



Orijentacijsko trčanje  
otvoreni trening za sve zainteresirane

Kvartovski  
trening

LAŠĆINA

**POSTANI  
SPORTAŠ!**  
ZABAVI SE SPORTOM!

## Promotivni trening - **orijentacijsko trčanje** Lašćina - 02. 03. 2025. (nedjelja)

Promotivni orijentacijski trening dio je aktivnosti popularizacije orijentacijskog sporta "Postani sportaš – Zabavi se sportom", a ima za cilj uključiti što više zainteresiranih građana i djece u sportske i rekreativne aktivnosti te razviti svijest o važnosti tjelesnog vježbanja za zdravlje i kvalitetu života kroz cijeli život od najranije mladosti do veteranskih godina. Dobrodošli su svi trkači, šetači, obitelji i veterani u najboljim godinama (penzioneri). Orijentacijsko trčanje (kretanje) idealan je sport u prirodi za pojedince i cijele obitelji. Kako bi vam ga malo približili organizirali smo ovaj trening u gradu da vam bude pristupačniji radi dolaska.

# Trening Laščina - 02. 03. 2025. (nedjelja):

**Orijentacijski klub Vihor** Vas poziva da nam se pridružite na ovom otvorenom treningu i da se oprobate u orijentacijskom kretanju ili trčanju, a ako vam se sviđa možete nam se priključiti i na tečaju orijentacijskog sporta koji počinje **13. ožujka 2025.** Tečaj će za svu djecu do 18 godina biti besplatan. Tečaj je otvoren za sve zainteresirane bez obzira na dob, spol i fizičku spremu. Za sve dodatne informacije pogledajte naše web stranice - **www.vihor.hr** ili nas kontaktirajte putem e-mail adrese: **vihor.entry@gmail.com**

**Kako izgleda trening?** - Učesnici mogu doći u intervalu od 14 do 15h i javljaju se da su stigli kod organizatora na mjestu okupljanja. Starta se pojedinačno ili u paru ili obiteljski (kako vam odgovara). Na startu dobivate orijentacijsku kartu sa ucrtanim kontrolnim točkama. Cilj je obići sve zadane kontrolne točke označene na karti (u najkraćem mogućem vremenu za one koji se misle požuriti ;) ) Obucite se sportski, pripremite se na malo čekanja na startu i na lijepo druženje.

**Okupljanje:** ZAGREB – SRC Kozjak (pored kazališta Žar ptica, Bijenička cesta 97)  
GPS koordinate: **45.832723, 15.99475** - [google maps](#)  
Terasa Buffeta Planirka kod košarkaškog igrališta

**Okupljanje / start:** od **14:00 - 15:00 sati** prema redoslijedu dolaska

**Prijava\*:** Najkasnije **do četvrtka, 27. 02. 2025.**  
putem [google formulara](#) ili eventualno e-maila.  
Upite i nedoumice uputite na mail **vihor.entry@gmail.com**  
**\*Morate se prijaviti unaprijed** jer za svakog učesnika moramo otisnuti kartu

**Ovjera prolaska kontrolnih točaka:** Na povjerenje ;) Trening je.

**Duljina staze (zračna linija):** u prijavi odaberite koju stazu želite proći

- Promotivna kratka staza: 1,7km / 8 kontrolnih točaka (realno cca. 2,5km)
- Srednja: 2,9km / 10 kontrolnih točaka (realno cca. 4,5km)
- Duga: 4,9km / 15 kontrolnih točaka (realno cca. 8,0km)

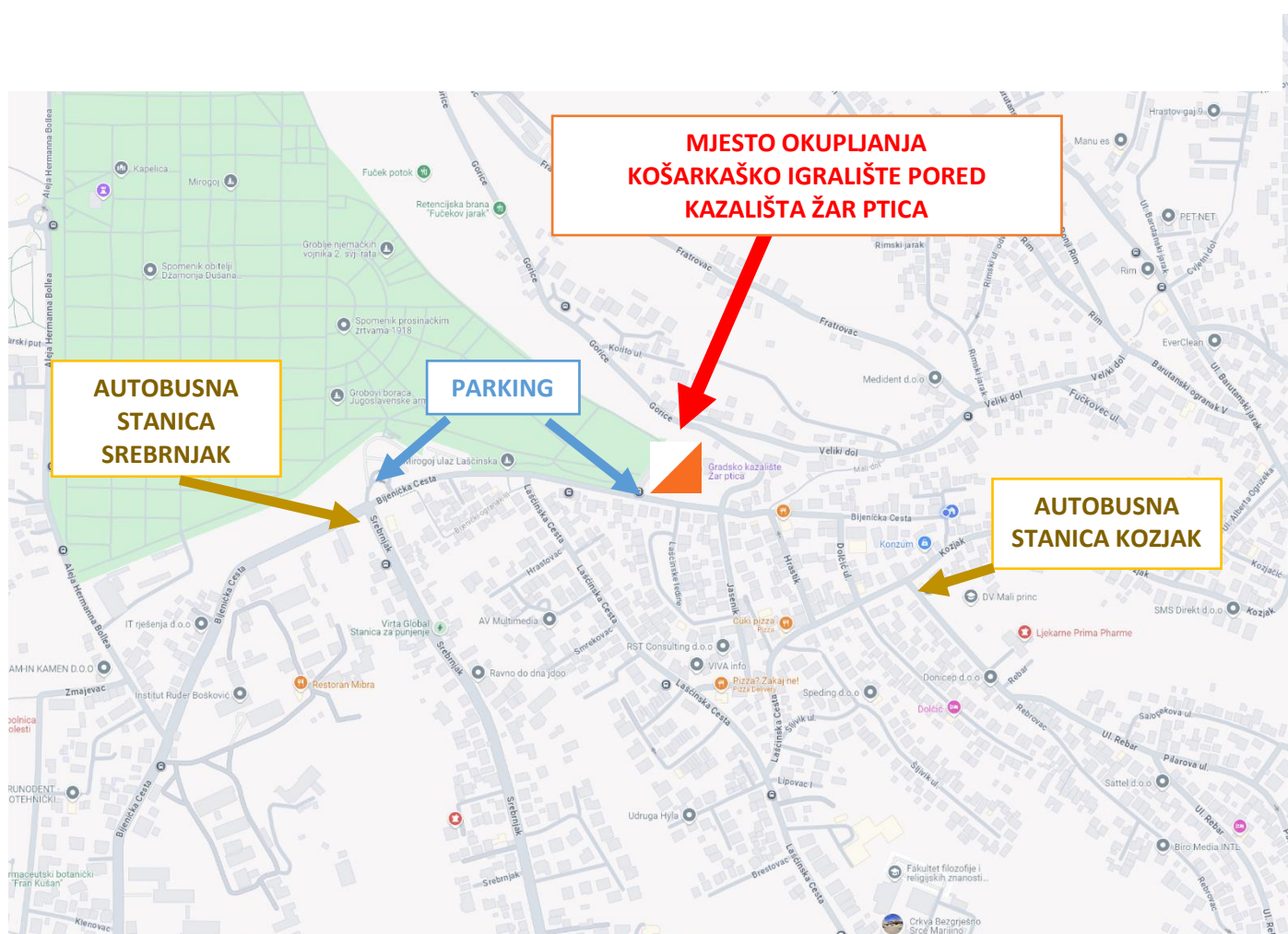
**Startnina:** Besplatno za članove kluba i sve one koji se žele oprobati u orijentacijskom sportu



**Rezultati:** Ručna obrada rezultata voditi će se u ciljnem prostoru, a obrađene rezultate objavit ćemo na našim internet stranicama [www.vihor.hr](http://www.vihor.hr) i društvenim mrežama kluba u danima koji slijede.

### Napomene:

- Molimo da se **NE PRIJAVLJUJETE AKO NE MISLITE STVARNO DOĆI**, jer za svakog učesnika moramo odštampati kartu, a to je trošak!
- Nastupate na vlastitu odgovornost. Prijavom na trening prijavljena osoba prihvaća da se rezultati i fotografije s treninga koriste u svrhu objava i arhive vezane za ovaj trening i rad kluba.
- Kako se radi o treningu promet se neće regulirati te molimo oprez prilikom kretanja po prometnicama
- Mala djeca moraju biti u pratnji roditelja zbog kretanja po prometnicama



**TEČAJ ORIJENTACIJE** - počinje 13. 03. 2025. (četvrtak) predavanjem u prostorijama kluba na adresi Ribnjak 2. Više informacija možete naći na web stranicama tečaja - [Tečaj orijentacije – vihor.hr](http://Tečaj orijentacije – vihor.hr) Svi zainteresirani mogu se javiti i na naš e-mail za dodatne informacije ili samo ispunite prijavnicu koja se nalazi na stranicama tečaja.