

NEW YEAR 2026

GRUPNE FITNESS AKTIVNOSTI

27.12.
SUBOTA

17:00
KRUŽNI TRENING ZA CIJELO TIJELO 45 MIN

28.12.
NEDJELJA

09:00
JUTARNJE ISTEZANJE I MOBILNOST 30 MIN
11:00
FITNESS ZA DJECU
(TIM IGRE, ŠTAFETE, JEDNOSTAVNI TRENINZI) 30 MIN
18:00
SINGING BOWLS MEDITACIJA 30 MIN

29.12.
PONEDJELJAK

09:00
JUTARNJE ISTEZANJE I MOBILNOST 30 MIN
11:00
FITNESS ZA DJECU
(PLES, RITAM I ZABAVNE VJEŽBE ISTEZANJA) 30 MIN
17:00
CORE & BALANCE (STABILIZACIJA + TRBUŠNJACI) 30 MIN

30.12.
UTORAK

09:00
JUTARNJE ISTEZANJE I MOBILNOST 30 MIN
11:00
FITNESS ZA DJECU
(SPORTSKE IGRE - GRANIČAR, MINI NATJECANJA)
17:30
KRUŽNI TRENING 30 MIN

31.12.
SRIJEDA
NOVOGODIŠNJI DOČEK

09:00
JUTARNJE ISTEZANJE I MOBILNOST 30 MIN
11:00
FITNESS ZA DJECU
(DJECA VODE JEDNOSTAVNE VJEŽBICE - "MALI TRENERI") 30 MIN
16:00
TEHNIKE DISANJA ZA SMANJENJE STRESA 30 MIN

01.01.
ČETVRTAK
NOVA GODINA

11:00
TEHNIKE DISANJA ZA SMANJENJE STRESA 30 MIN
12:00
FITNESS ZA DJECU (LAGANE IGRE RAVNOTEŽE I POKRETA) 30 MIN
17:00
OBITELJSKO VJEŽBANJE (ZAJEDNIČKE IGRE I VJEŽBE) 30 MIN

02.01.
PETAK

09:00
JUTARNJE ISTEZANJE I MOBILNOST 30 MIN
11:00
FITNESS ZA DJECU (MINI KRUGOVI: KRATKE VJEŽBE S PAUZAMA)
17:00
CARDIO TRENING 30 MIN

03.01.
SUBOTA

09:00
JUTARNJE ISTEZANJE I MOBILNOST 30 MIN
11:00
FITNESS ZA DJECU (SKOKOVI I IGRA KROZ POKRET)
18:00
SINGING BOWLS MEDITACIJA 30 MIN

04.01.
NEDJELJA

09:00
JUTARNJE ISTEZANJE I MOBILNOST 30 MIN