



PLANINARSKO DRUŠTVO "PINKLEC" SVETA NEDELJA

PLAN AKTIVNOSTI ZA OŽUJAK 2020.

1. 3. 2020. (nedjelja)	IVANŠČICA: Čevo, V. Lubenjak, Grebengrad Info: 091 541 4554 (Petra)
8. 3. 2020. (nedjelja)	GORSKI KOTAR: Samarske stijene Info: 098 167 9874 (Tihomir)
15. 3. 2020. (nedjelja)	LIČKA PLJEŠIVICA Info: 091 517 3838 (Mladen)
22. 3. 2020. (nedjelja)	SVETONEDELJSKI BREGI - poslijepodnevna šetnja Info: 091 444 6080 (Željko)
29. 3. 2020. (nedjelja)	MEDVEDNICA - izlet opće planinarske škole Info: 091 579 4628 (Dino)

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.