

# PROGRAM

ZA OSOBE SA OŠTEĆENJEM SLUHA



## 1. Bazen Utrine - srijedom 10 - 11 h

Plivanje / Aqua Aerobik

Odrasli - plivači

## 2. SRC Trnje- četvrtak 18:30 - 19:30 h

Rekreativno vježbanje i razgibavanje

Odrasli

## 3. Jarun - srijedom 9 -10 h

Nordijsko hodanje / Power hodanje

Odrasli

## 4. Univerzalni sportski program

za djecu predškolske dobi -

Utorkom i četvrtkom 18:30 - 19:15 h

na Kineziološkom fakultetu

Djeca 3-8 godina

## 5. Streljaštvo - ponedjeljak i srijeda

od 15:30 do 17:00

Lokacija: Streljačko društvo Kustošija

Odrasli - oprema: osigurana na licu mjesta

**kontakt: [zgsportgluhih@gmail.com](mailto:zgsportgluhih@gmail.com)**

# POKRENI SE S NAMA!

# POKRENI SE S NAMA!



ZAGREBAČKI  
PARASPORTSKI  
SAVEZ



ZAGREBAČKI  
SPORTSKI  
SAVEZ  
GLUHIH



ZAGREBAČKI  
PARASPORTSKI  
SAVEZ



ZAGREBAČKI  
SPORTSKI  
SAVEZ  
GLUHIH



Svaki trening je  
korak prema zdravlju.  
Uživaj u pokretu i osjeti  
energiju života!

## SPORTSKO REKREATIVNI PROGRAMI

## Jednakost kroz sport!



GRAD  
ZAGREB



SPORT ZA SVE  
ZAGREB



NASTAVNI ZAVOD ZA  
JAVNO ZDRAVSTVO  
DR. ANDRIJA STAMPAR

Stvaramo zdraviju budućnost



[www.zagreb.hr/SPORT-za-sve-ZDRAVLJE-za-sve](http://www.zagreb.hr/SPORT-za-sve-ZDRAVLJE-za-sve)

# POPIS PARASPORTSKO REKREATIVNIH AKTIVNOSTIMA S PROGRAMIMA I LOKACIJAMA

## • Univerzalna parasportska škola:

### lokacija i termini:

Centar za sport i rekreaciju,

Ulica kralja Držislava 6

pon-pet 9-12h

### lokacija i termini:

Sportska dvorana Vrbik, Kninski trg 1

pon 18-19h, sri 17-18h

## • STK Parkinson pong Zagreb

### lokacija i termini:

Stolnoteniska dvorana

Savska cesta 137,

utorak od 11:00 do 12:00, subota od 14:00 do 15:00

(mogućnost dogovora oko termina treninga)

kontakt : Darko Podkrajšek

095 583 6111

## • Parasportsko rekreativni program

„Pruži mi ruku“ u suradnji s HPD „Željezničar“

### termini uspona:

Moslavačka gora, vrh Vis – 1. ožujka 2025.

Petrova gora, vrh Petrovac – 11. svibnja 2025.

Samoborsko gorje, vrh Oštrc – 28. rujna 2025.

Vrh Vinica iznad Duge Rese – 29. studenog 2025.

kontakt :

zpss@zpss.hr

01 645 8838

## • Parasportsko rekreativni program „Sport za sve u objektima Mjesne samouprave“ parastolni tenis

### lokacija i termini:

MO Prečko, Prečko 2a

– ponedjeljak/srijeda od 16:00 do 18:00



## • Sportsko rekreativni programi za branitelje u suradnji s UŠR „Veteran 91“

Ribić - druga športskih ribolovaca

invalida i veterana Domovinskog rata

«VETERAN 91» ima na korištenje jezero

Siromaja kod Ivanje Rijeke.

Sve informacije predsjednik Stipo Vukoje

091 525 9076

## Na Jarunu godišnja ribolovnica za invalidne 50% popusta

### Fitness - Udruga za šport i rekreaciju

„Veteran '91 potpisala je Ugovor o suradnji

sa Društvom za športsku rekreaciju „Trnje“

Članovi s iskaznicom UŠR Veteran 91 imaju

20% popusta na sve športsko rekreacijske usluge

koje pruža Društvo za športsku rekreaciju „Trnje“,

a to su teretana, pilates, aerobik, mix zumba,

workout GYM, društveni ples ....

Sve informacije možete dobiti kod gđe. Danijele

na ŠRC Trnje telefon 01 61 58 300 ili na

web stranici DŠR „Trnja“

### Korištenje tenis terena ljeti:

- 8 -16 sati / 16 -19 sati / 19 - 22 sati

Tenis tereni zimi:

- 9 - 16 sati

### Šahovska sekcija

sve informacije voditelj Ranko Livić

098 967 6062

### Boćarska sekcija

sve informacije voditelj Branko Boban

098 180 0338

### Kuglaška sekcija

sve informacije voditelj Branko Boban

098 180 0338

### Biciklistička sekcija

sve informacije voditelj Petar Pukljak

091 7689 422