

# 1. ŠPORTNI DAN

## ČETRTEK, 28. SEPTEMBER 2023

### Program dejavnosti

#### 1. KOŠARKA, Univerzitetna športna dvorana Rožna dolina (Svetčeva ul. 11)

Medrazredni turnir v ulični košarki bo potekal v univerzitetni dvorani v Rožni dolini. Ker bo tekmovanje štel za razrednega prvaka, so ekipe lahko sestavljene le iz dijakov istega razreda. V posamezni ekipi so vsaj trije igralci in največ dve rezervi. Tekmovanje se bo pri dekletih organiziralo le, če bodo prijavljene vsaj štiri ekipe. Zmagovalec prejme prehodni pokal prvaka Ekonomske šole Ljubljana.

Cena: **10 €**

Trajanje: **3 ure**



#### 2. TENIS, Ludus Beach Park Ljubljana (Šlandrova ulica 11)

Turnir: za tiste, ki že znajo igrati tenis in imajo svojo opremo.

Učenje: ne potrebujete svoje opreme.

Dijaki označijo: **T** – turnir, **U** – učenje.

Cena: **9 €**

Trajanje: **2 uri in 30 minut**



### 3. NOGOMET, Baza nogometna dvorana (Pesarska 12)

Medrazredno tekmovanje

Pogoj za prijavo: razred prijavi **fantovsko ekipo**, ki šteje **4 + 1 igralca**.

Cena: **10 €**

Trajanje: **3 ure**



### 4. SAMOOBRAMBA, telovadnica NARODNI DOM, Bleiweisova 25

Tečaj samoobrambe vključuje kratko predavanje in praktični del. Na predavanju boste spoznali nekaj osnovnih pojmov samoobrambe. Predstavili vam bodo, kako ravnati v primeru napada.

Na praktičnem delu tečaja boste spoznali tehniko udarcev, blokad in brc, obrambe pred oboroženimi in neoboroženimi napadi (objemi, davljenja, udarci, potiski, obramba pred napadom z nožem, palico, kratkocevnim orožjem).

Tečaj bo vodila aktualna evropska prvakinja v ju-jitsuju.

Cena: **7 €**

Trajanje: **2 uri in 30 minut**



## 5. Avantura v višinah WOOP!, Trampolin park v Ljubljani (Leskoškova cesta 3)

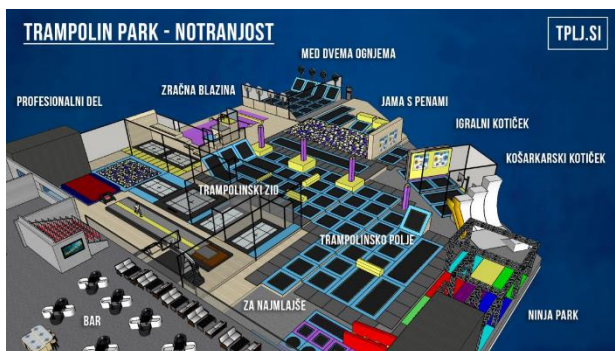
### SAMO ZA 1. IN 2. LETNIKE!!!

Si rad aktiven? Rad skačeš po kavču in plezaš po drevesih? Obišči trampolin park – pravi raj za noro zabavo na 102 trampolinah in plezalnih stenah »FUN WALLS«. Celoten skakalni in plezalni del parka se razdeli na več postaj, vsaka skupina pa z WOOP! animatorjem obišče postaje, kjer jim animator predstavi postajo in pripravi kakšen izziv.

Po delu na postajah sledi kratek odmor, nato pa, po presoji animatorjev, prosto skakanje in plezanje v parku.

CENA: 15 €

Trajanje: 3 ure

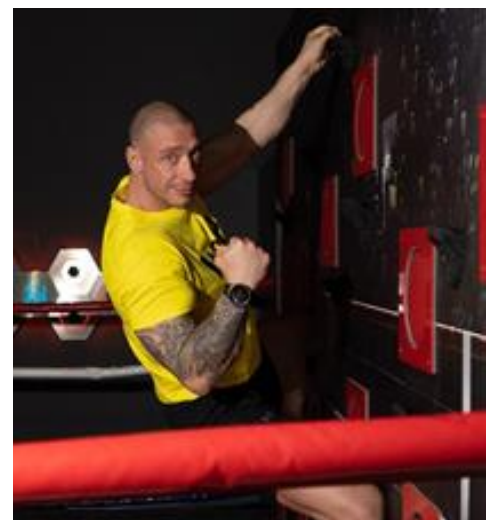


## 6. WOOP IZZIVI WOOP arena (Moskovska ulica 10)

WOOP! Izzivi so popolnoma nova WOOP! Atrakcija. So zabavna skupinska igra, ki te bo navdušila in jo boš želel igrati vedno znova in znova. So ekipno tekmovanje, v katerem zbiráš točke in tekmuješ proti ostalim ekipam, kar bo v tebi zagotovo prebudilo tekmovalnega duha. Na voljo je 20 različnih nalog v 3 različnih kategorijah. Pri nekaterih izzivih bo pomembna tvoja športna vzdržljivost, pri drugih tvoje logično razmišljanje, pri tretjih tvoja spretnost. Do zmage pa lahko tvojo ekipo pripeljeta le dober timski duh in sodelovanje.

CENA: 15 €

Trajanje: 3 ure





## 7. DIRKA IN GOLF – WOOP! Karting & Glow golf, Woop arena (Moskovskova ulica 10)

### SAMO ZA 3. IN 4. LETNIKE!!!

V skupinah se boste preizkusili na karting progi, spoznali nekaj zanimivosti o zgodovini kartinga, karting opremi in se preizkusili v nekaterih vajah za moč, ki jih dirkači uporabljajo na svojih treningih. Odigrali boste igro Glow golfa. Pred vožnjami pa si boste ogledali video z navodili za vožnjo.

CENA: 15 €

Trajanje: 3 ure



## 8. POHOD v Ljubljani: TIVOLI – MOSTEC – TIVOLI ( krožna pot)

Pohodniki si boste naloženi aplikacijo, ki vas bo vodila po poti do cilja.

**Prijavljeni dijaki pridete na zborna mesto tudi v primeru dežja. Pohod bo izveden v vsakem vremenu.**

**Obvezna je športna oprema, primerna vremenskim razmeram!!!**

Predviden čas hoje: 2 uri in 30 minut.



## **PRIJAVE**

ŠPORTNI REFERENTI prijave oddate po elektronski pošti na naslov [borut.kavzar@presernova.si](mailto:borut.kavzar@presernova.si) najkasneje do **SOBOTE**, 16. 9. 2023, do 20. ure.

**Razrede in neprijavljene posamezne dijake, ki ne bodo pravočasno oddali prijave, bomo v aktivu ŠVZ razporedili na pohod!**

**Opravičeno odsotnost na športnem dnevu** starši po elektronski pošti sporočijo izključno RAZREDNIKU, najkasneje do četrta, 27. 9. 2023, do 9. ure.

**Aktiv športnih pedagogov**