



FESTIVAL
SPORTSKE
REKREACIJE
OPATIJA



GRAD
OPATIJA

ORGANIZIRAJU POVODOM
SVJETSKOG DANA ZDRAVLJA

13. HRVATSKI FESTIVAL SPORTSKE REKREACIJE U NORDIJSKOM HODANJU I PJEŠAČENJU



SUBOTA, 12. 04. 2025.
LJETNA POZORNICA, OPATIJA





PROGRAM

09:30	OKUPLJANJE SUDIONIKA, Ljetna pozornica Opatija, Zert bb Mjerenje tlaka , Gradsko društvo Crvenog križa Opatija Sajam zdrave prehrane i autohtonih proizvoda	
09:30 - 17:00	Promocija streličarstva , SK Ajkule – Rijeka Promocija SUP-anja , VOP SUP Team Promocija Cornhole Cornhole klub (Leprinac)	
09:45 -11:00	Vježbajmo zajedno!	09:45 Thalasso warm up - Fitness trenerica Milica Golić 10:05 Body harmony dance - instruktorka Romina Muškardin 10:30 MM trening - prof. mag. cin. MARIO MLINARIĆ
11:00	SVEČANO OTVARANJE FESTIVALA – voditelj Dražen Turina Šajeta	
11:15	START PJEŠAČENJA I NORDIJSKOG HODANJA <i>Kategorije sudionika: predškolska, mlađa školska i starija školska dob, srednja dob, umirovljenici i osobe s invaliditetom</i> 1. RUTA CARMEN SYLVA (8 km, 2:30 h) Srednje teška i uključuje kretanje uzbrdo: Ljetna pozornica - Izvor Vrutki- Šetnica Carmen Sylve- Dvorana Marino Cvetković- Lungomare- Ljetna pozornica 2. RUTA VOLOSKO (3 km, 1,30 h) Lagana: Ljetna pozornica – Lungomare – Volosko - Ljetna pozornica 3. RUTA IČIĆI (8 km, 2:30 h) Lagana: Ljetna pozornica – Lungomare – Ičići - Ljetna pozornica 4. MORSKA RUTA* (4 km, 1:15h) Lagana: A) Luka Opatija - vožnja brodom do Ičića - nordijsko hodanje uz Lungomare - Ljetna pozornica B) Ljetna pozornica - nordijsko hodanje uz Lungomare - Ičići – u 12.30 vožnja brodom do luke Opatija 5. TURISTIČKA RUTA: razgledavanje kulturnih znamenitosti grada Opatije uz turističkog vodiča: Park Angiolina – Park Margarita – Amerkinaski vrtovi – Ljetna pozornica	
10:00 - 13:15	Program za sudionike na plaži u Ičićima	10:00 - 14:00 DJ Vedran 12:15 dolazak sudionika, okrijepa 12:30 Vježbajmo zajedno! 13:15 polazak za Opatiju
11:30 - 13:30	Jedrenje na krstašu „Feet 30“ , Opa Sailing School & Cruise, polazak iz Luke Opatija - cijena 25,00 eura po osobi za grupe od 4 do 6 članova - info i prijave: info@opasailing.eu	
12:30	Gastro i eno ponuda: šparogijada, riblje delicije, izbor vrhunskih vina i ostalih pića	
13:00 – 17:00	Glazbeni program: DJ Luca Montecchi i voditelj Dražen Turina Šajeta	

Kotizacija za sudionike: 8,00 eura po osobi (*nadoplata za brod 10,00 eura)

Kotizacija se može uplatiti na info pultu (voditelji ekipa) ili na: KŠR Gorovo, Štangerova 48 Opatija, Erste banka IBAN: 1224020061100130938, poziv na broj: 1204-2025, opis plaćanja: Kotizacija za sudjelovanje na HFSR u NH, naziv grupe i broj sudionika

NAPOMENE

- Svi sudionici moraju biti adekvatno obučeni (sportska oprema).
- Preporučuje se da sudionici imaju kapu (zaštitu od sunca) i 1,5 l vode.
- Svi sudionici sudjeluju na vlastitu odgovornost.
- Rute i raspored kretanja mogu se izmijeniti ovisno o vremenskim uvjetima. Voditelji ekipa prijavljuju sudionike.
- Za sve sudionike domaćin osigurava ručak, liječničko osoblje i voditelje.

INFORMACIJE I PRIJAVE:

KŠR Gorovo

Štangerova 48, Opatija

Mobitel: 091 420 0650

Email: ksr.gorovo@gmail.com

Prijave se primaju zaključno do srijede, 09.04.2025. godine na e-mail:

ksr.gorovo@gmail.com

