



PLANINARSKO DRUŠTVO "PINKLEC" SVETA NEDELJA

PLAN AKTIVNOSTI ZA SIJEČANJ 2020.

5. 1. 2020. (nedjelja)	SAMOBORSKO GORJE: Smerovišće - Veliki Dol - Šoićeva kuća - pl.dom Cerinski vir Info: 091 444 6080 (Željko)
12. 1. 2020. (nedjelja)	ŠKOFJELOŠKO IN CERKLJANSKO HRIBOVJE (Slo): Blegoš Info: 091 767 5389 (Marin)
19. 1. 2020. (nedjelja)	SLAVONIJA: Krndija Info: 091 517 3838 (Mladen)
26. 1. 2020. (nedjelja)	ŽUMBERAČKA GORA: Sveta Gera, tradicionalni pohod Info: 098 167 9874 (Tihomir)

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.