



# PLANINARSKO DRUŠTVO "PINKLEC" SVETA NEDELJA

## PLAN AKTIVNOSTI ZA PROSINAC 2019.

<b>1. 12. 2019.</b> (nedjelja)	<b>HRVATSKO ZAGORJE: Kuna gora</b> Izlet Male planinarske škole Info: 091 517 3838 (Mladen)
<b>8. 12. 2019.</b> (nedjelja)	<b>BANOVINA: Hrastovička gora</b> Izlet Male planinarske škole Info: 091 517 3838 (Mladen)
<b>15. 12. 2019.</b> (nedjelja)	<b>MEDVEDNICA: Sljeme</b> Izlet Male planinarske škole Info: 091 517 3838 (Mladen)
<b>17. 12. 2019.</b> (utorak)	<b>BOŽIĆNI DOMJENAK</b>
<b>22. 12. 2019.</b> (nedjelja)	<b>SLOVENIJA</b> Info: 091 541 4554 (Petra)
<b>24. 12. 2019.</b> (utorak)	<b>SVETONEDELJSKI BREGI: Ponočka u kapeli sv. Marije Magdalene</b> Info: 091 444 6080 (Željko)
<b>26. 12. 2019.</b> (četvrtak)	<b>MEDVEDNICA: rijeka i brdo (podsusedske šetnice)</b> Info: 091 465 6952 (Vlado)
<b>29. 12. 2019.</b> (nedjelja)	<b>MEDVEDNICA: od doma do doma</b> Info: 091 337 1091 (Denis)

Plan izleta je informativnog karaktera. Ovisno o vremenu i drugim uvjetima može se mijenjati i prilagođavati.  
Detaljan dogovor za izlete na sastancima utorkom u 19:30 sati. Više informacija o planinarskom društvu, izletima i sastancima zatražite putem e-maila [pinklec.info@gmail.com](mailto:pinklec.info@gmail.com) ili pogledajte na

[www.pd-pinklec.hr](http://www.pd-pinklec.hr)

### **ZAŠTO PLANINARITI?**

*Planinarenje nije samo besciljno lutanje planinama i šumama ili osvajanje vrhova. Planinarenje je način i stil života, čitav niz aktivnosti koje upotpunjuju naš život i čine nas zdravijima, sretnijima i veselijima. Zamijenimo dugotrajno i štetno sjedenje pred televizorom i računalom rekreacijom na svježem zraku u ugodnom i veselom društvu, lijepim izletima diljem Lijepe naše i šire, planinarskim veselicama, prekrasnim vidicima...*

*Znanstveno je dokazano da kretanje na svježem zraku znatno pospješuje memoriju i koncentraciju (mozak prima puno više kisika), umanjuje stres, pozitivno djeluje na rad srca, poboljšava cirkulaciju, imunološki sustav i opće psihičko i fizičko stanje organizma.*