



GASILSKA ZVEZA ŽALEC

Ulica h. Staneta 1, 3310 Žalec

Tel.:03/710-25-80, faks:03/710-25-81

GSM: 051-38-28-86

e-mail:gasilska.zveza.zalec@siol.net

Spletna stran:www.gz-zalec.org

D.š. 88006948, Poslovni račun: SI56 6100 0000 7550 439

Številka: ČL-2019-05

Datum: 7. 5. 2019

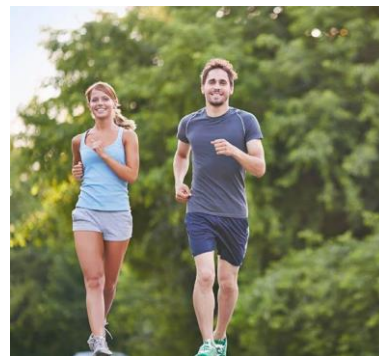
VABILO

V okviru programa dela komisije za članice GZ Žalec 2019
vabimo članice iz GZ Žalec na

DELA V NICO »TEST HOJE«

KJE IN KDAJ? stadion ŽALEC, 18. 05. 2019, ob 8:30

Organizator: ZD Žalec



Delavnica je namenjena članicam, starim od 18–65 let, ki jih zanima, kakšna je njihova telesna zmogljivost.

Na delavnici boste pod strokovnim vodstvom opravile enega izmed treh preizkusov (test hoje na 2 kilometra, 6 minutni preizkus hoje ali 2 minutni preizkus stopanja na mestu) ter izvedle, kakšna je vaša raven telesne pripravljenosti. Strokovnjaki vam bodo glede na dobljene rezultate svetovali, kakšno telesno aktivnost izbrati, da bo koristila vašemu zdravju.

Bodite udobno in športno oblečene, s seboj imejte kakšno steklenico vode.

Članice, vljudno ste vabljeni, da pridete in preizkusite vašo telesno zmogljivost.

Prosimo vas, da okvirno **število udeleženk iz vašega društva sporočite do četrтка, 16. 5. 2019** na e-naslov GZ Žalec gasilska.zveza.zalec@siol.net ali pošljite SMS na 051 38 28 86.

Dodatne informacije: Suzana 031 725 052.

Pozdravljamo vas z gasilskim pozdravom NA POMOČ!

Predsednica komisije za članice GZ Žalec:
Suzana Kočevar l.r.

Predsednik GZ Žalec:
Edvard Kugler l.r.