



PLANINARSKO DRUŠTVO "PINKLEC" SVETA NEDELJA

PLAN AKTIVNOSTI ZA PROSINAC 2019.

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

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.