



# ŠPORTNA JESEN

Zdravo za zabavo!

**SOBOTA, 10.9.2016 ob 9h**

Športno igrišče Razvanje

## DOBRODELNA PRIREDITEV ZA ZBIRANJE SREDSTEV ZA ŠOLO V NARAVI

### Pozdravljeni vsi športnega duha!

Jesen je pred nami in šola je ponovno odprla svoja vrata. Vljudno vas vabimo, da storite nekaj za zdrav življenjski slog sebe in vaše družine, se z nami zabavate v športnih aktivnostih in pokušanju lokalnih dobrot. Osrednji cilj prireditve je **zbiranje sredstev za šolo v naravi, še posebej za smučarsko šolo, za šolo na morju in v hribih**. Žal si danes vedno več družin ne more privoščiti, da bi se otroci naučili smučanja, preživeli nekaj dni ob morju, v gorah ali kje drugje. Skupaj jim to lahko omogočimo!

Dogodek organizirata Športno društvo Razvanje v sodelovanju z osnovno šolo Franceta Prešerna. Skupaj smo pripravili bogat športni program, kjer prav vsak lahko najde kaj zase.

**Vljudno vabljeni!**

## PROGRAM

**Od 9. do 13. ure na Športnem igrišču v Razvanju**

Aktivnost	Ura	Kraj in opis
<b>TEK</b>	9.15	Skupinsko ogrevanje
200 m	9.30	Na velikem nogometnem igrišču, teče se 1 krog
400 m	10.00	Na velikem nogometnem igrišču, teče se 2 kroga
1,8 km	10.30	Štart na prizorišču, tek po ulicah, čez Pušo, mimo razvanjske cerkve in nazaj
<b>ŠOLA ZDRAVJA »1000 gibov</b>	9.30	Vaje na prostem pred domom Društva upokojencev, primerne za vsakogar. V 30 minutah razgibamo vse dele telesa. V Sloveniji vsako jutro te vaje izvaja več kot 1.700 oseb! Za vse starosti.
<b>ORIENTALSKI PLES</b>	10.00	Trenerka Marjetka Bunford Selinšek bo v Domu krajanov vodila učenje orientalskega plesa. S sabo prinesite veliko ruto.
<b>NORDIJSKA HOJA</b>	10.30	Pred domom Društva upokojencev Razvanje. S sabo prinesite pohodniške palice. Traja 60 minut.
<b>AEROBIKA</b>	11.00	Izvaja vaditeljica Športnega društva Razvanje na velikem nogometnem igrišču.
<b>JOGA ZA ODRASLE</b>	11.30	Izvaja vaditeljica Bodifita na velikem nogometnem igrišču.
<b>JOGA ZA OTROKE</b>	11.30	Izvaja učiteljica Branka Arko na travniku pred domom upokojencev.
<b>NOGOMET ODBOJKA</b>		Ekipni turnir od 9h do 10.30 in od 11.30 dalje, vmes prosto. Ekipni turnir od 9h do 11h, potem prosto.

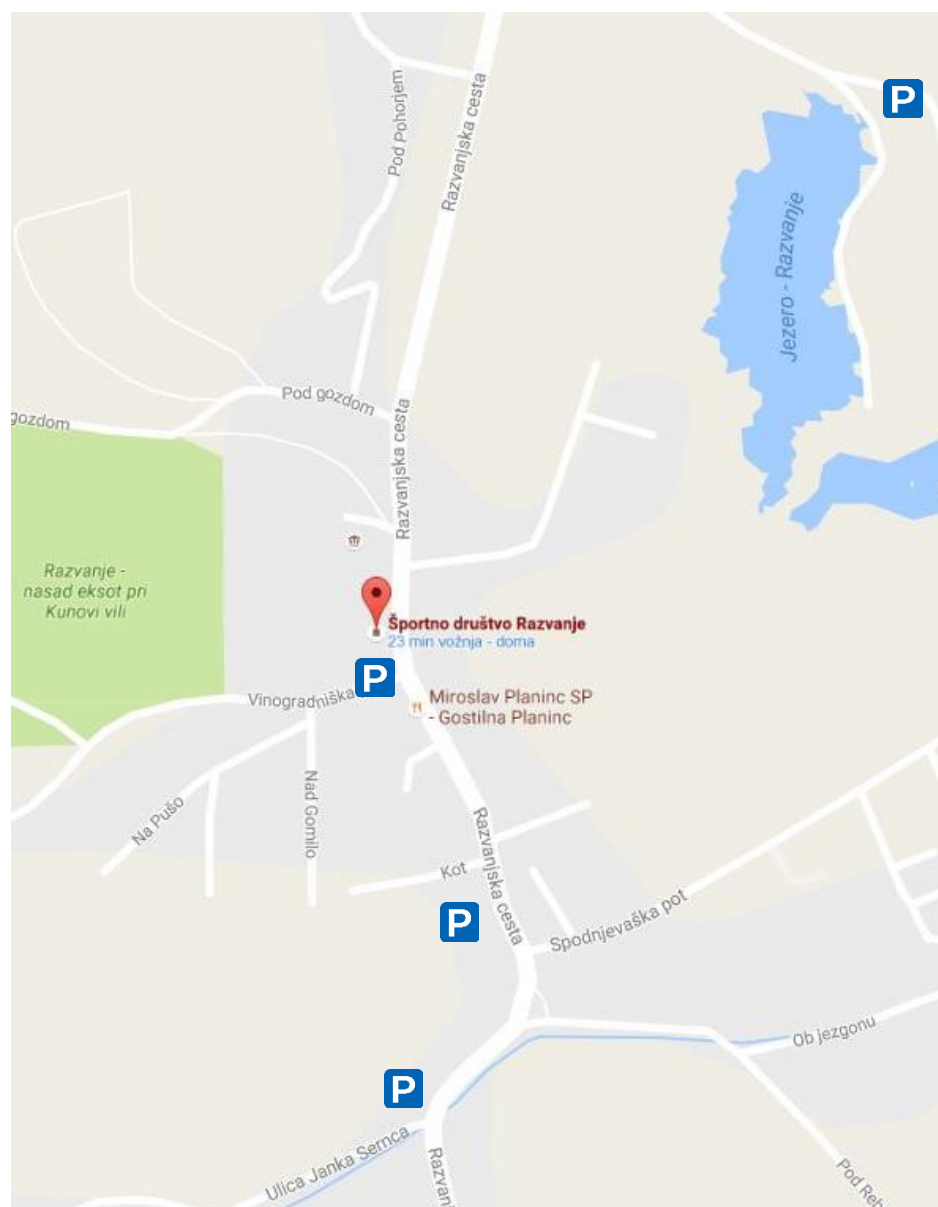
Ves čas dogodka je mogoče sodelovati v naslednjih dejavnostih:

- **Mini športni poligon za najmlajše**
- **Kegljanje** - v pod vodstvom izkušene kegljaške ekipe Društva upokojencev
- **SYSTEMA** – na veliki blazini se lahko preizkusite v izvajanju ruske borilne veščine
- **Calisthenic** – vaje z lastno težo na orodju
- **BOSA HOJA in KNAJPANJE**, kjer lahko po teku ali vadbi sprostite svoje noge
- **Ustvarjalne delavnice**

**KOTIZACIJA za odrasle znaša 3,00 EUR, za otroka pa 2,00 EUR.** S plačilom kotizacije se lahko udeležite vseh aktivnosti. S sodelovanjem boste omogočili izvedbo dogodka in hkrati dobrodelno prispevali!

## KULINARIKA IN PREHRANA

Na dogodku bo **tržnica s predstavitvijo lokalnih dobrot, kraja, čebelarstva in stojnica s peko palačink**. Tudi s prodajo palačink bomo zbirali sredstva za šolo v naravi. Možno bo kupiti tudi pijačo in kavo.



## PREVOZ IN PARKIRANJE

Na prireditve se lahko zapeljete z osebnim vozilom ali javnim prevozom. Avtobus mestnega prometa pelje iz Mlinske ulice do obračališča v Razvanju ob 8.05 in 9.05. Iz Razvanja v mesto pa ob 12.30, 13.30 in 14.30. Če boste na dogodek prišli z osebnim vozilom, lahko parkirate v bližini telovadnice, gasilskega doma, pri frizerskem salonu, največje prosto parkirišče je pri ribniku Transom in Baru Škorpiljon.

Vse aktivnosti se izvajajo na športnih igriščih pri Športnem Društvu Razvanje.