



PRIDRUŽITE NAM SE

Orijentacijski sport će Vas i cijelu Vašu obitelj odvesti u prirodu na mjesta koja su samo rijetki pojedinci vidjeli.

U slučaju potrebe uvijek imate prijatelja koji će Vam rado pomoći i pokazati Vam prve korake.



Karta za orijentacijski sport



natjecanja
treninzi
predavanja
putovanja

Orijentacija je smišljeno kretanje po nepoznatom terenu s osnovnim ciljem da se uz pomoć kompasa osoba orijentira i pronađe unaprijed određene kontrolne točke ucrtane na zemljovidu i to u što kraćem vremenu. Put između kontrolnih točaka natjecatelj bira sam.

Natjecateljska zemljišta su šume s vrlo različitim oblicima vegetacije i konfiguracije zemljišta. Kontrolne točke označene su kružnicom na posebnom zemljovidu za orijentacijski sport, a na zemljištu trostranom crveno bijelom zastavicom. Duljina staze je zadana pretpostavljenim vremenom pobjednika.

Prednosti orijentacijskog sporta:

- aktivan boravak u prirodi
- utjecaj povoljnih vremenskih parametara.
- višestruka psihofizička angažiranost učesnika, odnosno cjelokupnog organizma.
- pristupačnost za sve uzraste oba spola bez obzira na početna znanja i psihofizičku kondiciju



OK Vihor

Zagreb

Orijentacijski klub

Vihor

Ribnjak 2
10 000 Zagreb
Tel: 6398559
Mob: 098 742 094
www.vihor.hr
vihor@vihor.hr



Tečaj kao stvoren za Vas

Imajte osjećaj da ste slobodni, zaboravite na sivilo svakodnevnice, osjetite miris prirode. Vratite se kući kao drugi čovjek. Svatko tko se bavi sportom u prirodi, S druge strane svojih vratiju – zna za ovakve osjećaje, koje nam samo priroda može pružati.

ORIJENTACIJSKI SPORT

- ORIJENTACIJSKO TRČANJE
- PRECIZNA ORIJENTACIJA
- SKIJAŠKA ORIJENTACIJA
- ORIJENTACIJA BRDSKIM

BICIKLIMA

- DJEČJE UTRKE

Tečaj orijentacije traje 12 tjedana. Sastoji se od niza predavanja te praktičnih vježbi na terenu. Teoretska predavanja obihvaćaju tematske cjeline poput: osnova orijentacije, čitanje karte, opisa kontrola i legende, upotrebe kompasa, taktike i tehnike orijentiranja, precizne orijentacije, orijentacije brdskim biciklima, sudjelovanja na natjecanju, sportskih ozlijeđa i prehrane. Svako od predavanja prati i praktični dio vježbi na terenu.

usvojite orijentacijske vještine uz prvake Hrvatske

O NAMA

Orijentacijski klub "Vihor" velika je obitelj od 70-tak registriranih članova. Najbolji smo klub u Hrvatskoj u 2007. i 2008. godini, a naročito se ponosimo prvom Hrvatskom medaljom na Svjetskom prvenstvu u preciznoj orijentaciji koju je osvojio naš član Zdenko Horjan. Godišnje sudjelujemo na četrdesetak natjecanja u svim disciplinama orijentacijskog sporta, mnogo putujemo i dobro se zabavljamo uživajući u prirodi. Članovi smo Hrvatskog orijentacijskog saveza.

VAŠE OBAVEZE

Tečaj orijentacije zamišljen je kao interakcija sudionika i predavača. Kako bi na kraju tečaja dobili uvjerenje o uspješnom pohađanju tečaja uz redoviti dolazak na predavanja i vježbe polaznik je dužan sudjelovati na barem jednom natjecanju i proći stazu u svojoj dobnoj kategoriji.



PREDAVANJA

Predavanja se održavaju četvrtkom u prostorijama kluba na adresi Ribnjak 2 od 19:30 sati. Predavanja traju oko jedan sat.



VJEŽBE

Praktični dio vježbi održava se vikendom, najčešće nedjeljom od 10:30 sati u parku Makimir ili na nekoj drugoj lokaciji prema dogovoru na prethodnim teoretskim predavanjima.



CIJENA TEČAJA

Cijena tečaja je 200kn, a ona obuhvaća sva predavanja, vježbe i priručnik na preko 70 stranica. U cijenu tečaja nije uključena članarina kluba te prijevoz na vježbe i startnine za natjecanja.



MI PRUŽAMO ZADOVOLJSTVO BORAVKA U PRIRODI UZ AVANTURU I DOBAR PROVD

Sport, rekreacija, edukacija, obiteljski izleti, treninzi, vrhunski rezultati, putovanja