

FESTIVAL AKTIVNEGA STARANJA - FAS

ZASAVSKO POSAVSKI REGIJSKI DOGODEK

PREDAVANJE Z DELAVNICO NAMENJEN SREDNJI IN STAREJŠI GENERACIJI TER ŠPORTNIM DELAVCEM S STAROSTNIKI

KDAJ:	KJE:
16.9.2017, od 9.00 do 12:00h	Športna dvorana Zagorje

PROGRAM:

9:00 - 9:30	- Merjenje pritiska; sladkorja v krvi - srednja šola Zagorje-dijaki zdravstvene nege
9:30 - 10:00h	- Pomen gibalnih aktivnosti srednje in starejše generacije – Tina Lautar-profesorica športne vzgoje (ob zaključku nekaj sprostilnih vaj)
10:05 - 10:40	- Predstavitev nordijske hoje in njeni pozitivni učinki - M. Bedrač - ŠD Izlake (prikaz ogrevalnih vaj pred hojo in demonstracija hoje s palicami)
10:50 - 11:10	- Predstavitev Društva šola zdravja - Zdenka Katkič - predsednica
11:10 - 11:25	- Delavnica - Jutranja telovadba 1000 gibov - Zdenka Katkič
11:25 - 12:00	- Vprašanja in odgovori udeležencev S sabo imejte športno opremo- športne copate

ORGANIZATORJI:

Športna unija Slovenije



Športno društvo Izlake



Društvo šola zdravja



Zavod za šport Zagorje ob Savi



Ostale informacije: Rudi - 041 336 596

VABLJENI!