

**ORGANIZIRAJU**

**STRUČNU EDUKACIJU**

**„NORDIJSKO HODANJE KAO PRIMIJENJENA SPORTSKO REKREATIVNA AKTIVNOST ZA OSOBE STARIJE DOBI“**

**Sportska edukacija namijenjena je stručnom osoblju koji provode sportsko rekreativni program i rehabilitaciju sa osobama starije dobi (voditeljima, fizioterapeutima, medicinskim sestrama i dr.)**

**Organizatori edukacije: Hrvatski savez nordijskog hodanja, Savez športske rekreacije „Sport za sve“ PGŽ, Društvo športske rekreacije „Mali Kartec“ Krk**

**Vrijeme i mjesto provođenja edukacije: Subota, 21.11.2015. godine u 9h u Gradu Krk – Dom za starije i nemoćne osobe Mali Kartec**

**Stručno osoblje:**

* **predavač INWA instruktor Davorin Antonić, prof.**
* **Mladen Pokrajčić, prof.**

***NAPOMENA:***

* ***Svi polaznici edukacije moraju imati adekvatnu sportsku odjeću i obuću (trenerka i tenisice)***
* ***Svi sudionici edukacije dobiti će potvrdu o pohađanju edukacije***
* ***Za sve sudionike osiguran je ručak i osvježavajuća pića***

**PROGRAM STRUČNE EDUKACIJE**

**„NORDIJSKO HODANJE KAO PRIMIJENJENA SPORTSKO REKREATIVNA AKTIVNOST ZA OSOBE STARIJE DOBI“**

**9,00h okupljanje sudionika**

**9,30h početak edukacije**

**9,30h Sportska rekreacija kao primijenjeni oblik aktivnosti za osobe starije dobi (Mladen Pokrajčić, prof.)**

**9,45h stručna edukacija „Nordijsko hodanje kao primijenjeni oblik aktivnosti za osobe starije dobi“ (Davorin Antonić, prof.)**

 **- Povijest nordijskog hodanja i „Što je to nordijsko hodanje?“**

 **- Organizacija INWA**

 **- Organizacija u Hrvatskoj**

 **- Medicinska istraživanja i znanstveni članci o nordijskom hodanju**

 **- Osnovna oprema za nordijsko hodanje**

**10,45h Osnovna tehnika nordijskog hodanja (praktični dio)**

 **- Metodički /didaktički elementi učenja tehnike nordijskog hodanja**

**12,15h Pauza**

**12,30h Uključivanje u manifestaciju „Svaki korak je važan“ – nordijsko hodanje i pješačenje**

 **Ruta A: Dom Mali Kartec-autokamp Ježevac-Dom Mali Kartec 2,5km**

 **Ruta B: Dom Mali Kartec-Centar Grada Krka-Dom Mali Kartec 4 km**

**Ruta C: Dom Mali Kartec-Grad Krk Centar-Politin 8 km**

**15,00h Ručak za sve sudionike**

***INFORMACIJE I PRIJAVE:***

***Zaključno s 21.11.2015. godine na***

***e-mail:*** ***ksr.gorovo@gmail.com*** ***/*** ***mali.kartec.krk@ri.t-com.hr***

***GSM: 091 420 0650 Dalibor Korenić***

 ***091 531 3020 Željka Mrakovčić***

