

ZIMSKI ŠPORTNI DAN 6.–9. razred

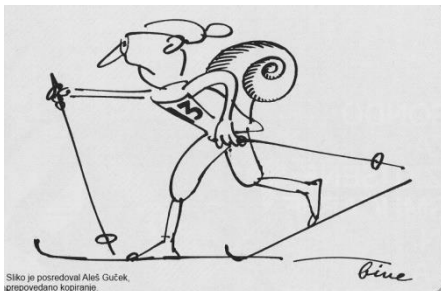
sreda, 27. 1. 2021

SANKANJE



Letos nas je zima obdarila z obilo snega, zato vam priporočamo sankanje na naravni sankiški progi **SAVSKE JAME** v Planini pod Golico. Sankališče je letos zelo lepo urejeno, proga je dolga 1000 m, prvih 600 m je lahkih, ostalih 400 m pa malce zahtevnejših. V kolikor nimate svojih sani, se le-te lahko tudi izposodite v ciljni hišici, malo naprej od urejenega parkirišča. Cena zanje znaša 5 evrov, izposoja pa je možna med 10. in 15. uro. Ker ni posebne pešpoti, se hodi ob skrajnem robu proge. Na sankanje se lahko odpravite tudi v Mojstrano, na Valvazor, v Kranjsko Goro, Podkoren ali pa se odpeljete do Pokljuke.

TEK (HOJA) NA SMUČEH



Kdor ima opremo za tek na smučeh, se lahko odpravi na tekaško progo v **MOJSTRANO**, Kranjsko Goro, Planico, Tamar, lahko pa brezplačno koristite tudi proge v Ratečah, ki so sicer plačljive, a za vas tokrat brezplačne. Tik pred italijansko mejo je t. i. Confine center, kjer

lahko prevzamete brezplačno karto za tek na smučeh, le povedati morate, da ste učenci OŠ Toneta Čufarja Jesenice. Če se odločite za tek na smučeh, tecite vsaj 1 uro.

DRSANJE



Za drsanje vam priporočamo drsališče v **MOJSTRANI**, kjer boste za aktivnost na ledu plačali le 1 evro. Ne pozabite na primerno varovalno opremo (rokavice, čelada, ščitniki ...). Izposoja drsalk v Mojstrani ni možna.

POHOD



Obilo zimske idile boste doživeli na pohodu v **TAMAR**, na Tromejo, iz Mojstrane do slapa **PERIČNIK**, na Valvazor ... Tudi v okolici Jesenic imate kar nekaj možnosti, da izvedete pohod. Za svoj cilj si lahko izberete katero koli pot, ki vam je poznana, ki jo zmorete in vam je dostopna. Pohod naj traja vsaj 2 uri. Spodaj imate nekaj primerov lahkih pohodov:

- na trim stezo, po kolesarski stezi

- z Jesenic po stari cesti do Hrušice, preko mosta čez Savo, nazaj do Podmežaklje
- iz Planine pod Golico – vzpon na Španov vrh
- Koroška Bela – Pristava

ALPSKO SMUČANJE



Od sobote, 23. 1. 2021, dalje obratujejo tudi smučišča, tako da se lahko odpravite tudi na katero izmed gorenjskih smučišč. Za vse smučarje od 12. leta dalje velja, da morajo za smuko pokazati negativen izvid testa na covid-19.

IGRE NA SNEGU



Snega imamo letos dovolj za različno zabavo na snegu. Pojdite na sneg primerno oblečeni in obuti. Lahko postavite snežaka, iglu, snežni grad ... Lahko se kepate, tekmujete v ciljanju s kepami. Pustite domišljiji prostor, da vam bo čim bolj zabavno.

BODITE POZORNI NA SVOJO OBUTEV IN OPREMO. OBVEZNA UPORABA ČELADE PRI SANKANJU, DRSANJU, SMUČANJU. S SEBOJ VZEMITE MALICO, PREDVSEM DOVOLJ TEKOČINE. UPOŠTEVAJTE NAVODILA NIŽ IN PAZITE NA SVOJE ZDRAVJE.

Učitelji športa vam želimo veliko veselja na športnem dnevu, veseli pa bomo kakšne slike vaših aktivnosti.

Fotografije pošljite na enega izmed spodnjih el. naslovov:

uros.pogacnik@guest.arnes.si

zehra.biscevic@guest.arnes.si

darja.ambrozic@guest.arnes.si