



# PLANINARSKO DRUŠTVO "PINKLEC" SVETA NEDELJA

## PLAN IZLETA ZA RUJAN 2018.

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