42).

Trenažni proces odvija se na adresi Vinkovačka 1 – Bili Brig.

Kickboxing klub "Sv. Zoiilo" – Zadar, Poljana Jurja Dragišića 40, 23000 Zadar
Kontakt: Tomislav Torić (095/800-48-86). Trenažni proces odvija se na adresi Domovinskog rata 7.

Kickboxing klub "Pretorian" – Zadar, Kneza Novaka Krbavskog 13, 23000 Zadar
Kontakt: Mentor Topali (095/555-29-33). Trenažni proces odvija se u športskoj dvorani na adresi Ivana Mažuranića 32 a.

KONJIČKI SPORT

Jedan je od najstarijih športova, obuhvaća jahanje, galopске i kasačke utrke, dresuru konja, preponsko jahanje, lovno jahanje, polo i dr.

Konjički klub "Epona" – Zadar, Hrvatskog sabora 1, 23000 Zadar

Kontakt: 023/ 313-036, Edo Jelenković (099/673-71-06).

Trenažni proces odvija se u prosorima kluba, na adresi Hrvatskog sabora 1.

KOŠARKA

Izuzetno dinamična, kolektivna sportska igra. Igra se odvija na relativno malom terenu s velikim brojem igrača. te je uspjeh akcija direktno ovisan o kvaliteti motoričkih struktura igrača. Tome u prilog ide i da se lopta brzo prenosi od koša do koša, igrači su u neprekidnom kontaktu, a igra obiluje skokovima, kontaktima, sprintevima, zaustavljanjima, fintriranjima, pokrivanjima, promjenama smjera kretanja i ostalim elementima koji iziskuju izuzetne motoričke i funkcionalne sposobnosti. U službenom programu za osnovne škole košarka je obuhvaćena u djelu i koji se odnosi na sportske igre, a elementi košarkaške tehnike i taktike predviđeni su od 5. do 8. razreda.

Košarkaški klub "ABC" – Zadar, Vukovarska 6b, 23000 Zadar

Kontakt: 023/326-167, Željko Pribanović (091/326-3535). Trenažni proces odvija u ŠC. Višnjik d.o.o., na adresi Splitska 3.

Košarkaški klub "Jazine" - Arbanasi – Zadar, Jakova Gotovca 18, 23000 Zadar

Kontakt: 023/213-214, Branko Morić (098/730-042).

Trenažni proces odvija se u ŠC. Višnjik d.o.o i u dvorani Jazine.

Košarkaški klub "Pet bunara-veterani" – Zadar, Veslačka 2, 23000 Zadar

Kontakt: Tonči Jerak (099/882-26-23)

Košarkaški klub "Sonik-Puntamika" – Zadar, A. G. Matoša bb, 23000 Zadar

Kontakt: 023/335-735, Mirko Jošić (091/121-10-65; 091/235-25-30).

Trenažni proces odvija se u dvorani Jazine, na adresi Obala Kralja Tomislava 2.

Košarkaški klub "Voštarnica" – Zadar, Vinkovačka 35f, 23000 Zadar.

Kontakt: 023/326-176, Tomislav Klarica (091/326-17-66).

Trenažni proces odvija se u dvoranama ŠC. Višnjik d.o.o., na adresi Splitska 3 i u školskoj dvorani OŠ Šime Budinića.

Košarkaški klub "Zadar" š.d.d. – Zadar, Obala Kralja Tomislava 1, 23000 Zadar
Kontakt: 023/212-441. Trenažni proces odvija se u dvorani Jazine, na adresi Obala Kralja Tomislava 2.

Košarkaški klub "Zara" – Zadar, Polaišće 11, 23000 Zadar
Kontakt: 023/341-286, Marin Vrsaljko (098/221-448). Trenažni proces odvija se u dvoranama ŠC. Višnjik d.o.o., na adresi Splitska 3, te u dvorani Ravnice.

Športska škola košarke "Zadar" – Zadar, Splitska 3, 23000 Zadar.
Kontakt: 023/230-750, Tonči Jerak (099/311-16-47).
Trenažni proces odvija se u dvoranama ŠC. Višnjik d.o.o., na adresi Splitska 3.

Veteranski košarkaški klub "Zadar" – Zadar, Kralja Tomislava 1, 23000 Zadar
Kontakt: Bože Miličević (091/484-3333).
Trenažni proces se odvija:

KUGLANJE

Športska igra u kojoj se koristi kugla za pogađanje čunjeva, sa svrhom srušiti ih što više. Osnovne odredbe su vodoravna i glatka površina igračke podloge i raspoređenih devet čunjeva na njihovom postolju.

Kuglački klub "Donat Zaštita" – Zadar, Andrije Hebranga 9a, 23000 Zadar
Kontakt: 023/493-845, Marin Colić (091/528-93-33). Trenažni proces odvija se u kuglani na adresi Brune Bušića 3.

Kuglački klub "Donat" – Zadar, Brune Bušića 10, 23000 Zadar
Kontakt: 023/333-303, Danilo Zimić (098/188-03-05).
Trenažni proces odvija se u kuglani na adresi Brune Bušića 3.

Kuglački klub "Liburnija" – Zadar, Brune Bušića bb, 23000 Zadar
Kontakt: 023/633-074; 023/313-746, Petar Ugarković (091/734-43-18).
Trenažni proces odvija se u kuglani na adresi Brune Bušića 3.

Kuglački klub "Zadar" – Zadar, Brune Bušića 10, 23000 Zadar
Kontakt: 023/240-122, Ivica Penić (098/734-743)
Trenažni proces odvija se u kuglani na adresi Brune Bušića 3.

NOGOMET

Jedan od najpopularnijih sportova na svijetu, pa tako ne izostaje zanimanje djece i njihovih roditelja za ovakvu vrstu aktivnosti. U ranijoj školskoj dobi od sedam godina treninzi se baziraju više kroz druženje i igru uz osnovna motorička znanja koja se prenose. Djeca se upoznaju i sa raznim elementarnim i štafetnim igrama, opće pripremnim vježbama s loptom, raznim poligonima i samom nogometnom igrom. Nezaobilazno je učenje i stjecanje socijalnih vještina, druženje s vršnjacima, usvajanje navika kretanja i pripadnosti nekoj skupini.

Hrvatski nogometni klub "Dalmatinac" – Zadar, Crno 145, 23000 Zadar
Kontakt: 023/300-002, Alen Vukoša (098/273-807). Trenažni proces odvija se na nogometnom igralištu u Crmom, na adresi Crno 145.

Nogometni klub "Arbanasi" – Zadar, Stadionska 2, 23000 Zadar
Kontakt: 023/311-756, Edi Perović (091/733-46-06). Trenažni proces odvija se na pomoćnom nogometnom igrališta Stanovi na adresi Hrvoja Čustića 2.

Nogometni klub "Zadar" š.d.d. – Zadar, Hrvoja Čustića 2, 23000 Zadar
Kontakt: 023/312-792, Svetko Čustić (098/177-40-19).

Trenažni proces odvija se na na nogometnom igrališta Stanovi na adresi Hrvoja Čustića 2, te na igralištima Bagati ŠC. Višnjik. d.o.o.

Ženski nogometni klub "Donat" – Zadar, Put Bajla 4a, 23000 Zadar
Kontakt: 023/312-598, Edvin Šimunov (098/429-608). Trenažni proces odvija se na pomoćnom nogometnom igrališta Stanovi na adresi Hrvoja Čustića 2, te na igralištu ŠC. Višnjik. d.o.o

Nogometni klub "Zara" – Zadar, Ante Starčevića 19d, 23000 Zadar
Kontakt: Nikola Zorić (091/197-74-15). Trenažni proces odvija se na nogometnom igralištu ŠC Višnjik d.o.o. na adresi Domovinskoga rata.

ODBOJKA

Iznimno zdrav sport koji jača cijelo tijelo, jer se koriste gotovo sve skupine mišića. Odbojka je nekontaktni sport u kojem nema nasilja, to je sport koji razvija čitav niz sposobnosti i osobina koje su od velike važnosti za razvoj zdravog organizma. Većina odbojkaških pokreta dobri nosi simetričnom razvoju mišića, takav razvoj mišića je optimalan i idealan za zdravlje djeteta.

Odbojkaški klub "Arbanasi" – Zadar, Trg Gospe Loretske 3, 23000 Zadar
Kontakt: Karlo Lisica (091/799-624-79).

Odbojkaški klub "Donat" – Zadar, Put Pudarice 30b, 23000 Zadar
Kontakt: 023/327-265, Julija Kaleb (098/191-27-28).
Trenažni proces odvija se u dvorani SRC Ravnice Francka Lisice.

Odbojkaški klub "Zadar" – Zadar, Trg Petra Zoranića 1, 23000 Zadar
Kontakt: 023/213-809, Robert Kresoja (098/330-231; 095/912-44-94).
Trenažni proces odvija se u Š.C Višnjik d.o.o. na adresi Splitska 3.

PIKADO

Igra i športska disciplina u kojoj jedan ili više natjecatelja bacaju iz ruke male strelice na okruglu metu koja je podijeljena na dijelove u kojoj svaki dio nosi određen broj bodova. Pikado je igra za razonodu ali i profesionalni šport.

Pikado savez Zadarske županije – Zadar, Vukovarska 1/c, 23000 Zadar
Kontakt: Jure Jerak (091-433-23-66).

PLANINARSTVO

Planinarstvo je vrlo širok pojam koji obuhvaća gotovo sve čovjekove djelatnosti izrasto i neizravno vezane uz kretanje i boravak u prirodi. To je način i stil života, čitav niz aktivnosti koje suvremenom čovjeku čine život zanimljivim, zdravijim i nadasve ljepšim.

Alpinistički klub "Zadar" – Zadar, Bana Josipa Jelačića 3c, 23 000 Zadar
Kontakt: 023/679-112, Jana Mijailović (095/827-29-43).

Hrvatsko planinarsko društvo "Mala Rava" – Zadar, Mala Rava 16
Kontakt: 023/ 333-681, Zoran Simićić (095/887-60-80).

Hrvatsko planinarsko društvo "Zavrata" – Zadar, Molatska 11, 23000 Zadar
Kontakt: Nikola Stilinović (091/600-00-31).

Planinarsko društvo "Paklenica" – Zadar, Majke Margarite 6, 23000 Zadar
Kontakt: 023/301-636, Domagoj Dikić (099/213-12-22).
Trenažni proces odvija se u SC Višnjik d.o.o. te u adekvatnim prostorima za održavanje ove sportske aktivnosti.

Planinarski klub "Sv. Bernard" – Zadar, Palih rodoljuba 12, 23000 Zadar
Kontakt: Neven Zrilić (091/761-25-39)

PLIVANJE

5
Sport koji razvija snagu potrebnu za ostale sportove. Plivanje je ujedno i druženje, iskorištavanje slobodnog vremena, jačanje samopouzdanja, pozitivno utječe na psihosocijalni i fizički razvoj djeteta. Glavne prednosti treniranja plivanja su manje opterećenje kralježnice, razvijanje kardiovaskularnog sustava kao i centara za termoregulaciju.

Plivački klub "Jadera" – Zadar, Rivanjski prilaz 1, 23000 Zadar
Kontakt: 023/334-933, Vitomir Burčul (098/166-01-13).
Trenažni proces odvija se na zatvorenom bazenskom plivalištu ŠC Višnjik i otvorenom bazenskom plivalištu Kolovare.

Plivački klub "Zadar" – Zadar, Kolovare 2 a, 23000 Zadar
Kontakt: 023/312-320, Darko Smrkinić (098/331-057).
Trenažni proces odvija se na zatvorenom bazenskom plivalištu ŠC Višnjik i otvorenom bazenskom plivalištu Kolovare.

RONILAŠTVO

Jedan od sportova koji se najbrže širi svijetom, a oduvijek je postojala čovjekova želja da se spusti ispod površine mora, jezera, bilo u svrhu spašavanja, lova, rekreacije ili u vojne svrhe. Ronjenje je određeno kao ljudska aktivnost ispod vodene površine uz zadržavanje daha pri uronu ili uz upotrebu autonomnog ronilačkog aparata.

Ronilački klub "KPA" – Zadar, Obala kneza Trpimira 12a, 23000 Zadar
Kontakt: 023/332-954, Slavica Čolak (098/184-22-14).

Klub za ronjenje na dah "2 dive" - Zadar, Branimirova obala 4f, 23000 Zadar
Kontakt: Božidar Matković (091/500-04-19)

Ronilački klub "Zadar" – Zadar, Put Petrića 43, 23000 Zadar
Kontakt: 023/ 324-306, Duško Paulin (091/48-48-588).

RUKOMET

Sportska igra koja osigurava svestran tjelesni razvoj jer podjednako utječe na sve velike mišićne skupine. Kineziološka raznovrsnost i veliki broj različitih kretnih struktura zahtijeva podjednak angažman svih dijelova tijela, što osigurava ravnomjeran razvoj svih mišića tijela, kako ruku i nogu tako i trupa. Rukometna igra u znatnoj mjeri potiče pozitivne emocije i pospješuje psihološku stabilnost. Naglašena suradnja među igračima, stalno situacijsko sućeljavanje i brojni tjelesni kontakti pozitivno pridonose smanjenju anksioznosti kod djece.

Rukometni klub "Arbanasi" – Zadar, Vlahe Paljetka 2, 23000 Zadar
Kontakt: 023/317-279, Stipe Bjeliš (098/164-25-48).
Trenažni proces odvija se u športskoj dvorani Mocire na adresi Bruna Bušića 3.

Rukometni klub "Zadar 1954" – Zadar, Franje Petrića 3, 23000 Zadar
Kontakt: 023/324-772, Rade Šimićević (098/598-464).
Trenažni proces odvija se u športskoj dvorani Mocire na adresi Bruna Bušića 3.

Rukometni klub "Zadar 2013" – Zadar, Andrije Maurovića 3, 23000 Zadar
Kontakt: 023/214-058, Andelo Šare (095/860-92-01).
Trenažni proces odvija se u športskoj dvorani Mocire na adresi Bruna Bušića 3.

Ženski rukometni klub "Zadar" – Zadar, Lukoranska 9, 23000 Zadar
Kontakt: 023/335-060, Milan Zekanović (098/165-44-57).
Trenažni proces odvija se u športskoj dvorani Mocire na adresi Bruna Bušića 3.

Veteranski rukometni klub "Zadar" – Zadar, Franje Petrića 3, 23000 Zadar
Kontakt: 023/313-643, Lada Perinović (098/590-617).

SKOKOVI U VODU

Natjecateljski sport u kojem je cilj skakača što efektivnije, uz prezentaciju akrobatskih gimnastičkih elemenata tijekom skoka skočiti u vodu s povišenog mjesta. Skokovi u vodu su standardni olimpijski sport.

Klub za skokove u vodu "Zadar" – Zadar, Kolovare 2a, 23000 Zadar
Kontakt: Marko Neveščanin (099/60-47-130).
Trenažni proces odvija se na zatvorenom bazenskom plivalištu ŠC Višnjik i otvorenom bazenskom plivalištu Kolovare.

Športski klub za skokove u vodu "Arno" – Zadar, Savska 22, 23000 Zadar
Kontakt: 023/313-192, Arno Longin (098/171-30-97). Trenažni proces odvija se na zatvorenom bazenskom plivalištu SC Višnjik i otvorenom bazenskom plivalištu Kolovare.

SPORTSKI SAVEZ

Sportski akademski savez Sveučilišta u Zadru, Trg kneza Višeslava 9, 23000 Zadar
Kontakt: Tonči Jerak (099/311-16-47).

STOLNI TENIS

Kompleksan sport koji razvija sve najvažnije motoričke sposobnosti i koordinacijske vještine djece. Jedan je od najboljih izbora sa poticanje fizičkog i mentalnog razvoja djece. Nema fizičkog kontakta te je pogodan kao sport za osobe s visokim stupnjem invaliditeta.

Stolnoteniski klub "Donat" – Zadar, Benka Benkovića 14, 23000 Zadar
Kontakt: 023/242-096, Davor Aras (098/214-215). Trenažni proces odvija se u prostorijama stolnoteniske dvorane, na adresi Benka Benkovića 14.

Stolnoteniski klub "Jadera" – Zadar, Prolaz Opatice Vekenegge 6, 23000 Zadar
Kontakt: 023/250-020, Ivica Bujas (099/599-16-97). Trenažni proces odvija se u prostorijama stolnoteniske dvorane, na adresi Benka Benkovića 14.

Stolnoteniski klub "Zadar" – Zadar, Karma 1, 23000 Zadar
Kontakt: Duško Barić (092/123-42-57; 098/971-03-62). Trenažni proces odvija se u prostorijama stolnoteniske dvorane, na adresi Benka Benkovića 14.

SKOKOVI U VODU

Sport preciznosti kojem je cilj pogoditi metu lukom i strijelom. Kroz ovaj sport polaznici uče osnovne tehnike zakrivljenog luka, te je jedan od standardnih olimpijskih sportova.

Kyudo udruuga "Yumi" – Zadar, Pazinska 3, 23000 Zadar
Kontakt: Goran Blažević (091/570-27-10).

Strelčarski klub "Zadar" – Zadar, Stjepana Radića 42d, 23000 Zadar
Kontakt: Maja Pavković (098/315-082).

STRELJAŠTVO

Prolazeći kroz obuku polaznici stječu osnovna znanja o oružju. Trenirajući ovaj sport djeca uče pravilno rukovati oružjem i uče se finoj preciznosti i koordinaciji pokreta. Pomaže u razvoju pozitivnih psiholoških osobina i sportskom ponašanju.

Streljački klub "Lovac" – Zadar, Andrije Hebranga 10a, 23000 Zadar
Kontakt: 023/230-000, 091/226-21-00 (Danijel Telesmanić), 091/737-90-40 (Arden Dražević)

Streljački klub "Zadar" – Zadar, Brune Bušića 10, 23000 Zadar
Kontakt: 023/331-050, 098/499-334 (Jadranko Surać), 098/226-139 (Davor Zubčić)
Trenažni proces odvija se se u streljani na adresi Brune Bušića.

ŠAH

Intelektualno-stimulativna sportska igra koja otiče razvoj pozitivnih ljudskih vrijednosti i poštivanja pravila, te doprinosi komunikaciji i mimom rješavanju problema. Šah potiče razvoj pamćenja, koncentracije i brzine računanja.

Šahovski klub "Casper" – Zadar, Put Stanova 7, 23000 Zadar
Kontakt: 023/312-794; 091/170-21-40 (Veljko Šagi).
Trenažni proces odvija se u prostorima ŠRC Franka Lisice.

Šahovski klub "Zadar" – Zadar, Brne Krnarutića 6, 23000 Zadar
Kontakt: 023/251-632; 098/968-49-99 (Josip Bubičić); 095/868-58-25 (Ivan Jakić).
Trenažni proces odvija se u prostorijama kluba na adresi Brne Krnarutića 6.

ŠKOLSKI SPORT

HŠSS je krovna institucija školskog športa u RH. U HŠSS se udružuju županijski školski športskisevezi. Savez je osnovan u svrhu razvoja školskog športa.

Županijski savez školskog športa – Zada, Dr. Franje Tuđmana 4g, 23000 Zadar
Kontakt: 023/312-289, 091/207-24-02 (Jadranka Duvančić).

ŠPORT GLUHIH OSOBA

Športski savez gluhih Zadarske županije – Zadar, R.Boškovića 6/3, 23000 Zadar
Kontakt: 023/213-442, Natko Zelić (091/764-70-47), Mikki Savić (091/764-70-47).

ŠPORT OSOBA S INVALIDITETOM

Svaka osoba s invaliditetom želi postići potpunu socijalizaciju u društvo, izjednačiti se sa ostalima, pa i preteći ih u raznim vještinama. Sport je jedan od načina na koji osobe s invaliditetom mogu aktivirati i potencirati svoje talente i mogućnosti, te se na taj način što uspješnije uključiti u svakodnevni život. Uz utjecaj na opći tjelesni razvoj - sport razvija zabavu, zajedništvo, hrabri, oduševljava, pomaže u sjećanju samouvjerenosti u osobne sposobnosti.

Kuglački klub invalida "Dišpet" – Zadar, Benka Benkovića 3 Zadar
Kontakt: 023/323-400 (Dražen Žilić).
Trenažni proces odvija se u prostorijama kuglane.

Odbojkaški klub invalida "Zadar" – Zadar, Grigora Viteza 3 Zadar
Kontakt: 092/1303915 (Mauricijo Andrijašić).

Plivački klub osoba s invaliditetom "Frogo" – Zadar, Ivana Zadrantina 3 b Zadar
Kontakt: 092/1303915 (Mauricijo Andrijašić). Trenažni proces odvija se u zatvorenom bazenskom plivalištu ŠC Višnjik d.o.o.

Plivački klub osoba s invaliditetom "Sv Nikola" – Zadar, Benka Benkovića 3 Zadar
Kontakt: 023/323-400; (Marin Rasporić). Trenažni proces odvija se u zatvorenom bazenskom plivalištu ŠC Višnjik d.o.o.

Ribolovni klub osoba s invaliditetom "Škartoc" – Zadar, Benka Benkovića 3 Zadar
Kontakt: 023/323-400; (Zoran Radić).

Stolnoteniski klub osoba s invaliditetom "Sv. Krševan" - Zadar, Benka Benkovića 3, Zadar. Kontakt: 023/323-400; (Miroslav Barić).
Trenažni proces odvija se u stolnoteniskoj dvorani.

Streljački klub osoba s invaliditetom "Donat" – Zadar, Benka Benkovića 3 Zadar
Kontakt: 023/323-400; (Saša Grdović). Trenažni proces odvija se u prostorijama streljane Mocire.

Športski savez osoba s invaliditetom Zadarske Županije – Zadar, Benka Benkovića 3, Benkovića 3 Zadar. Kontakt: 023/323-400; (Saša Grdović).

Udruga Hrvatskih vojnih invalida Domovinskog rata – Zadar, Benka Benkovića 3, Zadar. Kontakt: 023/323-400; (Ivica Arbanas).

Udruga Slijepih Zadarske Županije, Poljna požarišće 1, Zadar
Kontakt: 023/350-546; (Slobodan Vladović).

Udruga za Down sindrom Zadarske Županije, Bartula Kašića 3, Zadar
Kontakt: 095/906 3956; (Suzana Periša).

Udruga za šport i rekreaciju invalida Grada Zadra – Zadar, Mate Balote 96 a, Zadar. Kontakt: 099/5096765; (Ivica Bratanović).

Košarkaški klub osoba s invaliditetom "Zadar" – Zadar
Udruga Hrvatskih vojnih invalida Domovinskog rata "Donat" - Zadar

ŠPORTSKA REKREACIJA - "ŠPORT ZA SVE"

Društvo Bokanjac – Zadar

Društvo športske rekreacije "Bili Brig" – Zadar

Društvo športske rekreacije "Brodarica" – Zadar

Društvo športske rekreacije "Crvene Kuće" – Zadar

Društvo športske rekreacije "Dragovoljac" – Zadar

Društvo športske rekreacije "Kožino" – Zadar

Društvo športske rekreacije "Loptica" – Zadar

Društvo športske rekreacije "Novi Bokanjac" – Zadar

Društvo športske rekreacije "Petrcane" – Zadar

Društvo športske rekreacije "Zadar" – Zadar

Društvo športske rekreacije "Diklo" – Zadar

Društvo športske rekreacije "Dite Zadarsko" – Zadar

Društvo športske rekreacije "Euforija" – Zadar

Društvo športske rekreacije "Silba" – Silba

Društvo športske rekreacije "Vitalnost" – Zadar

Društvo športske rekreacije "T&T" – Zadar

Društvo za športsku rekreaciju "Hula Hop" – Zadar

Društvo za športsku rekreaciju "Relaks" – Zadar

Malonogometni klub "Arsenal" – Zadar

Malonogometni klub "Bili Brig" – Zadar

Malonogometni klub "Brodarica" – Zadar

Malonogometni klub "Mala Rava" – Rava

Malonogometni klub "Ploča" – Zadar

Malonogometni klub "Plovanija" – Zadar

Malonogometni klub "Stanovi" – Zadar

Malonogometni klub "Sv. Ante" – Zadar

Malonogometni klub "Voštarnica" – Zadar

Malonogometni klub "Zapuntej" – Zadar

Malonogometni klub "Drakmar Sali" – Sali

Malonogometni klub "Futsal" – Zadar

Malonogometni klub "Puntamika" – Zadar

Malonogometni klub "Varoš" – Zadar

Malonogometni klub "Višnjik" – Zadar

Športsko rekreativna udruga "Sklek" – Zadar

Udruga mladih "Ista" – Zadar

**Udruga za mali nogomet Zadarske Županije – Zadar, Ravnice 4, Zadar
Kontakt: 091/5155152; (Marko Šimurina)**

Zadarska plesna udruga "Tornadele" – Zadar

**Udruga Zadarskih sportskih novinara – Zadar, Splitska 3, Zadar
Kontakt: 098/646040; (Željko Kapelari)**

ŠPORTSKA GIMNASTIKA

Kombinacija motoričkih vještina i sposobnosti, a cilj gimnastičkih igraonica i škole je da se djeca svestrano i sistematski pripreme, odnosno usvoje bazičnu motoričku strukturu pokreta kao osnovu za nogradnju elementarnih struktura kretanja, što će im omogućiti postizanje boljih rezultata u sportu, a također je od velikog značaja u ranom razvojnog periodu djece.

**Gimnastički klub "Salto" – Zadar, Franje Tuđmana 32a, 23000 Zadar
Kontakt: 023/236-384; 099/255-77-708 (Marko Sutlović).**

Trenažni proces odvija se u prostorijama gimnastičke športske dvorane u ŠC Višnjik d.o.o., na adresi Ulica Domovinskog rata.

**Gimnastički klub "Zadar" – Zadar, Ravnice 2, 23000 Zadar
Kontakt: 023/250-120; 095/391-38-058 (Magdalena Brković).**

Trenažni proces odvija se u športskoj dvorani Ravnice, na adresi Bruna Bušića 7.

**Klub ritmičke gimnastike "Sirena" – Zadar, Mile Gojsalić 4, 23000 Zadar
Kontakt: 023/220-313; 095/830-50-70 (Iris Mijalović Bulj).**

Trenažni proces odvija se u ŠC Višnjik d.o.o., na adresi Splitska 3.

ŠPORTSKE GRAĐEVINE

**Športski centar Višnjik d.o.o – Zadar, Splitska 3, 23000 Zadar
Kontakt: 023/449-860; 098/369-515 (Denis Karlović).**

**Javna ustanova za upravljanje športskim objektima "Zadarski šport" – Zadar
Brune Bušića 7, 23000 Zadar. Kontakt: 023/331-197; 091/591-19-77 (Jurica Dilber)**

ŠPORTSKI PLES

Športski ples je normiran u smislu posebnih pravila o natjecanjima, plesovima, kostimima, sudcima i ostalome. Kao i kod svakoga drugog športa nije dopuštena prevelika improvizacija. Za športski ples možemo reći kako je riječ o natjecateljskom dvorskom plesu.

**Športski plesni klub "Samba" – Zadar, Tomislava Ivčića 7a, 23000 Zadar
Kontakt: 023/312-518; 098/650-873 (Zlatka Badel).**

Trenažni proces odvija se u športskoj dvorani na adresi Ivana Mažuranića 32a.

ŠPORTSKI RIBOLOV NA MORU

Često povezuje sa izrazima rekreativski ribolov ili ribolov iz zabave gdje je smisao u traženju i hvatanju ribe pomoću pribora za športski ribolov. U športskom ribolovu ulovljena se riba pušta ili se može ponijeti dopušteni broj.

**Športski ribolovni klub "Donat" – Zadar, Liburnska obala 1a, 23000 Zadar
Kontakt: 023/233-766; 098/677-459 (Josip Gatar).**

**Športsko ribolovno društvo "Zubatac" – Zadar, Narodnog lista 2, 23000 Zadar
Kontakt: 023/212-708; 099/706-08-998 (Ivan Galzina).**

**Športsko ribolovno društvo "Harpun" – Zadar, Ivana Gundulića 4g, 23000 Zadar
Kontakt: Ante Kolanović (091/333-46-25).**

TAEKWONDO

Taekwondo je jako popularna vještina današnjice. U treningu sudjeluje cjelokupni tjelesni sustav. Taekwondo trening ne proizvodi velike mišice, već je usmjeren na promjenu debelog i militavog u vitko tkivo. Taekwondo zahtijeva i razvija disciplinu, samopouzdanje te pozitivno djeluje na sve kritične čimbenike psihofizičkog razvoja djece. Idealan je oblik sportske aktivnosti, kako za motorički nadarenu djecu sposobnu za ostvarivanje vrhunskih sportskih dostignuća, tako i za djecu sa skromnijim psihofizičkim osobinama kojima će pružiti sredstvo zdravog razvitka i ugodnog druženja s vršnjacima.

**Taekwondo klub "Donat" – Zadar, Plivačka 5, 23000 Zadar
Kontakt: 095/904-11-49 (Mijlenko Lisica).**

Trenažni proces odvija se u športskoj dvorani na adresi Ivana Mažuranića 32 a.

**Taekwondo klub "Plovanija" – Zadar, Ravska 3, 23000 Zadar
Kontakt: 023/324-118; 023/231-755; 098/928-94-56 (Antonio Čačić)
Trenažni proces odvija se u školskoj dvorani OP Zadarski otoci.**

**Taekwondo klub "Zadar" – Zadar, Sv.Vinka Paulskog 19, 23000 Zadar
Kontakt: 023/302-374; 098/330-311 (Mladen Uskok).
Trenažni proces odvija se u športskoj dvorani ŠRC Francka Lisice.**

TAJLANDSKI BOKS

Klub tajlandskog boksa "Zadar" – Zadar, Put Pudarice 30b, 23000 Zadar
Kontakt: Željko Erak (098/903-46-26).

TENIS

Tenis je kompleksan sport koji razvija sve najvažnije motoričke i koordinacijske vještine djeteta. Razvija se brzina, agilnost (sposobnost promjene pravca), eksplozivnost (brzina reakcije) i izdržljivost. Sve to povoljno djeluje na zdravlje djeteta, a kasnije je korisno i za bavljenje bilo kojim drugim sportom. Tenis je tehnički vrlo zahtjevan sport, a motoričke su vještine usko povezane s važnim psihofizičkim sposobnostima, antipacijom (predviđanjem) i fokusiranjem lopte. Dijete treningom postaje sposobno koncentrirati se i kroz duže vrijeme kao i suočiti se s izazovima koji donosi teniski meč.

Teniski klub "Zadar 08" – Zadar, Sutomiška 1, 23000 Zadar
Kontakt: 023/334-859; 098-172-02 28 (Lovro Rončević).
Trenožni proces odvija se na teniskim terenima na adresi Sutomiška 1.



TRIATLON

Triatlon je atletsko natjecanje koje u sebi sadrži tri različite discipline: plivanje, trčanje i biciklizam. Sve popularniji sport, koji privlači sve više pažnje, ne samo bivših profesionalnih plivača, biciklista i atletičara, već i mnogih rekreativaca koji se također žele okušati u triatlon utrci i na neki način provjeriti svoje fizičke i mentalne mogućnosti. Ovaj sport posebice daje naglasak na borbu sa samim sobom, voljom, motivacijom, mogućnostima i organizacijom slobodnog vremena, koji su svakom sportašu na raspolaganju kako bi ostvario što bolji osobni rezultat. Sport gradi izdržljivost, kako tijela, tako i psihe, postepeno svakom pojedincu podiže rezultatsku letvicu, bila riječ o profesionalnom sportašu ili rekreativcu.

Triatlon klub "Zadar" – Zadar, Stjepana Radića 10/2, 23000 Zadar
Kontakt: 098/180-54-34 (Ivan Gobin).

Triatlon klub "TNT" – Zadar, Zrinsko Frankopanska 19, 23000 Zadar
Kontakt: 091/300-44-40 (Siniša Pezelj).

VATERPOLO

Vaterpolo je dinamičan sport, pun brzih reakcija uz stalne pokrete u vodi i plivanje. To objašnjava zašto su vaterpolisti snažni i izdržljivi, s odličnom koordinacijom pokreta i velikim kapacitetom pluća. Pored fizičke spremne, vaterpolo ima i izrazito pozitivne efekte na zdravlje. Sanira deformitete kičmenog stupa, kokošja i ljevka prsa te omogućuje pravilno i brzo zarastanje prijeloma kosti. Treniranje vaterpola pozitivno se odražava i na odgoj djece, pomaže im da kroz igru steknu smisao za kolektiv, smjelost i volju, te da nauče surađivati i potisnuti agresivnost. Uči ih obavezama, što se na njih pozitivno odražava, kako u izvannastavnim aktivnostima, tako i u školi i kod kuće, a bavljenje vaterpolom moguće je već od osnovnoškolske dobi.

Vaterpolo klub "Zadar 1952" – Zadar, Kolovare bb, 23000 Zadar
Kontakt: 023/237-614; 099/323-15-62 (Goran Jovančević).
Trenožni proces odvija se u sklopu zatvorenog bazenskog plivališta ŠC Višnjik, te na otvorenom bazenskom plivalištu Kolovare.

VESLANJE

Sport kojim se koriste sve važnije skupine mišića, od nogu, ruku, leđa, trbuha, do stražnjice, što čini veslanje kompletnom vježbom s vrlo malom mogućnošću ozljeda. Veslanje spada u jedan od fizički najzahtjevnijih sportova i od samog početka bavljenja tim sportom potrebna je određena doza ozbiljnosti i discipline. Sam početak bavljenja veslanjem započinje u školi veslanja. Prosječna dob kada se započinje s treniranjem i razvojem veslača po mnogim bivšim veslačkim djelatnicima bila bi dob od 12 godina. Dakako, to bi bio idealan put prema gotovom veslaču senioru i u vrhunskoj izvedbi veslačke tehnike.

Veslački klub "Jadran" – Zadar,
Obala kneza Branimira 6a, 23000 Zadar
Kontakt: 023/300-812; 095/903-63-47 (Joško Matulić).
Trenažni proces odvija se u prostorijama Veslačkog kluba i na prostoru kanala uvale
Jazine

ZDRAVSTVENA ZAŠTITA ŠPORTAŠA

Ordinacija športske medicine – Zadar
Knezova Šubića bribirskih 16
Kontakt: 091/125-0232 (Marko Prendža).

ZRAKOPLOVSTVO

Zrakoplovstvo je okupljanje djece, mladeži i građana radi razvoja zrakoplovnog športa, upoznavanje sa zrakoplovnim znanjima, razvojem i postignućima zrakoplovne tehnike; razvijanje, promidžba i omasovljenje zrakoplovnog športa u motornom letenju i padobranstvu; provođenje športske obuke i športske prireme članova u motornom letenju i padobranstvu.

Aeroklub "Zadar" – Zadar
Put Bokanica 26, 23000 Zadar
Kontakt: 023/322-355; 091/523-85-98 (Velid Jakupović).

