



PLANINARSKO DRUŠTVO "PINKLEC" SVETA NEDELJA

PLAN IZLETA ZA RUJAN 2018.

2. 9. 2018. (nedjelja)	MEDVEDNICA: Kameni svati, pohod PD Susedgrad Info: Denis Ježdik (091 337 10 91)
8./9. 9. 2018. (subota/nedjelja)	VELEBIT: Bojin kuk, Crnopac (Staza Malog princa) Info: Denis Ježdik (091 337 10 91)
16. 9. 2018. (nedjelja)	LIKA: Poštak Info: Mladen Planinšek (091 517 38 38)
22. 9. 2018. (subota)	PAPUK: Jankovac Info: Željko Hajtok (091 444 60 80)
30. 9. 2018. (nedjelja)	SAMOBORSKO GORJE: Sv. Bernard, V. Lovnik, Japetić (izlet Male planinarske škole) Info: Mladen Planinšek (091 517 38 38)

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.