



INDOOR SPORT CLIMBING IN DONJA STUBICA - ZABOK, SREDIŠNJA HRVATSKA

Pozivamo Vas da nam se pridružite i naučite osnovne vještine potrebne za sportsko penjanje. Budući da je sportsko penjanje potencijalno opasna aktivnost, prije početka programa tražit ćemo da potpišete izjavu o sudjelovanju na vlastitu odgovornost. Vaš potpis na ovoj izjavi omogućuje Vam sudjelovanje u programu i Vašoj maloljetnoj djeci. Za program je potrebna prikladna obuća čista sportska obuća za korištenje samo u dvorani. Program je uvjetovan i tehnički nezahtjevan u trajanju od 2 sata. Pogodan je za sve, djecu i odrasle koji su avanturističkog duha i žele naučiti nešto novo. Program je uključivao penjački pojas ili kombinezon za djecu, užad, karabinere i sprave za osiguranje. Gradska sportska dvorana u Donjoj Stubici gdje se nalazi umjetna stijena za penjanje visoka 12 m na kojoj je postavljeno 40 sportsko penjačkih smjerova različitih težina.

Cijena

Indoor sport climbing in Donja Stubica

Indoor sport climbing in Donja Stubica



Indoor sport climbing in
Donja Stubica - Donja
Stubica, Croatia
Toplička cesta 25 A
49240 Zabok
Hrvatska

T: 00385 98 210 359

E: info@sttube.hr

Raspored

DATUMI IZLETA / TURE / AKTIVNOSTI

every Tuesday, every
Thursday, every Saturday

MJESTO I VRIJEME POLASKA

Gradska sportska dvorana
Donja Stubica, Toplička 25 A.
18.00 h

MJESTO I VRIJEME POVRATKA

Gradska sportska dvorana
Donja Stubica, Toplička 25 A.
20.00 h

KRATKI OPIS:

Ime: Indoor sport climbing in Donja Stubica

Trajanje izleta / ture / aktivnosti: 1 do 5 sati

Proizvod najbolje opisuje pojam: Umjetnost / moda / dizajn

Proizvod uključuje: bavljenje sportom, adrenalinske / ekstremne sportove, avanturističke sadržaje

Ukratko o izletu / turi i najzanimljivije stvari: Pozivamo Vas da nam se pridružite i naučite osnovne vještine potrebne za sportsko penjanje. Budući da je sportsko penjanje potencijalno opasna aktivnost, prije početka programa tražit ćemo da potpišete izjavu o sudjelovanju na vlastitu odgovornost. Vaš potpis na ovoj izjavi omogućuje Vam sudjelovanje u programu i Vašoj maloljetnoj djeci. Za program je potrebna prikladna obuća čista sportska obuća za korištenje samo u dvorani. Program je uvjetovan i tehnički nezahtjevan u trajanju od 2 sata. Pogodan je za sve, djecu i odrasle koji su avanturističkog duha i žele naučiti nešto novo. Program je uključivao penjački pojas ili kombinezon za djecu, užad, karabinere i sprave za osiguranje. Gradska sportska dvorana u Donjoj Stubici gdje se nalazi umjetna stijena za penjanje visoka 12 m na kojoj je postavljeno 40 sportsko penjačkih smjerova različitih težina.

OPIS:

U početku ćemo se zagrijati i istegnuti mišiće. Obavijestit ćemo vas o važnim sigurnosnim pravilima za sportsko penjanje. Pokazat ćemo vam i postaviti potrebnu penjačku opremu. Naučit ćemo vas osnovnim penjačkim pokretima, rukovanju vlastitim rukama i nogama te održavanju ravnoteže na stijeni. Pokazat ćemo vam i naučiti kako ćete se nakon uspona spustiti na stijenu. Svakako ćemo Vas savjetovati kako prevladati i osloboditi se straha od visine. Ponovit ćemo to nekoliko puta i dobro ćemo se zabaviti. Na kraju programa podijelit ćemo dojmove i savjetovati vas kako poboljšati svoju tehniku penjanja. Svakako ćemo vas uputiti kako se sigurno osamostaliti u sportskom penjanju.