



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

## UVIJEK U POKRETU !

### 3. VARAŽDINSKI FESTIVAL NORDIJSKOG HODANJA I PJEŠAČENJA

**subota, 28.09.2019., Kapucinski trg , Varaždin**

**KATEGORIJE :** sve dobne skupine ( predškolske grupe, osnovno školske grupe, srednje školske grupe, studenti, umirovljenici, mlade porodice sa malom djecom, osobe s posebnim potrebama, hrvatski branitelji i svi ostali)

**DISCIPLINE :** nordijsko hodanje i pješačenje

**NATJECANJE :** nordijsko hodanje na 5 km, kombinirani teren , prema propozicijama ( u prilogu )

**REKREATIVNE RUTE:**

1. RUTA 1,0 km - Kapucinski trg – uži centar grada – Kapucinski trg
2. RUTA 2,5 km - Kapucinski trg – uži centar grada – Stari grad – Kapucinski trg – turističko-informativna ruta uz turističkog vodiča
3. RUTA 5 km - Kapucinski trg – širi centar grada – Stari grad – varaždinsko groblje
4. RUTA 10 km - Kapucinski trg – širi centar – Stari grad – varaždinsko groblje – Drava

**SATNICA :**

**7:30** – polazak autobusima ispred poglavarstva grada, Trg Stjepana Radića 1

**9:00** – okupljanje i prijava sudionika, podjela bonova za ručak i startnih brojeva, kulturno – zabavni program, prijave za posjete muzejima, osvježenje, voće, izložba

**10.00** – Svečano otvorenje festivala (voditeljica programa Karmen Špiranec)

- pozdravni govori : organizatora (Klub NH Varaždin, HSNH, ZSSR "Sport za sve"), gostiju,
- predaja priznanja HSNH dr. Gordani Furjan – Mandić za njen doprinos razvoju nordijskog hodanja u RH i preuzimanje počasne članske iskaznice Kluba NH Varaždin
- proglašenje 4. VFNHIP otvorenim – predstavnik/ica Grada Varaždina

**10:00 –10:15** – Zagrijavanje sudionika festivala ( Damir Vučić, prof. kineziologije)

**10.25** – START 3. Hrvatskog natjecanja u NH na 5 km ( više u propozicijama )

**10:30** – Formiranje grupa po rutama i start na 4 rute (10,0 km, 5,0 km, 2,5 km i 1,0 km)

**12:00** - Prijam u Vijećnici Grada Varaždina predstavnika nordijskih hodača iz drugih država

**12:30 – 14:30** - ručak , podrum hotela "Turist" – pratiti oznake na ulazu u hotel

**13.30 – 14.30** – Okrugli stol o nordijskom hodanju – Hotel "Turist", salon na 3. katu

**15.00** – Povratak na Kapucinski trg, proglašenje pobjednika natjecanja u NH, zatvaranje festivala

- mjerenje tlaka, šećera u krvi i indeksa masnoće (povodom Svjetskog dana srca)

- 2.Hrvatska izložba fotografija o festivalima NH u Republici Hrvatskoj

- posjete muzejima(muzej Stari Grad i Muzej kukaca) u 09,00 i 12,00 sati

- kulturno-zabavni program na pozornici, DJ

Prijave se primaju do subote, 21.09.19.  
Informacije: Valentina Novosel 098 378241  
e-mail: vnovosel.sportzasve@gmail.com

---

**CIJENA : 80 KN**

*Autobusni prijevoz, kotizacija za ručak, osvježavajuće piće, liječničko osoblje i voitelji*



Hrvatski savez za nordijsko hodanja  
Klub nordijskog hodanja Varaždin  
Juraja Križanića 92  
42 000 Varaždin  
e-mail: klubnh.varazdin@gmail.com  
0380998294799

**PRIJAVNICA  
ZA 3. HRVATSKO NATJECANJE U NORDIJSKOM HODANJU  
INDIVIDUALNE PRIJAVE**

1. IME I PREZIME \_\_\_\_\_
2. GODINA ROĐENJA \_\_\_\_\_
2. NAZIV KLUBA, UDRUGE, SEKCIJE, INDIVIDUALAC :  
\_\_\_\_\_
3. MJESTO \_\_\_\_\_
4. DRŽAVA \_\_\_\_\_
5. ZAKRUŽITI SLOVO ISPRED KATEGORIJU U KOJOJ SE ŽELITE  
NATJECATI (nazivi se odnose i na žene i muškarce):
- A) JUNIOR – mlađi od 20 godina
  - B) SENIOR – stariji od 21 godine
  - C) MASTER - 40 – 59 godina
  - D) VETERAN A – 60 – 69 godina
  - E) VETERAN B – stariji od 70 godina

Mjesto i datum : \_\_\_\_\_

Broj mobitela : \_\_\_\_\_

Prijavnicu je potrebno dostaviti do 24.09.19. na e-mail klubnh.varazdin@gmail.com

Kotizacija za sudjelovanje na 3. Hrvatskom natjecanju u nordijskom hodanju iznosi 20,00 HRK po osobi i potrebno ju je uplatiti do 24.09.2019. na : Klub nordijskog hodanja Varaždin, IBAN:HR7223900011100938875.

Hrvatski savez nordijskog hodanja  
Klub nordijskog hodanja Varaždin  
Juraja Križanića 92  
42 000 Varaždin  
e-mail: klubnh.varazdin@gmail.com  
03850998294799

**PRIJAVNICA**  
**ZA 3. HRVATSKO NATJECANJE U NORDIJSKOM HODANJU**  
**GRUPNE PRIJAVE**

Naziv kluba, udruge, sekcije : \_\_\_\_\_

Mjesto : \_\_\_\_\_

Država : \_\_\_\_\_

Red. broj	Ime i prezime	Godina rođenja	Kategorija (upisati slovo ispred naziva)
1.	_____	_____	_____
2.	_____	_____	_____
3.	_____	_____	_____
4.	_____	_____	_____
5.	_____	_____	_____
6.	_____	_____	_____
7.	_____	_____	_____
8.	_____	_____	_____
9.	_____	_____	_____
10.	_____	_____	_____

**KATEGORIJE (nazivi se odnose i na žene i muškarce):**

- A) JUNIOR – mlađi od 20 godina
- B) SENIOR – stariji od 21 godine
- C) MASTER - 40 – 59 godina
- D) VETERAN A – 60 – 69 godina
- E) VETERAN B – stariji od 70 godina

Mjesto i datum : \_\_\_\_\_

Ime i prezime odg. osobe \_\_\_\_\_ mob.: \_\_\_\_\_

Prijavnicu je potrebno dostaviti do 24.09.19. na e-mail klubnh.varazdin@gmail.com

Kotizacija za sudjelovanje na 3. Hrvatskom natjecanju u nordijskom hodanju iznosi 20,00 HRK po osobi i potrebno ju je uplatiti do 24. 09. 2019. na : Klub nordijskog hodanja Varaždin, IBAN:HR7223900011100938875.



## "UVIJEK U POKRETU !"

### 4.VARAŽDINSKI FESTIVAL NORDIJSKOG HODANJA I PJEŠAČENJA

subota, 28.09.2019., Kapucinski trg, Varaždin

#### PROGRAM

**KATEGORIJE** : sve dobne skupine ( predškolske grupe, osnovno školske grupe, srednje školske grupe, studenti, umirovljenici, mlade porodice sa malom djecom, osobe s posebnim potrebama, hrvatski branitelji i svi ostali)

**DISCIPLINE** : nordijsko hodanje i pješačenje

**NATJECANJE** : nordijsko hodanje na 5 km, kombinirani teren , prema propozicijama

1. **RUTA 1,0 km** - Kapucinski trg – uža centar grada – Kapucinski trg
2. **RUTA 2,5 km** - Kapucinski trg – uža centar grada – Stari grad – Kapucinski trg – turističko-informativna ruta uz turističkog vodiča
3. **RUTA 5 km** - Kapucinski trg – šira centar grada – Stari grad – varaždinsko groblje
4. **RUTA 10 km** - Kapucinski trg – šira centar – Stari grad – varaždinsko groblje – Drava

08.00 – 12.00 – mjerenje tlaka, šećera u krvi i indeksa masnoće (povodom Svjetskog dana srca)

- 2.Hrvatska izložba fotografija o festivalima NH u Republici Hrvatskoj
- posjete muzejima(muzej Stari Grad i Muzej kukaca) u 09,00 i 12,00 sati
- kulturno-zabavni program na pozornici, DJ

08.00 – 09.50 – okupljanje i prijava sudionika, podjela bonova za ručak i startnih brojeva, kulturno – zabavni program, prijave za posjete muzejima, osvježenje, voće, izložba

10.00 – Svečano otvorenje festivala (voditeljica programa Karmen Špiranec)

- pozdravni govori : organizatora (Klub NH Varaždin, HSNH, ZSSR "Sport za sve"), gostiju,

- predaja priznanja HSNH dr. Gordani Furijan – Mandić za njen doprinos razvoju nordijskog hodanja u RH i preuzimanje počasne članske iskaznice Kluba NH Varaždin

- proglašenje 4. VFNHIP otvorenim – predstavnik/ica Grada Varaždina

10.15 – Zagrijavanje sudionika festivala ( Damir Vučić, prof. kineziologije)

10.25 – Start 3. Hrvatskog natjecanja u nordijskom hodanju na 5 km (više u Propozicijama)

10.30 - Formiranje grupa po rutama i start na 4 rute (10,0 km, 5,0 km, 2,5 km i 1,0 km)

12.00 – Prijam u Vijećnici Grada Varaždina predstavnika nordijskih hodača iz drugih država

12.30 – 14.30 - ručak , podrum hotela "Turist" – pratiti oznake na ulazu u hotel

13.30 – 14.30 – Okrugli stol o nordijskom hodanju – Hotel "Turist", salon na 3. katu

15.00 – Povratak na Kapucinski trg, proglašenje pobjednika natjecanja u NH , zatvar. festivala

## 1. KOTIZACIJA ZA 4.VFNHIP

1. Kotizacija za sudjelovanje na 4.VFNHIP iznosi 30,00 kn.

U isto je uračunato : hodanje na jednoj od odabranih ruta uz voditelje NH, turistički vodič na turističko-informativnoj ruti od 2.5 km, volonteri Crvenog križa Grada Varaždina na rutama , policijske patrole na opasnim raskršćima i prijelazima cesta, ručak ( vinski gulaš s noklicama ), kulturno – zabavni program, posjeti muzejima, osvježenje, voće, razglednica Varaždina sa markom, sudjelovanje na Okruglom stolu o nordijskom hodanju.

2. Kotizacija za sudjelovanje na 3. Hrvatskom natjecanju u nordijskom hodanju iznosi 20,00 HRK po osobi – individualne ili grupne prijave, i 40,00 HRK za ekipne prijave (4 člana/ice)

U istu je uračunato : startni brojevi, suci - kontrolori natjecanja, mjeritelji vremena, nagrade (štapovi za NH, pehari, medalje ).

3. Za stanovnike Varaždinske županije , i sve druge sudionike 4.VFNHIP, kotizacija za sudjelovanje na 4. VFNHIP iznosi samo 10,00 kn, ako ne žele ručati. Na sve drugo imaju jednaka prava kao i sudionici koji su platili kotizaciju 30,00 HRK.
4. Kotizaciju ne plaćaju : sudionici predškolske dobi, sudionici osnoškolske dobi i sudionici srednjoškolske dobi, kao i mladi bračni parovi s malom djecom i osobe s posebnim potrebama, kao i hrvatski branitelji . Njima organizator osigurava klipiće, uz uvjet da svoje sudjelovanje prijave do 24.09.2019.

## 2. PRIJAVE I UPLATA KOTIZACIJE

PRIJAVE ZA SUDJELOVANJE NA 4. VARAŽDINSKOM FESTIVALU NORDIJSKOG HODANJA I PJEŠAČENJA, KAO I ZA 3. HRVATSKO NATJECANJE U NORDIJSKOM HODANJU SE PRIMAJU DO UTORKA, 24.09.2019., NA OBRASCIMA KOJE VAM DOSTAVLJAMO U PRIVITKU.

UPLATA KOTIZACIJE ZA SUDJELOVANJE NA 4. FESTIVALU, U IZNOSU OD 30,00 HRK PO OSOBI, PLAĆAJU SUDIONICI FESTIVALA, KOJI ŽELE RUČATI U HOTELU "TURIST", OD 10,00 HRK ONI KOJI NE ŽELE RUČATI, A KOTIZACIJU ZA SUDJELOVANJE NA 3. HRVATSKOM NATJECANJU U NORDIJSKOM HODANJU, PLAĆAJU SAMO PRIJAVLJENI ZA NATJECANJE, 20.00 HRK PO OSOBI, ZA INDIVIDUALNE I GRUPNE PRIJAVE, I 40.00 HRK ZA EKIPNU PRIJAVU, ISTO DO UTORKA, 24.09.2019.

UPLATE SE VRŠE :

Platitelj : Navesti naziv kluba, udruge, sekcije, ako je individualna prijava ime i prezime i adresa

Iznos : Ako je grupna prijava, staviti ukupan iznos

IBAN : Upisati IBAN platitelja

IBAN : Upisati IBAN primatelja tj. HR7223900011100938875

PRIMATELJ : Klub nordijskog hodanja Varaždin, Juraja Križanića 92, 42 000 Varaždin

OPIS PLAĆANJA : Kotizacija za sudjelovanje na 4.VFNHIP (navesti broj sudionika, npr. 25 x 30,00 kn + 5 x 20,00 kn – za natjecanje u NH + 1 x 40,00 HRK – ekipna prijava za natjecanje u NH, ili 15 x 10 kn).

## 3. OSTALE INFORMACIJE :

1. Besplatno parkiralište za autobuse i osobna vozila je osigurana na parkiralištu kod varaždinskog groblja, udaljenom 800 metara od Kapucinskog trga. Parkirati se može osobna vozila u javnim garažama, na -1 i -2 etaži, ispod Kapucinskog trga, uz naplatu.
2. Prijave za posjete muzejima kod Prijavnice, nešto prije 09.00 i 12.00 sati, posjeti besplatni.

3. Javni sanitarni čvorovi se nalaze na etaži -2 ispod Kapucinskog trga.
4. Na jednom od štandova na Kapucinskom trgu bit će poštanski sandučić u koji ćete moći ubaciti razglednice Varaždina sa markom, koje ćete preuzeti prilikom podizanja bonova za ručak .
5. Na istom štandu će biti Garderoba- tako označena, u kojoj ćete moći odložiti stvari i opremu koja vam je suvišna prilikom hodanja na rutama ili natjecanja u NH, pa je poslije podignuti. Ne odlagati dokumente i novce.
6. Na rutama od 2.5 km i 5.0 km imamo jedno okrepno mjesto u Uršulinskoj ulici, a na ruti od 10.0 km imamo dva okrepna mjesta, u Uršulinskoj ulici i lokalnu "Time out" u Sportskoj dvorani "Arena", kraj rijeke Drave .
7. Za sva dodatna pitanja, obavijesti i pojašnjenja možete kontaktirati :
  1. Srećko Radulović , 099/8294799 – predsjednik Organizacijskog odbora 4.VFNHIP
  2. Dijana Hajduk, 099/7833519 - dopred.Organ. Odbora 4.VFNHIP i voditeljica rute na 5 km
  3. Zvonimir Mikuličić, 091/8937287 - tajnik Organizacijskog odbora 4.VFNHIP i voditelj rute na 10 km
  4. Vera Šuliček, 098/9296052 – blagajnica Organ. odbora 4.VFNHIP i voditeljica rute na 2,5 km

**DOBRO DOŠLI U VARAŽDIN - GRAD KULTURE I POVIJESNIH ZNAMENITOSTI !**





KLUB NORDIJSKOG HODANJA VARAŽDIN

«**Uvijek  
u pokretu!**»

**4. VARAŽDINSKI  
FESTIVAL  
NORDIJSKOG HODANJA  
I PJEŠAČENJA**

SUBOTA, 28.09.2019., Kapucinski trg, Varaždin

- 08:00 – 12:00** – Mjerenje tlaka i šećera u krvi, indeks masnoće u tijelu, prezentacija zdrave hrane, smoothy, jabuke, voda, DJ
- 08:00 – 09:50** – Dolazak organiziranih grupa i pojedinaca – prijava, podjela bonova za ručak, startnih brojeva, razgledanje izložbe o festivalima NH u RH, posjet muzejima (u 09:00 i 12,00 sati), kulturno-zabavni, sportski i zdravstveni programi
- 10:00** – Otvaranje "UVIJEK U POKRETU!" 4 VARAŽDINSKOG FESTIVALA NORDIJSKOG HODANJA I PJEŠAČENJA
- 10:15** – ZAGRIJAVANJE SUDIONIKA FESTIVALA
- 10:25** – START 3.HRVATSKOG NATJECANJA U NORDIJSKOM HODANJU NA 5 KM
- 10:30** – START GRUPA PO RUTAMA :
1. RUTA – 1,0 KM – UŽA GRADSKA JEZGRA – TEŽE POKRETNI, OSOBE S POSEBNIM POTREBAMA, OBITELJI S MALOM DJECOM, DJEĆIJI VRTIĆI, OSNOVNE ŠKOLE
  2. RUTA – 2,5 KM – UŽA GRADSKA JEZGRA – Razgledanja Varaždina uz turističkog vodiča
  3. RUTA – 5,0 KM – ŠIRA GRADSKA JEZGRA, GROBLJE
  4. RUTA – 10,0 KM – ŠIRA GRADSKA JEZGRA, DRAVA
- 12:00** – PRIJAM U GRADSKOJ VIJEĆNICI VARAŽDIN
- 12:30** – RUČAK, HOTEL "TURIST"
- 13:30** – OKRUGLI STOL O NH - hotel Turist - salon na 3.katu
- 15:00** – PODJELA NAGRADA, PLES, ZATVARANJE FESTIVALA

[www.knhvarazdin.hr](http://www.knhvarazdin.hr)

Informacije i prijave: e-mail: [klubnh.varazdin@gmail.com](mailto:klubnh.varazdin@gmail.com), 099/8294799



Valeks d.o.o.  
Varaždin



SPORT ZA SVE - ZAGREB



ZAJEDNICA SPORTSKIH UDRUGA  
GRADA VARAŽDINA

Graditeljska, prirodoslovna i  
rudarska škola Varaždin

