

## Sadržaj

<b>GLAVA I ODREDNICE RAZVOJA TURIZMA</b> .....	<b>7</b>
<b>1. UTICAJ SVJETSKIH TURISTIČKIH TOKOVA NA RAZVOJ TURIZMA</b> .....	<b>8</b>
1.1. TURIZAM OD FENOMENA DO "INDUSTRIJE" .....	8
1.2. REGIONALNA DISTRIBUCIJA MEĐUNARODNOG TURISTIČKOG PROMETA.....	8
<b>2. GLOBALNI TRENDOVI U RAZVOJU SPORTSKOG TURIZMA</b> .....	<b>13</b>
2.1. MEĐUSOBNA POVEZANOST TURIZMA I SPORTA .....	13
2.2. GLOBALNI TRENDOVI U TURIZMU S OBZIROM NA RAZVOJ SPORTSKOG TURIZMA .....	14
<b>3. TEMELJNE ODREDNICE POLOŽAJA I ULOGE LJUDSKOG FAKTORA U TURIZMU</b> .....	<b>18</b>
3.1. ULOGA LJUDSKOG FAKTORA U TURIZMU .....	18
3.2. ZAPOSLENOST I EKONOMSKE FUNKCIJE TURIZMA .....	19
3.3. ELEMENTI MAKROEKONOMSKOG I MIKROEKONOMSKOG MENADŽMENTA U TURIZMU.....	19
<b>4. INTEGRISANI DESTINACIJSKI MENADŽMENT U TURIZMU</b> .....	<b>21</b>
4.1. POJAM DESTINACIJSKOG MENADŽMENTA.....	21
4.2. ZADACI MENADŽMENTA TURISTIČKE DESTINACIJE.....	22
4.3. INTEGRISANI DESTINACIJSKI MENADŽMENT KVALITETE .....	23
<b>5. SPECIFIČNI OBLICI TURIZMA KAO NOSIOCI ODRŽIVOG RAZVOJA DESTINACIJE</b> .....	<b>26</b>
5.1. POJAM SPECIFIČNIH OBLIKA TURIZMA .....	26
5.2. METODE ISTRAŽIVANJA SPECIFIČNIH OBLIKA TURIZMA .....	27
5.3. REZULTATI ISTRAŽIVANJA .....	28
<b>6. UNAPRIJEDENJE KVALITETA TURIZMA</b> .....	<b>31</b>
6.1. KVALITET SE ISPLATI.....	31
6.2. KULTURNO – TURISTIČKA ANIMACIJA .....	32
6.2.1. <i>Kulturno-zabavne aktivnosti kao sadržaj programa animacije posjetilaca</i> .....	32
6.2.2. <i>Kultura u turizmu</i> .....	32
6.2.3. <i>Značenje kulturno-turističke animacije</i> .....	32
6.2.4. <i>Šta sve može biti sadržaj kulturno-turističke animacije?</i> .....	33
6.2.5. <i>Kulturni identitet turističkog mjesta</i> .....	33
6.2.6. <i>Tipovi gostiju:</i> .....	33
6.2.7. <i>Zašto ljudi odlaze na odmor?</i> .....	33
6.2.8. <i>Motivi</i> .....	34
6.2.9. <i>Otuđenje – animacija – turizam</i> .....	34
6.2.10. <i>Cilj kulturno-zabavne animacije</i> .....	34
6.3. ANIMACIJA U TURIZMU .....	34
ZAKLJUČAK .....	42
PITANJA ZA VJEŽBU .....	43
<b>GLAVA II RAZVOJNI ASPEKTI SPORTSKOG TURIZMA</b> .....	<b>45</b>
<b>1. SLOBODNO VRIJEME I AKTIVNI ODMOR U TURIZMU</b> .....	<b>46</b>
1.1. O FENOMENU SLOBODNOG VREMENA .....	46
1.2. RAD - SLOBODNO VRIJEME – DOKOLICA.....	46
1.3. FENOMEN SLOBODNOG VREMENA S DRUŠTVENOG STAJALIŠTA.....	47
1.4. SLOBODNO VRIJEME DANAS .....	48
1.5. SADRŽAJI SLOBODNOG VREMENA.....	48
1.6. TURIZAM I REKREACIJA KAO SADRŽAJI AKTIVNOG ODMORA.....	50
1.7. STRES I ANTI-STRES PROGRAM .....	52
1.8. ODRŽAVANJE ZDRAVLJA KRETANJEM.....	53
1.9. AKTIVNI ODMORI.....	53
1.9.1. <i>Neprogramirani aktivni odmori</i> .....	53
1.9.2. <i>Programirani aktivni odmori</i> .....	53

1.9.3. Medicinski programirani aktivni odmori .....	53
1.10. NIVO TJELESNE AKTIVNOSTI .....	54
1.11. SLOBODNO VRIJEME .....	54
1.12. HIPOKINEZIJA, PROSJEČNO KRETANJE, HIPERKINEZIJA .....	54
1.13. UMJERENOŠĆU KA ZDRAVLJU .....	55
1.14. IZBOR KVALITETNOG INSTRUKTORA.....	55
1.15. SPORT ZA SVE .....	56
1.16. SPORTSKA REKREACIJA .....	56
1.17. NOVI PRISTUP SPORTSKOM TURIZMU.....	56
1.18. ŠTA JE TO SPORTSKI TURIZAM? .....	57
1.19. KO SU AKTIVNI SPORT TURISTI?.....	59
1.20. SPORTSKI TURIZAM.....	59
<b>2. PRIRODNO-GEOGRAFSKA OBILJEŽJA KAO OSNOVA ZA RAZVOJ TURIZMA I SPORTA U TURIZMU .....</b>	<b>60</b>
2.1. PRIRODNO-GEOGRAFSKI ELEMENTI I FAKTORI RAZVOJA SPORTSKOG TURIZMA .....	60
<b>3. EKONOMSKA OSNOVA RAZVOJA SPORTA U TURIZMU .....</b>	<b>61</b>
3.1. MEĐUZAVISNOST TURIZMA I SPORTA .....	61
3.2. FAKTORI RAZVOJA TURIZMA I SPORTA .....	61
3.3. FUNKCIJE TURIZMA I SPORTA U TURIZMU.....	63
3.4. EKONOMSKI REZULTATI SPORTA U TURIZMU.....	65
<b>4. SAVREMENA KONCEPCIJA RAZVOJA SPORTSKO-REKREACIJSKE PONUDE U TURIZMU .....</b>	<b>69</b>
4.1. SPORTSKA REKREACIJA U TURIZMU.....	69
4.2. NOVA KONCEPCIJA SPORTSKE REKREACIJE U TURIZMU .....	69
4.3. SPORTSKA REKREACIJA U FUNKCIJI AKTIVNOG ODMORA .....	70
4.4. POTENCIJALI ZA RAZVOJ SPORTSKO-REKREACIJSKE PONUDE U TURIZMU .....	73
<b>5. VELIKE SPORTSKE PRIREDBE I TURIZAM .....</b>	<b>74</b>
5.1. KARAKTERISTIKE VELIKIH SPORTSKIH PRIREDBI .....	74
5.2. OLIMPIJSKE IGRE.....	75
5.3. FINANSIRANJE OLIMPIJSKIH IGARA .....	76
5.4. VELIKE SPORTSKE PRIREDBE I TURIZAM.....	80
<b>6. SPORT U GRADOVIMA I ZNAČENJE ZA TURIZAM .....</b>	<b>83</b>
6.1. SPORT U GRADOVIMA .....	83
<b>7. TEORETSKI PRISTUP OSTVARIVANJU PRIHODA U SPORTU .....</b>	<b>85</b>
7.1. PRIHODI U SPORTU .....	85
7.2. NEKE ČINJENICE KOJE SE ODNOSE NA PRIHODE SPORTISTA .....	85
7.3. TEORETSKI PRISTUP NIVOU I DISTRIBUCIJI PLATA SPORTISTA KOJI UČESTVUJU U SPORTSKOM ŠOUU .....	87
7.4. PRIMJERI PREMIJA ZA REZULTATE: UKLJUČUJUĆI DISTRIBUTERE OPREME .....	89
<b>8. PRAVNI OKVIR ZA ORGANIZOVANJE I PROVOĐENJE SPORTSKO-REKREACIJSKIH AKTIVNOSTI U TURIZMU . 90</b>	<b>90</b>
8.1. PRAVNI ASPEKTI TURIZMA.....	90
8.2. INTERVENCIJA DRŽAVE U TURIZAM .....	91
8.3. SIGURNOST I ZAŠTITA SPORTSKO-REKREACIJSKIH AKTIVNOSTI.....	92
ZAKLJUČAK .....	93
PITANJA ZA VJEŽBU .....	94
<b>GLAVA III RAZVOJ NEKIH KOMPLEMENTARNIH OBLIKA SPORTSKOG TURIZMA.....</b>	<b>95</b>
<b>1. ZDRAVSTVENO-PREVENTIVNI REKREACIJSKI PROGRAMI U TURIZMU .....</b>	<b>96</b>
1.1. AKTIVNI ODMORI U TURIZMU .....	96
1.2. MODELI AKTIVNIH ODMORA .....	96
1.3. DRUGE USLUGE REKREACIJSKE MEDICINE U TURIZMU .....	98
1.4. ZDRAVSTVENO VASPITANJE KAO INTEGRALNI DIO MPAO.....	99

---

<b>2. RAZVOJ WELLNESSA U TURIZMU .....</b>	<b>102</b>
2.1. UVOD .....	102
2.2. RJEČNIK WALLNESS POJMOVA .....	102
2.3. POJAM WELLNESSA .....	105
2.4. KARAKTERISTIKE WELLNESSA .....	105
2.5. ODNOS WELLNESSA I ZDRAVSTVENOG TURIZMA.....	107
2.6. PROGRAMI WELLNESSA U TURIZMU .....	108
2.7. SEDAM KLJUČNIH DIMENZIJA WELLNESSA .....	109
2.8. WELLNESS - VAŠ ŽIVOTNI STIL.....	110
2.9. WELLNESS BONTON.....	116
UVOD.....	116
DEFINICIJE VEZANE ZA WELLNESS.....	116
WELLNESS BONTON .....	117
2.10. HRANA I ZDRAVLJE.....	126
2.11. FITNESS.....	129
2. WELLNESS U FUNKCIJI ZDRAVLJA I DOBROG IZGLEDA .....	134
ZAKLJUČAK .....	135
<b>3. MASAŽA I WELLNESS .....</b>	<b>136</b>
3.1. UVOD .....	136
3.2. SPORTSKA MASAŽA .....	137
3.3. PARCIJALNE MASAŽE .....	137
3.4. ANTICELULIT MASAŽA .....	138
3.5. REFLEKSNA MASAŽA STOPALA .....	139
3.6. CHI YANG .....	141
3.7. TUI NA.....	141
3.8. WELLNESS (MASAŽE, KUPKE, SAUNE).....	143
3.9. SPA.....	147
ZAKLJUČAK .....	148
SAŽETAK O WELLNESSU.....	148
<b>4. BALNEOLOGIJA.....</b>	<b>152</b>
4.1. UVOD .....	152
4.2. KRATKA ISTORIJA BALNEOLOGIJE .....	152
4.3. PRIRODNE MINERALNE VODE.....	153
4.4. RASTVORENI GASOVI.....	156
4.5. KLASIFIKACIJA MINERALNIH VODA .....	156
4.6. MEHANIZAM DEJSTVA MINERALNIH VODA.....	158
4.7. TERAPIJSKA PRIMJENA .....	158
4.8. PELOIDI .....	159
ZAKLJUČAK .....	163
PITANJA ZA VJEŽBU .....	164
LITERATURA: .....	165