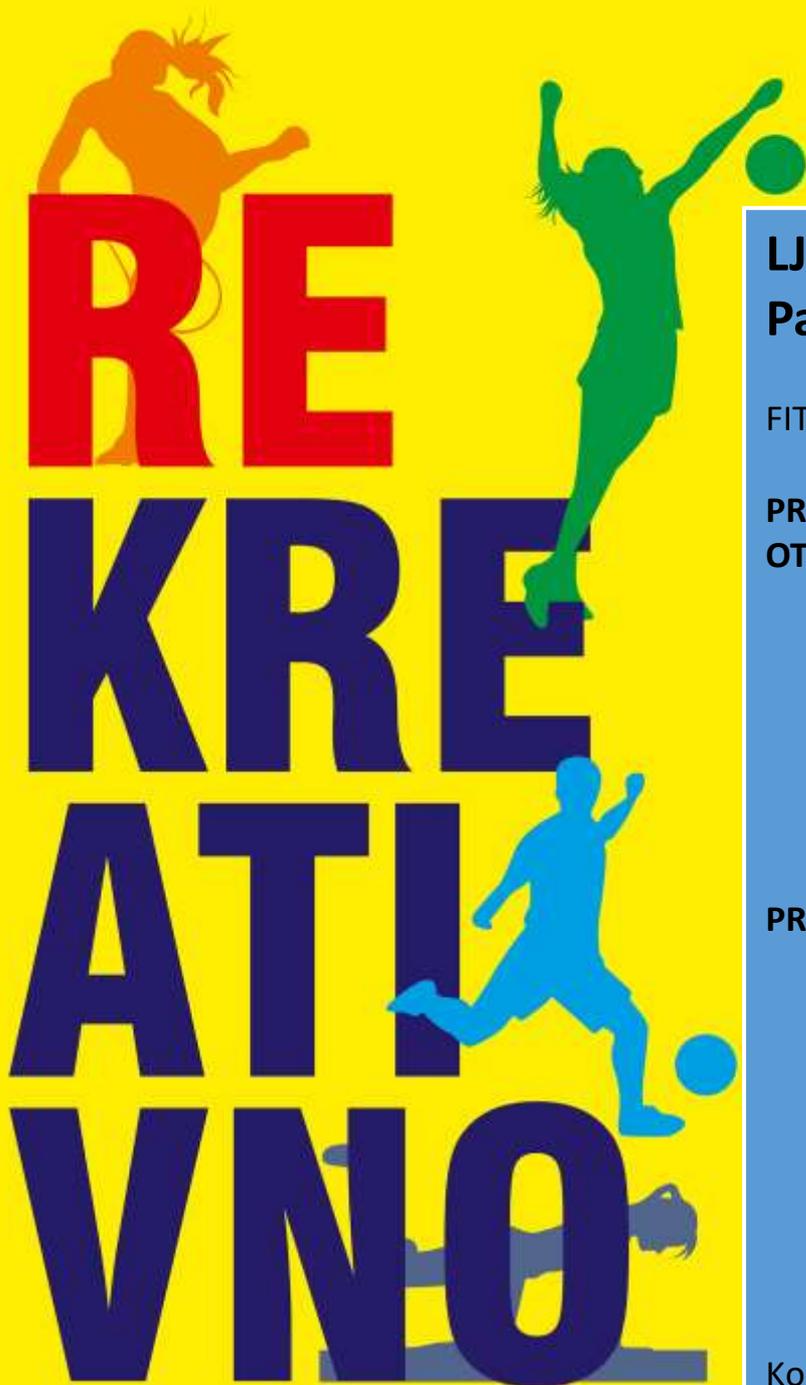




ZAGREBAČKI SAVEZ SPORTSKE REKREACIJE
SPORT ZA SVE - ZAGREB



LJETO U NOVOM ZAGREBU

Park mladenaca, Siget

01.07. – 25.07. i 16.08. – 01.10.

FITNES PROGRAMI NA OTVORENOM

Uto-čet 18:30-20:00

PROGRAM KOREKTIVNE GIMNASTIKE NA OTVORENOM UZ GLAZBU

Sadrži sve korektivne kineziterapijske ciljeve: snaženje oslabljenih mišića, istezanje skraćene muskulature i ostalih mekih struktura, vježbe cirkulacije i disanja, mobilizacija zglobova, pravilno pozicioniranje okolnih segmenata, stabilnost, balans i koordinacija.

PROGRAM ŠKOLE BRZOG HODANJA

Nastavno na utjecaj korektivne gimnastike provodi se 30 minutna škola brzog hodanja kao najsigurniji oblik aerobnog programa za osobe smanjenih mogućnosti lokomotornog sustava
Korisnici: srednja i starija životna dob, te osobe s problemima sustava za kretanje.

Kontakt: Branka Biondić 091/591-7480

LJETO U ZAGREBU **2023.**
lipanj / srpanj / kolovoz / rujan

Web: Sport za sve Zagreb

Facebook: Sport za sve- Zagreb

Facebook: ReKreativno ljeto Sport za sve Zagreb

E-mail: zssr.sportzasve@gmail.com

E-mail: vnovosel.sportzasve@gmail.com

Tel: 01/643-1022 i 01/643-1023



REPUBLIKA HRVATSKA
Ministarstvo
turizma i sporta



SPORTSKI
SAVEZ
GRADA
ZAGREBA