

ÚKOL 5 - fotografie

Renata Vránová

28. 3. 2017

Fotografie se vážou k cvičení a trávení volného času v místě mého bydliště. Zaměřila jsem se na **kolektivní cvičení na trampolínách (jumping)**, kde mě zajímá běžný průběh hodiny a obvyklé praktiky. Zvolila jsem pár fotografií, které vypovídají o využívání protoru (rozmístění), průběhu hodiny, popř. nutných pomůckách apod.

Fotografie 1: Budova staré školy, kde je spodní patro využíváno místním střediskem volného času pro různé kroužky. Prostory se dají mimo jiné pronajmout. Třikrát týdně zde probíhá cvičení na trampolínách, které funguje pod neziskovou organizací. Budova je uvnitř areálu, který je nedaleko středu města.



Fotografie 2: Vnitřní tělocvična a její mnohostranné využití. V této místnosti se koná zmíněný jumping a další pohybové aktivity (pro děti i dospělé), což je viditelné na vybavení místnosti (horolezecká stěna, žebřiny,...).

Vzhledem k rozmanitému využití se musí na každé cvičení trampolíny přinést, rozeskládat a po cvičení opět uklidit, aby byla místnost opět volná.

Fotografie 3: Zachycení ještě prázdných trampolín. Fotografie jsem zvolila kvůli zřejmému rozmístění trampolín, které se přizpůsobuje počtu cvičících (většinou cvičí stejná sestava kolem čtyř až pěti lidí). Fotografie je zachycena z čela místnosti, kde stojí hlavní trampolína předcvičující. Okolo jsou potom čelem k trenérce rozmístěny zbývající tak, aby měli všichni účastníci možnost vidět na trenérku a zároveň ona mola sledovat, kontrolovat, opravovat. Během hodiny se používá ke cvičení jenom trampolína, která slouží k protáhnutí, skákání i posilování.



Fotografie 4 a 5: Během cvičení. Fotografie zachycují hlavní nejdelší část hodiny -skákání. Trenérka předvádí různé cviky a účastníci opakuji. Celé cvičení probíhá v tempu hudby. I zde je vidět využití prostoru.



Fotografie 6: Co je vhodné mít, když se cvičí na trampolíně? Neboli, co stojí v instrukcích na internetových stránkách, nebo se dozvíte při první návštěvě.

Pevná obuv, pohodlné oblečení na cvičení, pití, ručník, případně permanentka.

Když se vrátíme k předchozím fotkám můžeme vidět, že ne všichni "dodržují" instrukce. Každý si vybavení přizpůsobí podle vlastní potřeby.

