

Terapevtska gimnastika



VSAK TOREK v mesecu
v telovadnici OŠ Dol pri Hrastniku
od 17:30h do 18:30h
Prijave: ob vpisu

VSAK ČETRTEK v mesecu
v telovadnici OŠ Hrastnik
od 19h do 20h
Prijave: ob vpisu

* razen v mesecu juniju, juliju in avgustu

Hoja



VSAK DRUGI IN ČETRTEK v mesecu
od 9h do 11h v Hrastniku

DRUGI IN ČETRTEK v mesecu
od 9h do 11h na Dolu pri Hrastniku

* zbirališče po dogovoru z organizatorko pohoda

Hidrogimnastika



TRETJI PONEDELJEK v mesecu **ob 19h**
v bazenu Hrastnik
Prijava: ob vpisu, zaradi nakupa
skupinskih kart

* člani lahko koristite popuste v Termani
Laško d.o.o., LAŠKO, na podlagi predložitve
članske izkaznice in osebne izkaznice

Društvo osteoporoze Hrastnik

Predsednica društva:

Silva Centrih

Gsm:

041 790 398

e-pošta:

taja321@gmail.com

Uradne ure:

SREDA od 17h do 18h

2018

DONATORJI

Občina Hrastnik, FIHO, GalaS d.o.o., LAKNER
- prevozi potnikov in stvari, Servis Enka,
cvetličarna Joli

Denzitometrija



ZDRAVSTVENI DOM HRASTNIK
nudi za DENZITOMETRIJO **10% POPUSTA**

Uradne ure:

TO-PE od 10h do 12h

Telefon: 03 56 54 475

2018



Društvo za
preprečevanje
osteoporoze
Hrastnik



Program dela

Program 2018

Januar



15. 01. 2018

PREDAVANJE

ob 18h v prostorih
Obrtne zbornice
Hrastnik: **BOLEČINE
V HRBTENICI IN
PREPREČEVANJE,**
predavatelj Jure
Jazbec

Februar



17. 02. 2018

KOPALNI DAN:

Terme Rimske toplice

Prijava: ob vpisu

24. 02. 2018

ZIMSKI POHOD:

Hrastnik - Ribnik -
Plesko

Prijava: ob vpisu

Marec



16. 03. 2018

PREDAVANJE ob 18h

v prostorih Obrtne
zbornice Hrastnik:
**OLJKE IN NJENI
PRODUKTI,** predavatelj
Danilo Markoč

24. 03. 2018

ZBOR ČLANOV

ob 18h

Prijava: obvezna

April



29. 04. 2018

KRPANOV POHOD na
Bloškem

Prijava in vplačilo :
do 25. 4. 2018

Maj



13.05. – 18.05.2018

ŠOLA OSTEOPOROZE

- Izola

Prijava: ob vpisu v
januarju 2018

26. 05. 2018

POHOD na posestvo
Na Škaluc, Trobno Dol,
Šentrupert

Prijava in vplačilo :
do 22. 05. 2018

Junij



16. 06.2018

Tradicionalna
predstavitel društva
na tržnici Hrastnik

23.06.2018

tradicionalni
DRUŽINSKI PIKNIK
na Blate

Prijava: obvezna

Julij



možnost
**ENODNEVNEGA
KOPANJA** v IZOLI
(organizacija - LAKNER,
prevozi potnikov in
stvari)

Prijava: obvezna

Avgust



možnost
**ENODNEVNEGA
KOPANJA** v IZOLI
(organizacija - LAKNER,
prevozi potnikov in
stvari)

Prijava: obvezna

September



15. 09. 2018

tradicionalni **IZLET V
NEZNANO**

Prijava in vplačilo :
do 12. 09. 2018

19.09. - 27.09.2018

**JESENSKA ŠOLA
OSTEOPOROZE** - Dugi
Otok

Prijava: obvezna

Oktober



13. 10. 2018

NORDIJSKA HOJA -
Teharsko jezero

Prijava in vplačilo :
do 10. 10. 2018

20.10.2018

**OBELEŽJE
SVETOVNEGA DNEVA
OSTEOPOROZE** - Kranj

Prijava in vplačilo :
do 05. 10. 2018

November



10. 11. 2018

JESENSKI POHOD:

Obiranje oljk v IZOLI

Prijava in vplačilo :
do 07.11. 2018

možnost **ZIMOVANJA** -
Debeli Rtič

Prijava: obvezna

December



15. 12. 2018

**DRUŽENJE OB
PRIHAJAJOČIH
PRAZNIKIH**

Prijava in vplačilo :
do 10. 12. 2018