



Jan Nevrla (Česká republika)

*„Voda je život, život je pohyb, pohyb ve vodě je nezávislost.“*

Absolvent FTVS UK, specializace trenérství plavání, spolu s kolegou ze studií Martinem Kovářem, tehdy sjezdovým lyžařem, po úraze a míšní lézi plavcem a čtyřnásobným paralympijským vítězem, vdechli život unikátní metodě

**Aqua(E)Motion Therapy** plavání pro postižené, založené na osobním přístupu, otevřené komunikaci a vzájemném vztahu, kdy společný čas je terapií pro oba aktéry – pro instruktora i pro plavce. Soubor cvičení ve vodě je nazván podle obou autorů s lehkou nadsázkou **KONEV**. Díky jedinečné metodice a školícímu programu **KONTAKTU bb – Plavecké akademie bez bariér** se během dvaceti let v rámci celé

České republiky naučilo plavat kolem dvou tisíc tělesně postižených plavců. V počátcích to byly zejména osoby s míšní lézí, často tetraplegici, postupem času se zapojovali i děti a dospělí s dětskou mozkovou obrnou, se silnou spasticitou a s vrozenými vývojovými vadami. **Schopnost samostatného pohybu bez vozíku či jiné ortopedické pomůcky je největší devízou programu. Voda je jedinečná a dává možnost zažít stav vznášení se téměř každému.**

*„Metodická řada je soubor cvičení a pohybů, ale klíč leží ve vzájemné komunikaci a v navázání spojení. Pro nás není hendikepovaný ten, pro něhož něco děláme, ale někdo, s kým usilujeme o společný cíl. Říkáme jim, co mohou, a nikoliv co pro ně není možné. Pro někoho je skvělé už to, že zažívá pohyby a pocity, které nikdy nebo od určitého okamžiku zažít nemohl. Samotný pohyb ve vodě pomáhá odbourávat traumata, posiluje sebevědomí a přeneseně vede k samotnému pohybu v životě.“*