



HRVATSKI SAVEZ SPORTSKE REKREACIJE „SPORT ZA SVE“

SAVEZ SPORTSKE REKREACIJE „SPORT ZA SVE“ PGŽ

Organiziraju

POVODOM SVJETSKOG DANA STARIJIH OSOBA

8. HRVATSKI FESTIVAL SPORTSKE REKREACIJE OSOBA STARIJE ŽIVOTNE DOBI

Subota 18.10.2025. Delnice, (klizalište sportski centar)

Program festivala:

9:00-10:00	Prijava, okupljanje i piće dobrodošlice
10:00	SVEČANO OTVARANJE FESTIVALA (nogometno igralište)
10:15	POČETAK SPORTSKO REKREACIJSKIH AKTIVNOSTI
10:15	ZDRAVSTVENO USMJERENO TJELESNO VJEŽBANJE (nogometno igralište)
10:45	• CORNHOLE-pojedinačno, mješovito (nogometno igralište) • STRELIČARSTVO -pojedinačno, mješovito (košarkaško igralište) • PIKADO- pojedinačno, mješovito (nogometno igralište) • SPORTSKI POLIGON kategorije muški i žene (nogometno igralište)
11:00	• KUGLANJE pojedinačno- mješovito (kuglana Delnice) • EDUKACIJA NORDIJSKO HODANJE (nogometno igralište)
11:30	• NORDIJSKO HODANJE I PJEŠAČENJE- staza 1. lagana 3 km - staza 2. srednje teška 7km • Gradski bazen, AQUA AEROBIC
12:00	PLIVANJE (gradski bazen Delnice)- pojedinačno 25 m. Kategorije: muški i žene odvojeno, po dobnim skupinama: • 60-69 god. • 70-79 god • 80+ god
12:30	PLIVANJE (gradski bazen Delnice)– štafeta 2x25 m. Kategorije, mješano: 60-69 god. 70-79.god. +80 god.
13:30-15:30	RUČAK
15:30	PODJELA PRIZNANJA
13:30-16:30	ZABAVNI PROGRAM
16:30	ZATVARANJE FESTIVALA

primorsko
županija goranska



Ostale aktivnosti:

- **DRUŠTVO CRVENOG KRIŽA PRIMORSKO – GORANSKE ŽUPANIJE**- prezentacija laičke prve pomoći i prezentacija reanimacije uz primjenu automatskog vanjskog defibrilatora.

- **NASTAVNI JAVNI ZAVOD PRIMORSKO GORANSKE ŽUPANIJE**- edukacija o zdravom načinu života, mjerenje tlaka, šećera u krvi, mjerenje jačine stiska šake dinamometrom (procjena mišićnog statusa), određivanje indexa tjelesne mase (ITM), određivanje omjera struka i bokova (WHR, procjena rizika za zdravlje), podjela edukativnih materijala i Narodnog zdravstvenog lista

-sajam zdrave hrane i autohtonih proizvoda sa područja PGŽ

INFORMACIJE I PRIJAVE:

KOTIZACIJA ZA SUDJELOVANJE PO UČESNIKU IZNOSI 9,00 EUR.

U kotizaciju je uključen ručak i jedno piće, piće dobrodošlice i sudjelovanje u aktivnostima.

Kotizacija se uplaćuje na : **SSR „sport za sve“ PGŽ**

ŠTANGEROVA 48 . Opatija 51410.

Erste banka , IBAN 1324020061100495446

Poziv na br: datum uplate

Opis plaćanja: kotizacija za sudjelovanje HFSR, naziv grupe i br. učesnika.

Kotizaciju se može uplatiti i neposredno prije početka na info pultu.

PRIJAVE I UPLATE (osim udruga koje plaćaju neposredno prije) PRIMAJU SE ZAKLJUČNO DO SRIJEDE 15.10.2025. PRIJAVNICU I POTVRDU O UPLATI SLATI NA E-MAIL: sportzasve.pgz@gmail.com.

Informacije možete dobiti na: e-mail: sportzasve.pgz@gmail.com

Mob: 0914200650 Dalibor

OSNOVNA UPUSTVA SUDIONICIMA:

- prijave slati zaključno do srijede 15.10.2025.

- organizator je osigurao besplatni parking za autobuse

- prilikom dolaska voditelji ekipa prijavljuju ekipu na info pultu i preuzimaju bonove za ručak.

- festival se odvija na lokaciji „klizalište Delnice“, otvoreni sportski centar. Plivačka natjecanja odvijaju se na lokaciji Bazeni Delnice. Organizator će nakon otvaranja festivala sudionike plivačkih natjecanja ispratiti do bazena.

-svi sudionici dužni su imati adekvatnu sportsku odjeću i obuću (SUDIONICI KUGLANJA MORAJU IMATI JOŠ JEDAN PAR TENISICA ZA KUGLANU)

- SVI SUDIONICI SUDJELUJU NA VLASTITU ODGOVORNOST.

PROPOZICIJE TAKMIČENJA DELNICE 2025.

CORNHOLE: Nova atraktivna igra za sve generacije gdje cilj ubaciti vrećice u otvor na dasci.

Svaki sudionik ima 3 probna bacanja i 12 bacanja koja se boduju. Vrećice se bacaju sa udaljenosti 6 metara. Svaki pogodak u rupu boduje se s 3 boda a vrećica koja ostaje na dasci 1 bod. Pobjednik je sudionik s najviše pogodaka. Takmičenje se odvija pojedinačno u samo jednoj kategoriji bez obzira na godine i spol.

STRELIČARSTVO: Vrlo atraktivna sportska aktivnost koja će se bodovati u samo jednoj kategoriji bez obzira na spol i godine. Takmičari gađaju pravim sportskim lukom . Ovisno o broju učesnika, sudionici će ispucati po dvije probne i zatim 3 strijele koje se boduju za plasman. Sudionici će biti podijeljeni u skupine i pobjednici skupina ulaze u finalnu seriju.

PIKADO: Igra se pojedinačno samo jedna kategorija bez obzira na spol i godine. Svaki sudionik ima pravo na 2 probna bacanja i nakon toga 5 bacanja za plasman. U slučaju istog broja bodova sudionici imaju dodatnih 5 bacanja.

SPORTSKI POLIGON: Takmičenje u pojedinačnoj konkurenciji, kategorije muški i žene.

svaki takmičar ima jedno trčanje. Takmičar s najboljim vremenom pobjednik se u svojoj kategoriji muškoj ili ženskoj. Poligon će biti prilagođen psihofizičkim mogućnostima sudionika.

KUGLANJE: Takmičenje se odvija pojedinačno u jednoj kategoriji bez obzira na spol i godine.

Sudionici moraju imati čisti par tenisica za dvoranu. Svaki sudionik ima pravo na 3 probna hica. Nakon probnih hica svaki takmičar baca 2x po 5 hica u pune, te se upisuje rezultat. U slučaju istog broja bodova , takmičari bacaju još jednu seriju po 5 hica.

PLIVANJE: sudionici se takmiče u kategoriji pojedinačno ,

- Muški 60-69 god
- Muški 70-79 god
- Muški 80+
- Žene 60-69 g.
- Žene 70-79. g
- Žene 80+

U pojedinačnoj konkurenciji takmičari plivaju jednu trku i pobjeđuje takmičar s najboljim vremenom u svojoj kategoriji. Starta se iz vode, bez skokova.

Plivanje u kategoriji ŠTAFETA 2X25 m odvija se u kategorijama 60-69 god, 70-79 god i 80 + kategorija. Sudionici u štafeti mogu biti bilo kojega spola i miješano. Sudionici startaju iz vode, a drugi takmičar također čeka u vodi i kad ga 1. takmičar takne za ruku može krenuti plivati. Štafeta koja ima najbolje vrijeme je pobjednik bez obzira na spol. U slučaju manjeg broja sudionika organizator ima pravo spajanja kategorija u pojedinačnoj konkurenciji i štafeti.

SUDIONICI SE MOGU PRIJAVITI ZA SAMO JEDNU TAKMIČARSKU AKTIVNOST.

U ostale sportsko rekreativne aktivnosti vježbanja i kretanja u prirodi sudionici se mogu uključiti bez prijave. Nakon završetka takmičarskih aktivnosti sudionici će imati mogućnost uključivanja u streličarstvo, cornhole, pikado i sportski poligon.

U SLUČAJU LOŠEG VREMENA AKTIVNOSTI ĆE SE ODVIJATI U MULTIFUNKCIONALNOJ DVORANI (KLIZALIŠTE).

U SLUČAJU NEPREDVIĐENIH SITUACIJA ORGANIZATOR ZADRŽAVA PRAVO NA PROMJENU PROPOZICIJA , PROGRAMA I SATNICE.