

ZIMSKI ŠPORTNI DAN

V petek, 24. 1. 2025 bo športni dan z naslednjimi aktivnostmi - **smučanje, drsanje s pohodom do Pekrske gorce in plavanje, fitnes in kegljanje.**

Učenci in spremljevalci morajo biti primerno oblečeni in obuti.

1. PROGRAM - VSEBINA

Predmetna stopnja
Smučanje na Pohorju – ROGLA
Drsanje - Ledna dvorana MARIBOR
Plavanje in fitnes – Športni park RUŠE

2. URNIK / 1 avtobus

Čas	<u>Smučanje</u>
7.00	zbirališče v šoli
7.10	odhod avtobusa
9.00 - 13.00	Zimske aktivnosti (malica po dogovoru)
13.30	povratek avtobusa
cca. 14.30	Prihod v Duplek
	Ni kosila v šoli

**Brezhibna oprema in primerno znanje (obvezna čelada)!
 Smučarske čevlje imejte v posebni torbi!**

2 avtobusa

Čas	<u>Drsanje</u>
7.25	zbirališče v šoli
7.35	odhod avtobusa
	malica na drsališču po dogovoru
8.00 – 9.30	Drsanje
9.45	Pohod na Pekrsko gorco
11.30	povratek avtobusa
12.00	kosilo

**Obvezne rokavice in torba za drsalke (tisti, ki imajo svoje).
 Primerna obutev za pohod.**

2 avtobusa

Čas	<u>Plavanje in fitnes / kegljanje</u>
7.25	zbirališče v šoli
7.40	odhod avtobusa
8.30 – 10.00	1. skupina plavanje 2. skupina fitnes in kegljanje /nato menjava po cca. 40 min
10.05 – 10.25	Malica / menjava
10.30 – 12.00	Menjava skupin 1. in 2.
12.30	povratek avtobusa
13.10	kosilo

Kopalke, brisača! Športna oprema za fitnes (teniske, športna oblačila) z drugo, suho brisačo.

NAVODILA ZA UČENCE:

- **ŠOLSKI AVTOBUS VOZI PO USTALJENEM VOZNEM REDU. SMUČARJI PRIDETE V ŠOLO Z LASTNIM PREVOZOM, ker je odhod avtobusa na Roglo že ob 7.10.**
- **ZJUTRAJ VSAJ MALO ZAJTRKUJTE.**
- **UPOŠTEVATI MORATE VSA NAVODILA UČITELJEV, SPREMLJEVALCEV TER UPRAVLJALCEV ŠPORTNO - REKREATIVNIH POVRŠIN IN NAPRAV;**
- **SMUČARJI SMUČATE PO PROGAM, KI JIH DOLOČIJO UČITELJI GLEDE NA PRIKAZANO SMUČARSKO ZNANJE.**
- **UPOŠTEVATI MORATE RED IN OZNAKE NA SMUČIŠČU.**
- **S SEBOJ LAHKO IMATE DODATNO MALICO IN VODO.**
- **OKREPČATE SE LAHKO v dogovoru z učitelji spremljevalci .**
- **OBVEZNO SE MORATE DRŽATI DOGOVORJENIH UR.**
- **PLAVALCI IN UPORABNIKI FITNESA oz. KEGLJIŠČA DOSLEDNO UPOŠTEVATE VSA NAVODILA UPRAVLJALCEV IN SPREMLJEVALCEV.**
- **10 MINUT PRED ODHODOM SE ZBERETE PRI AVTOBUSIH.**
- **ČE PO ŠPORTNEM DNEVU ŽELITE OSTATI V MARIBORU, MORATE PRINESTI PISNO DOVOLJENJE STARŠEV.**

STROŠKI:

- SMUČARJI: smučarska karta 19 EUR + avtobusni prevoz
- DRSANJE: vstopnina 3,00 EUR + (izposoja drsalk 3,00 EUR) + avtobusni prevoz
- PLAVANJE: 3,60 EUR + FITNES 3,60 EUR + KEGLJANJE 3,00 EUR + avtobusni prevoz
- **VSI STROŠKI bodo obračunani na položnici**