



# ŠPORTNA JESEN

Zdravo za zabavo!

**SOBOTA, 10.9.2016 ob 9h**

Športno igrišče Razvanje

## Z gibanjem in dobrimi okusi zakorakajmo v jesen!

Jesen je pred nami in šola je ponovno odprla svoja vrata. Sedaj je čas, da storite nekaj za zdrav življenjski slog, se po poletnem oddihu vrnete v ritem ter 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, ki je primeren za vse starosti.

**Torej otroci, starši, babice, dedki, tete, strici – vidimo se v soboto v športni opremi!**  
**Prav vsi vabljeni na prijetno in zdravo druženje!**

## PROGRAM

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

Aktivnost	Ura	Lokacija 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, primerne za vsakogar, vodi Heda Uran pred domom Društva upokojencev. 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	Vodi Heda Uran pred domom Društva upokojencev Razvanje. S sabo prinesite pohodniške palice. Traja 60 minut.
<b>AEROBIKA</b>	11.00	Vaditeljica Športnega društva Razvanje na velikem nogometnem igrišču.
<b>JOGA ZA ODRASLE</b>	11.30	Vaditeljica Bodifita na velikem nogometnem igrišču.
<b>JOGA ZA OTROKE</b>	11.30	Branka Arko, Društvo joga v vsakdanjem življenju na travniku pred domom upokojencev.
<b>NOGOMET ODBOJKA</b>		Ekipni turnir v šotoru od 9h do 10.30 in od 11.30 dalje, vmes prosto. Ekipni turnir od 9h do 10.30 in od 11.30 dalje na gasilskem igrišču.

**Ves čas dogodka** vam je na razpolago:

- **Mini športni poligon za najmlajše**
- **Kegljanje** - v pod vodstvom izkušene kegljaške ekipe Društva upokojencev in Jožice Šetar
- **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
- **Ustvarjalni delavnici za otroke na temo JESENSKE RADOSTI OŠ Franceta Prešerna**, vodita učiteljici Metka Čepe in Darja Dobaja Humar

## **DOBRODELNA PRIREDITEV za zbiranje sredstev za šolo v naravi**

**KOTIZACIJA za odrasle znaša 3,00 EUR, za otroka pa 2,00 EUR.** Z enkratnim plačilom kotizacije prejmete zappestnico s katero se lahko udeležite vseh aktivnosti. Prijavite se na dogodku v šotoru PRIJAVA. S sodelovanjem boste omogočili izvedbo dogodka in hkrati dobrodelno prispevali!



## **TRŽNICA LOKALNE PONUDBE in PREDSTAVITEV KRAJA**

Okrepčate se lahko na **tržnici s predstavitvijo lokalnih dobrot, kraja, čebelarstva in stojnica s peko palačink**. Na tržnici vas bodo pričakali:

- **ČEBELARSTVO CESAR** s pokušino različni vrst medu in Medeno princeso
- **BAR ŠKORPIJON** vabi na domač golaž, hrenovke in pomfri, pijača
- **PEKA PALAČINK**, šolska kuhinja OŠ Franceta Prešerna
- **DOMAČE PECIVO**, Društvo upokojencev Razvanje
- **Predstavitvev POŠTELE**, Turistično društvo Razvanje
- **Druge domače dobrote**



## **PARKIRANJE**

Zaželeno je, da na prireditev pridete peš, s kolesom ali mestnim avtobusom Linija 2 Betnavska -Razvanje. 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 Škorpijon.