Septembra se vse začenja znova. Tudi nova gibalna, rekreativna in športna vadbena sezona, kjer boste med številnimi programi našli tudi nekaj zase. Vse kar potrebujete je malo spodbude, vztrajnosti in nekaj prostega časa.

Kje in kaj ponujamo si oglejte na spletu, v septembrskem **Glasilu Ljubljana** in se nam pridružite na brezplačnih predstavitvenih dogodkih na ljubljanskem **Tednu športa**, ki bo potekal med 7. in 14. septembrom **na različnih lokacijah v Ljubljani**.

Vabimo vas, da na Tednu športa spoznate vadbo in se nam pridružite v **ŠPORTNI JESENI!**

www.razgibajmoljubljano.si | www.rekreacija.si | www.szlj.si

Deli z nami svoje trenutke vadbe! **#RazgibajmoLjubljano**

razgibajmoljubljano

razgibajmo_ljubljano_rlj

petek, 13. september

Miniolimpijada

Gibalne in športne delavnice za osnovnošolce

Kongresni trg, od 9. do 12. ure

Izvajalci: Razgibajmo Ljubljano, Športna zveza Ljubljane, športna društva in klubi, www.razgibajmoljubljano.si

sobota, 14. september

Športna tržnica

Predstavitev gibalnih, rekreativnih in športnih programov športnih organizacij

Kongresni trg, od 9. do 15. ure

Izvajalci: Razgibajmo Ljubljano, športna društva in klubi, www.razgibajmoljubljano.si

Ulična košarka 2019

Zaključni turnir

Kongresni trg, od 11. do 18. ure

Izvajalec: Športna zveza Ljubljane, www.szlj.si

Na Športni tržnici z žigi zberi napis **ŠPORTNA JESEN** in si prisluži praktično nagrado.

Več o zbiranju žigov na **www.razgibajmoljubljano.si**

Organizatorji:

Športna zveza Ljubljane, ZSD Krim, Slovan

Sofinancirata:

Mestna občina Ljubljana, Fundacija za šport

Partnerji:

Energetika Ljubljana, Lekarna Ljubljana, Mladinska knjiga, Rayher, LPP, ZDL

Častni pokrovitelj:

Zoran Janković
župan MOL

RAZGIBAJMO LJUBLJANO

TEDEN ŠPORTA
7. - 14. september 2019

ŠPORTNA JESEN

Mestna občina Ljubljana

Fundacija za šport

sobota, 7. september

Športne igre zaposlenih

Turnirji podjetij v malem nogometu, šahu, košarki, odbojki in tenisu

Športni center Triglav, Osnovna šola dr. Vita Kraigherja, Srednja gradbena, geodetska in okoljevarstvena šola Ljubljana,
Športni park Kodeljevo, 9. do 15. ure
Izvajalec: Športna zveza Ljubljane, www.szlj.si

Festival zdravja

Brezplačne meritve, posveti s strokovnjaki o zdravem življenjskem slogu, animacije in delavnice

Kongresni trg, od 9. do 15. ure
Izvajalec: Lekarna Ljubljana, www.lekarnaljubljana.si

Dan nordijskih športov

Predstavitev in možnost preizkusa skike, nordijske hoje in svetovanja o vadbi in opremi

Koseški bajer pri otoku športa, od 9. do 12. ure
Izvajalec: Skike klub Slovenija, Športnorekreativno društvo Tacen, www.razgibajmoljubljano.si

6. Festival telovadbe za vse generacije

Predstavitev in preizkus osnovnih telesnogibalnih dejavnosti in oblik vadbe

Letno telovadišče in Študijska telovadnica, od 15. do 19. ure
Izvajalec: Športno društvo Narodni dom, www.narodnidom.si

nedelja, 8. september

Deset vrhov v okolici Ljubljane in Kolesarske akcije Ljubljane

Z načrtnim zbiranjem žigov vas še dodatno spodbudimo, da se podate na pohodniške in kolesarske poti po Ljubljani in v njeni okolici. Obiščete lahko že znane in lažje dostopne poti in vrhove, kartončki pa so brezplačno dostopni v obeh ljubljanskih Turističnih informacijskih centrih ter v Športnem centru Triglav.

Izvajalca: Kolesarsko društvo LPP, Športna zveza Ljubljane, www.kd-lpp.si, www.szlj.si

10 vrhov v okolici Ljubjane - s kolesom ali peš

Na kolesu okoli Ljubljane

Ljubljansko barje, barjanski krog

Vzponi na Mali Lipoglav

ponedeljek in torek, 9. in 10. september

Aktivna jesen

Začetek brezplačnih jesenskih vadbenih programov teka, kolesarstva, nordijske hoje, svetovanje na otokih športa, jutranja telovadba za starejše...

Različne lokacije
Izvajalec: Razgibajmo Ljubljano, društva in klubi, www.razgibajmoljubljano.si

Urnik brezplačnih jesenskih vodenih programov je objavljen na www.razgibajmoljubljano.si

PODROBEN PROGRAM TEDNA ŠPORTA IN ŠPORTNE JESENI SI OGLEJTE NA **razgibajmoljubljano.si**

Dogodki so za udeležence brezplačni

sreda, 11. september

Ali sem fit?

1000 gibov, jutranja telovadba za vse

Park Zvezda, od 11. do 12. ure
Izvajalec: Društvo Šola zdravja, www.razgibajmoljubljano.si

četrtek, 12. september

Miniolimpijada

Gibalne in športne delavnice za osnovnošolce

Kongresni trg, od 9. do 12. ure
Izvajalci: Razgibajmo Ljubljano, Športna zveza Ljubljane, športna društva in klubi, www.razgibajmoljubljano.si

Ali sem fit?

Preizkus hoje na 2 km

Sprehajalna pot pri gradu Fužine, od 15. do 18. ure
Izvajalec: Zdravstveni dom Ljubljana - Moste-Polje, www.razgibajmoljubljano.si