



# ODMORKO NA SLJEMENU



#odmorko  
#sssgz  
#skolski\_sport\_grada\_zagreba

ZA UČENIKE OSNOVNIH I SREDNJIH ŠKOLA GRADA ZAGREBA  
AKTIVNOSTI SE PROVODE UZ STRUČNI I PEDAGOŠKI NADZOR

## SUBOTA, 22.5.

MIKULIĆI – PD RISNJAK – LUGAREVA KUĆA – MEDVEDGRAD

- Osnove planinarenja, vezanje čvorova, orijentacija pomoću elemenata u prirodi
- Crna kraljica – gazdarica Medvedgrada i Kraljičinog zdenca
- Javni gradski prijevoz – tramvaj i autobus ZET-a

Polazak: 08:30 sati, Mikulići – okretište BUS-a

## SUBOTA, 29.5.

GRAČANI TUNEL – SLJEME – RUDNIK ZRINSKI –  
PD RUNOLIST – PILANA BLIZNEC

- Prva pomoć kod ozljeda i izrada nosila, otrovi i prevencija, priprema jela i prehrana u šumi, sastavnice ruksaka i survival kita, signalizacija
- Povijest Medvednice
- Javni gradski prijevoz – tramvaj i autobus ZET-a

Polazak: 08:30 sati, Gračani tunel

## SUBOTA, 5.6.

GORNJI STENJEVEC – ŠPILJA VETERNICA – PD GLAVICA –  
KAMENOLOM – POUČNA STAZA PODSUSED

- Paljenje vatre i protupožarna zaštita, prepoznavanje životinja u hrvatskim šumama, tragovi i zamke, izrada luka i strijele i kamene sjekire
- Povijest špilje Veternice i tragovi praljudi
- Javni gradski prijevoz – tramvaj i autobus ZET-a

Polazak: 08:30 sati, Gornji Stenjevec, zadnja autobusna stanica

## SUBOTA, 12.6.

MARKUŠEVAČKA TRNAVA – GORSKO ZRCALO –  
PD GORŠČICA – VIDOVEC

- Sakupljanje i dezinfekcija vode, osnove alpinizma, upoznavanje samniklog šumskog raslinja i drveća, bobičastog voća, bit eko sustava i ekologije za život
- Postavljanje šatora i izrada priručnih zaklona
- Javni gradski prijevoz – tramvaj i autobus ZET-a

Polazak: 08:30 sati, Markuševačka Trnava,  
zadnja autobusna stanica

PRIJAVE SU POTREBNE ZA  
SVAKI IZLET POSEBNO



ŠKOLSKI SPORTSKI SAVEZ GRADA ZAGREBA &  
ŠKOLA PREŽIVLJAVANJA U PRIRODI "AGRAM"

[www.odmorko.hr](http://www.odmorko.hr)

INFORMACIJE: 01/ 4816 340

[info@odmorko.hr](mailto:info@odmorko.hr)

## OPREMA KOJA JE POTREBNA ZA IZLET:

1. Visoke planinarske cipele (gozjerice) ili čvrste tenisice
2. Slojevita odjeća (jakna, vesta, majica ili potkošulja)
3. Mali ruksak
4. Najmanje 1 l vode
5. Minimalno dva sendviča
6. Jedna mala čokolada
7. Kapa za glavu
8. Ukoliko je hladnije – rukavice
9. Rezervne čarape i majica
10. Kabanica ili mali kišobran
11. Mali ručnik
12. Dezinficijens na bazi alkohola
13. Sredstvo protiv krpelja i komaraca (repelent)

ZA SUDJELOVANJE U PROGRAMU POTREBNA JE ISKAZNICA HŠSS-a ZA GRAD ZAGREB ILI „ZAHTJEV ZA IZRADU ISKAZNICE“.

U sportskim aktivnostima učenici sudjeluju dragovoljno uz pristanak roditelja i na vlastitu odgovornost, te nisu posebno i dodatno osigurani kod osiguravajućih društava. Organizator programa ne preuzima odgovornost za moguće ozljede sudionika aktivnosti prije, za i nakon aktivnosti.

PROGRAM JE ORGANIZIRAN U SURADNJI SA GRADSKIM UREDOM ZA SPORT I MLADE I  
SPORTSKIM SAVEZOM GRADA ZAGREBA

