



POVODOM OBILJEŽAVANJA MEĐUNARODNOG OLIMPIJSKOG DANA

PLATAK – LIPANJ 2020

NEDJELJA, 7.6.2020.

NORDIJSKO HODANJE I PJEŠAČENJE (KŠR GOROVO)

START: 11:00H

1.RUTA: PLATAK – RADEŠEVO – PLATAK (srednje teška staza ,cca. 2,15h)

SUBOTA, 13.6.2020.

„ATLETIKA U PRIRODI“ (AK KVARNER)

10:00H - TRENING U PRIRODI ZA PREDŠKOLSKU DOB

10:00H - TRENING U PRIRODI ZA DJECU OŠ

11:00H -REKREATIVNO TRČANJE (POD VODSTVOM TRENERA ZORANA ŽILIĆA)

NEDJELJA, 14.6.2020.

„VJEŽBANJEM DO ZDRAVLJA“ (KŠR GOROVO)

11:00H- TATJANA STAKIĆ – BODY CORE

11:40H- MILENA OBRADOVIĆ KONJEVODA –KRUŽNI TRENING

12:20H – ROMINA MUŠKARDIN – BODY HARMONY DANCE

13:00H- MARIO MLINARIĆ – MM TRENING

13:40H – VJEŽBANJE U POKRETU S MARIOM MLINARIĆEM

(NORDIJSKO HODANJE I PJEŠAČENJE, TRIM STAZA – lagana, cca.1h)

11:00H – RADIONICA IZRADE SMOOTHIE NAPITKA (UDRUGA ŽMERGO)

SUBOTA, 20.6.2020.

„RODITELJI I DJECA U POKRETU“ (SAVEZ ŠSD PGŽ)

START: 11:00H

KRETANJE U PRIRODI: PLATAK-RADEŠEVO – PLATAK

(SREDNJE TEŠKA STAZA CCA.2,15h)

NEDJELJA, 21.6.2020.

BICIKLIJADA (BK GROBNIK)

START: 11:00H

OBITELJSKA RUTA (LAGANA, 10 KM)

SPORTSKO-REKREATIVNA RUTA (SREDNJE TEŠKA, 25 KM)

SUBOTA, 27.6.2020.

PLANINARENJE (PD KAMENJAK)

RUTA: PLATAK – JASENOVICA – PLATAK

(LAGANA STAZA, 2,15H)

NEDJELJA, 28.6.2020.

1. STRELIČARSTVO (SK AJKULE RIJEKA)
2. DECHATLON ZONA
3. JAHANJE (RANČ ANGELI BREGI)
4. PREZENTACIJA NORDIJSKOG HODANJA

Napomene:

Obavezno pročitati sigurnosne mjere i upute na:

<https://www.facebook.com/rekreacijaPGZ/>

Informacije i prijave:

<https://www.facebook.com/rekreacijaPGZ/>

sportzasve.pgz@gmail.com

Mob: 091 420 0650/ 095 9174 666