

## Uvod

Sport je danas vrlo zastupljeni vid aktivnosti koji se sve više istražuje u turizmu i izučava kao posebna delatnost, odnosno kroz razvoj specifičnog oblika turizma koji se naziva sportski turizam, ali i kroz kretanje dodatne turističke ponude u vidu animacije, rekreacije i relaksacije sportista u spa i wellness centrima. Svemu ovome je dosta doprinela i popularnost i masovnost pojedinih događaja u svim delovima sveta poput svetskih i evropskih takmičenja u određenim sportovima (rukometu, košarci, tenisu, skijanju, itd...) ali i sama činjenica da se sve više turista bavi svojim zdravljem, što preventivno a što terapijski, kroz određene vidove sporta. S obzirom na značaj sporta i u okviru turizma i povezanosti ove dve industrije, potreba za razmatranje stručnih kadrova vezanih za ovo područje je itekako prisutna.

U zadnjih nekoliko godina sve češće se susrećemo sa terminom wellness i spa. I ako je relativno novi pojam, za većinu nepoznanica, zasad kod nas predstavlja stvar luksuza, prvenstveno zbog usluga koje nudi, koje same po sebi zvuče neverovatno opuštajuće i relaksirajuće, tako i samog enterijera jednog wellness centra koji mora biti u skladu sa potrebama klijenta i pacijenta.

Ne treba biti rezervisan i skeptičan zbog toga, već je potrebno oslušnuti svoje telo i duh, prepustiti se svojim potrebama i učiniti nešto povodom toga. Najbolje moguće rešenje jeste wellness sa zastupljenim programom koji u svom sadržaju sve više pruža aktivnosti koje se zasnivaju na sportu i rekreaciji.

Moderno doba koje u stalnom napredovanju donosi velike uspehe ali i veliku količinu stresa, narušava psihofizičke funkcije čoveka i sve se češće javljaju oboljenja koja su do skoro bila veoma retka. Sve je to naravno posledica stresa i brzog života. Wellness kako i sam naziv kaže dobro zdravlje je mesto odnosno centar gde se svaki pojedinac može opustiti, lečiti, napuniti energijom za svakodnevne obaveze i svakako poboljšati svoje zdravstveno stanje.

Savremenom čoveku i čoveku koji vodi računa o svom zdravlju neophodno je bolje upućivanje i primena različitih tretmana u wellness centrima.

Sama ponuda wellness centra je različita, u zavisnosti od ideja zastupnika. Ono što se podrazumeva jeste da jedan wellness centar mora imati stručan i školovan kadar. Niz stručnjaka iz različitih, u tom centru zastupljenih oblasti, koji svojim praćenjem i savetima dovode do poboljšanja stanja klijenta ili do potpune relaksacije i opuštanja za koje znamo da ima blagodetna svojstva po istog je obavezna i neophodna.

Svaki wellness centar u svom sadržaju ima prvenstveno zastupljenu masažu i različite vrste terapija koje se primenjuju kod obolelih pacijenata ali i kod sportista koji se time aktivno ili rekreativno bave, koja vrsta masaže i terapije se primenjuje zavisi od potreba klijenta ali ono što sigurno znamo jeste da svaki wellness mora imati različite vrste, što specijalnih, što relaksacionih, terapijskih i sportskih masaža i terapija.

Opuštanje kroz različite vidove terapija i treninga kao nezaobilazni deo wellness centra, centra za opuštanje, uglavnom nudi niz različitih etapa praćeni različitim terapijama, za duh i telo.

Uzmimo u obzir da pripreme sportista u poslednje vreme ne predstavlja, kao do skoro, luksuz, već potreba svakog čoveka koji se bavi svojim zdravljem. Sve više je pacijenata koji wellness koriste u terapeutske svrhe, a terapija se sve češće zasniva na nekom sportskom programu.

U svim tim problemima najčešće se oglašava farmaceutska industrija koja različitim preparatima nudi sve ono što wellness i spa centri pružaju. I ako je to trenutni efekat sve više se ljudi opredeljuju za to ne vodeći računa da duh i telo nisu posebne celine već su međusobno uslovljeni i neophodna je ravnoteža između istih a to se može postići isključivo atmosferom koju pruža wellness centar.

Pojedini termini vezani za različite specijalne terapije deluju nepoznanica za većinu ljudi samim tim se stvara otpor prema istom, uključujući ljude sredstvima informisanja, preporučivanja i bavljenja određenom literaturom mnogo više se sazna o sadržajima ovakvih centara, koje u potpunosti odgovaraju opisu stanja samog klijenta.

Wellness bi trebao da bude način života, ka unapređenju sopstvenog kvaliteta života, kako bismo dostigli balans tela, uma i duha, poštujući sopstvene izbore i mogućnosti koje su nam na raspolaganju. Postizanje takvog blagostanja u danšnjem brzom životu, poslovnim i materijalnim stresovima i većitim manjkom vremena za nas same, predstavlja svojevrsni izazov. Koliko god da mislimo da je ovo psihofizičko blagostanje luksuz, za njegovo praktikovanje više nisu potrebna enormna finansijska ulaganja, naročito ako se uzme u obzir sve veća dostupnost kvalitetnih banja, wellness i spa centara u kojima prednjače kulture pojedinih zemalja, upravo iz razloga što ovaj segment sve više prerasta u potrebu savremenog čoveka, a ne svojevrsni luksuz.

Takođe, ako bolje sagledamo, wellness je svuda oko nas, samo je potrebno da ga primetimo, praktikujemo i nađemo malo vremena za sebe, umesto većitih izgovora.

Takođe, konkurencija u kulturama određenih naroda i prirodnim predispozicijama njihovih regija, sa razvijenom wellness & spa ponudom, utiču na većito međusobno takmičenje u pogledu kvaliteta, samim tim unapređujući svoje sadržaje što krajnjem korisniku, svakako ide u prilog i zbog toga uvek treba birati centar sa bogatom wellness & spa ponudom.

Kada uzmemo u obzir sportiste i samu ponudu wellness centrima gotovo da ne možemo da se osvrnemo na to i konstatujemo za bavljenjem sportom što aktivnim što rekreativnim wellness centri nisu stvar prestiza već isključivo potrebe koja je neophodna.

Svojim bogatim programima i sadržajima koje pružaju nezamislivo bi bilo u današnjem vremenu da se to predvidi ili zanemari. Sadržaji su sve bogatiji i sve kvalitetniji. Od priprema koje sportisti vrše u ovakvim centrima do terapeutskog dela koji im omogućava da što pre saniraju povrede i vrate se svojoj ljubavi sportu.

Kada se uzme u obzir da se pomeraju svakodnevno granice izdržljivosti, granice mogućnosti svakog sportiste nikako ne treba stagnirati već pratiti svetske trendove I poraditi na tome da se ide u korak sa svetskim rezultatima. Što je ujedno veoma teško I naporn, svakako fizički ali I psihički. Uzeto sve ovo u obzir reč wellness I spa, zapravo predstavljaju blagostanje za duh I telo što je svakako neophodno I veoma potrebno svakom sportisti.

Kao nacija koja neguje mlade sportiste I postiže vrhunske rezultate I kao nacija koja posedje veliki broj spa centara zaista bi bilo neprimereno da se oni maksimalno ne iskoriste I na taj način sportistima olakša postizanje još boljih rezultata.

Ovakav vid ponude primamljiv je ne samo sportistima u cilju pružanja usluga za sport već je neophodan I svakome ko želi da poradi na svom fizičkom izgledu uz minimalana psihički napor. Dosta posetilaca ovih centara zbog različite ponude što u vidu sportskih terena, teretana, staza I bazena I običnim ljudima koji nisu nakloni fizičkoj aktivnošću probude želju za sportom.

Sport je zapravo ono što je neophodno svakom čoveku koji vodi računa o svome zdravlju a idealnije mesto od wellnessa I spa centra zaista ne postoji.

U zavisnosti I prema afinitetima wellness centar je oaza za svakog pojedinca koji psihički I fizički želi da pomogne sebi, da bude zdraviji, produktivniji za svoje društvo I emotivno rasterećeniji I ukoliko postigne sklad sa svojim telom I umom to svakako može da doprinese jednoj novoj eri turizma, zdravstvenog, medicinskog, sportskog.....

Ovakve korisne centre ne trebamo zanemarivati već što više iskoristiti. Edukacija je neophodna baš iz razloga što većina misli da je stvar luksuza a ne potrebe. Edukacija treba da se vrši od mlađjih uzrasta , mladih sportista, pa sve do klijenata u starijoj dobi. Da bi edukacija bila uspešna potrebno je što više sadržaja da obuhvata jedan wellness I spa centra kako bi interesovanje u svim uzrastima raslo.



1. Slika: Različite aktivnosti u wellness i spa centrima