



LJETNI PLIVAČKI SPORTSKI KAMP

TJEDNI PLAN I PROGRAM 17.7. – 21.7.2017.

Ponedjeljak, 17.7.2017. Kompleks Bazena Kantrida

7:10 – 8:00 Okupljanje djece i roditelja na recepciji Bazena Kantrida

- Informacije, organizacija

8:00 – 12:00 Bivio – Trim staza

- Igra u parku pored trim staze
- Kupanje u moru, odmor u hladovini

12:00 – 13:30 Ručak + odmor (Bazeni Kantrida)

13:30 – 15:45 Igre na bazenu (trčanje po tatamijima) + Skokovi u vodu

14:45 – Voćni predah

16:00 – Preuzimanje djece na recepciji Bazena Kantrida



Utorak, 18.7.2017. Izlet: Grad Rijeka

7:10 – 8:00 Okupljanje djece na recepciji Bazena Kantrida

8:00 – 9:10 Igra na trgu ispred Bazena Kantrida

9:30 Ukrcaj u turistički autobus Grada Rijeke

9:50 Vanjsko razgledavanje HNK Ivana pl. Zajca i pripadajućeg parka i trga

10:30 – 13:30 Dolazak na Trsat

- Razgledavanje trsatske gradine
- Igra u Parku Heroja

12:00 – 13:00 Ručak + odmor

13:30 Odlazak do izvora Zvir i posjet unutrašnjosti i čitavom procesu proizvodnje vode za čitavo područje urbane aglomeracije Rijeka

14:30 Odlazak prema katedrali sv. Vida

15:00 Ulazak u novootvoreni podzemni tunel u centru grada

15:45 Ukrcaj u turistički autobus

16:00 Dolazak na Bazene Kantrida



Srijeda, 19.7.2017. Kompleks Bazena Kantrida

7:10 – 8:00 Okupljanje djece na recepciji Bazena Kantrida

8:00 – 11:30 Plaža Ploče

- Plivanje u moru
- Veslanje kajacima
- Predavanje voditelja spasilačke službe Društva Crvenog križa Primorsko-goranske županije Nikole Mrđena o ponašanju na plaži, spasilačkoj opremi i spasilačkim tehnikama

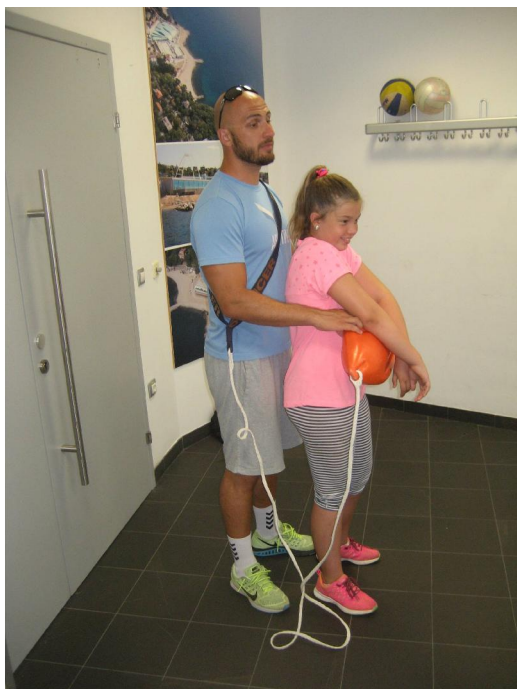
12:00 – 13:00 Ručak + odmor

13:30 – 15:00 Igre u bazenu

15:00 – 16:00 Igre na trgu ispred Bazena

15:45 – Voćni predah

16:00 – Preuzimanje djece na recepciji Bazena Kantrida



Četvrtak, 20.7.2017. Izlet: Učka – Ranč Bubač

7:10 – 8:00 Okupljanje na recepciji Bazena Kantrida

8:15 Polazak na Učku organiziranim prijevozom

9:00 Dolazak na staro Inino odmoršte na Učki

- Razgledavanje i šetnja šumom

10:00 – 12:00 Jahanje konja na ranču Bubač (1. grupa)

12:00 – 13:00 Ručak + odmor

13:00 – 15:00 Jahanje konja na ranču Bubač (2. grupa)

15:00 Voćni predah

16:00 Povratak u Rijeku, preuzimanje na recepciji Bazena Kantrida



Petak, 14.7.2017. Kompleks Bazena Kantrida

7:10 – 8:00 Okupljanje djece na recepciji Bazena Kantrida

8:00 – 10:30 Plaža Ploče

- Plivanje u moru
- Veslanje kajacima

10:30 – 12:00 Vaterpolo, plivanje, picigin, pješčanik

12:00 – 13:30 Ručak + odmor

13:30 – 15:00 Igre u bazenu ili u atletskoj dvorani

15:00 – 16:00 Igre na trgu ispred Bazena

15:45 – Voćni predah

16:00 – Preuzimanje djece na recepciji Bazena Kantrida



PLIVAČKI KLUB „KANTRIDA“