



EVROPSKI TEDEN ŠPORTA v Novi Gorici

22.–29. september 2018

Aktiviraj se za dobro počutje!

ZA KAJ GRE?

Evropski teden športa je pobuda Evropske komisije za spodbujanje športa in telesne dejavnosti v Evropi. Glavna tema kampanje ostaja #BEACTIVE (ang. Bodite aktivni), njen cilj pa je vse ljudi spodbuditi k telesni dejavnosti ne le med tednom športa, temveč vse leto.

ZAKAJ?

Šport in telesna dejavnost sta pomembna za ohranjanje in krepitev zdravja ter prispevata k aktivnemu in zdravemu staranju. Poleg tega je šport lahko sredstvo za socialno vključevanje, širjenje sporočila strpnosti in krepitev državljanstva ter povezanosti po Evropski uniji.

KAKO?

Čeprav se delež telesno dejavnih prebivalcev Slovenije v splošnem povečuje, v Evropski uniji pa ostaja na enaki ravni, bi morali postati vsakodnevno bolj telesno dejavni. Redna športna vadba naj zato postane del vsakdana. Izberimo si takšno aktivnost, ki nam je blizu in nas osrečuje. Evropski teden športa je priložnost, da preizkusite različne vadbne in najdete primerno zase.

KDO?

Evropski teden športa je namenjen vsem, ne glede na starost, izobrazbo ali telesno pripravljenost. Je priložnost, da preizkusite različne vadbne in najdete primerno zase.

Projekt sofinancira [Evropska komisija](#) preko programa [Erasmus+](#).

Kako sodelujem: <http://ewos.olympic.si/kako-sodelujem/>

Dogodki: <http://ewos.olympic.si/#events>

Info: info@sportnazveza-ng.si. Priporočljivo je, da se na dogodke prijavite na zgoraj naveden naslov oz. na licu mesta poveste, da ste prišli v sklopu EWOS-a.

Kdaj	Za koga	Ura	Kaj	Kje	Izvajalec
22.9.	zaposleni	9,00-15,00	Športne igre zaposlenih 2018	Športni park N.G.	Športna zveza N.G.
23.9.	vse generacije	rekreativni tekači izpred knjižnice F. Bevka ob 10 uri	Pohod in tek na Škabrijel	na vrhu Škabrijela ob 11 uri (iz vseh smeri)	Društvo Škabrijel 1917
24.9.	odrasli	17,00-18,00	Super mame	Velika dvorana Gimnazije N.G. 2.nad.	ŠK V.I.P. (ŠD Maredi)
		18,00-19,00	Rekreacija za odrasle	telovadnica Partizan Športni park N.G.	ŠD GO Šport
		20,00-22,00	Fitnes vadba za odrasle	Fitness stadion	Mika šport d.o.o.
		20,30-21,30	Gimnastika za odrasle	mala telovadnica Partizan Šp.park N.G.	Goriško gimnastično društvo
25.9.	otroci in mladina	14,00-16,00	Fitnes vadba za mladino	Fitness stadion	Mika šport d.o.o.
		15,00-18,00	Športna 5ka-predstavitev programa z animacijo otrok	travniki pred Mestno občino N. Gorica	Javni zavod za šport N.G.
		15,00-16,30	atletika		ŠD GO Šport-Go Atletik
		15,00-16,30	vadba za predšolske otroke		ŠD GO Šport-Gongo
		15,30-16,30	urbani stili 1.-3. raz.	Dvorana Mavrica-Šp.park N.G.	KUD Plesne sanj
		16,30-18,00	urbani stili 4.-6. raz.	Dvorana Mavrica-Šp.park N.G.	KUD Plesne sanj
		17,00-19,00	Gimnastika za otroke 6-15 let	mala telovadnica Partizan Šp.park N.G.	Goriško gimnastično društvo
		19,00-20,30	odprte delavnice urbani stili za mladino	Dvorana Mavrica-Šp.park N.G.	KUD Plesne sanj
26.9.	starejši	8,30-10,30	Skupinska vadba za starejše	Dvorana Mavrica-Šp.park N.G.	Mika šport d.o.o.
		10,30-12,00	Fitnes vadba za seniorje	Fitness stadion	Mika šport d.o.o.
27.9.	vse generacije	16,00-18,00	Izobraževanje-uporaba defibrilatorja	telovadnica Partizan Športni park N.G.	Rdeči križ N.G.
28.9.	družina	17,00-18,30	Aktivna družina-gibalne igre za prosti čas, igre brez meja za družine	travniki pred MONG ali Športni park N.G.	Športna zveza, Javni zavod za šport N.G.
29.9.	vse generacije	9,00-11,00	Testiranje telesnih zmogljivosti in test hoje na 2km	Športni park N.G.	Športna zveza, Javni zavod za šport N.G., ŠD Mark, ZD N. Gorica