

TECITE Z VARUHO ZDRAVJA

Brezplačne tekaške vadbe in nadgradnja priprav na tekaška tekmovanja:

- Analiza tehnike teka, testi športnih copat in ostale tekaške opreme ter trening z znanim atletom,
- predavanje in pogovor z nutricionistom,
- predavanje in pogovor s fizioterapevtom.

MARIBOR: akvarij - terarij v Mestnem parku

- 14. 9. ob 18 uri, trening z znanim atletom, analiza tehnike teka, test tekaške opreme ,
- 21. 9. ob 18 uri, predavanje in pogovor z nutricionistom,
- 12. 10. ob 18 uri, predavanje in pogovor s fizioterapevtom.

KRANJ: Brdo pri Kranju, na vadbišču

- 15. 9. ob 18 uri, trening z znanim atletom, analiza tehnike teka, test tekaške opreme,
- 22. 9. ob 18 uri, predavanje in pogovor z nutricionistom,
- 13. 10. ob 18 uri, predavanje in pogovor s fizioterapevtom.

LJUBLJANA: Park Tivoli, na koncu parkirišča, pri kotalkališču

- 16. 9. ob 18 uri, trening z znanim atletom, analiza tehnike teka, test tekaške opreme,
- 23. 9. ob 18 uri, predavanje in pogovor z nutricionistom,
- 14. 10. ob 18 uri, predavanje in pogovor s fizioterapevtom.

RAVNE NA KOROŠKEM: Grajski mestni park, pri športni dvorani

- 17. 9. ob 18 uri, trening z znanim atletom, analiza tehnike teka, test tekaške opreme,
- 24. 9. ob 18 uri, predavanje in pogovor z nutricionistom,
- 15. 10. ob 18 uri, predavanje in pogovor s fizioterapevtom.
-

NOVA GORICA: na parkirišču pri Trim stezi Panovec

- 18. 9. ob 18 uri, trening z znanim atletom, analiza tehnike teka, test tekaške opreme,
- 25. 9. ob 18 uri, predavanje in pogovor z nutricionistom,
- 16.10. ob 18 uri, predavanje in pogovor s fizioterapevtom.
-

- **MURSKA SOBOTA:** atletski stadion pri osnovni šoli
- 14. 9. ob 18 uri, predavanje in pogovor z nutricionistom,
- 21. 9. ob 18 uri, trening z znanim atletom, analiza tehnike teka, test tekaške opreme,
- 19.10. ob 18 uri, predavanje in pogovor s fizioterapevtom.

- **CELJE:** športni park 1. gimnazija, pri vhodu na stadion
- 15. 9. ob 18 uri, predavanje in pogovor z nutricionistom,
- 22. 9. ob 18 uri, trening z znanim atletom, analiza tehnike teka, test tekaške opreme,
- 20. 10. ob 18 uri, predavanje in pogovor s fizioterapevtom.

- **KOPER:** športno rekreacijski center Bonifika
- 17. 9. ob 18 uri, predavanje in pogovor z nutricionistom,
- 24. 9. ob 18 uri, trening z znanim atletom, analiza tehnike teka, test tekaške opreme,
- 22. 10. ob 18 uri, predavanje in pogovor s fizioterapevtom.

- **NOVO MESTO:** stadion Portoval
- 21.9. ob 18 uri, predavanje in pogovor z nutricionistom,
- 28.9. ob 18 uri, trening z znanim atletom, analiza tehnike teka, test tekaške opreme,
- 12. 10. ob 18 uri, predavanje in pogovor s fizioterapevtom.