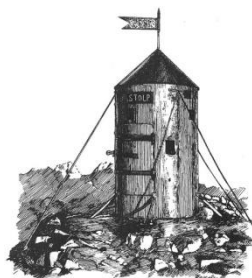


# PREHODIMO SLOVENIJO PO ROKAH -

## »OD BTCja do TRIGLAVA«



Gimnastična zveza Slovenije bo v mesecu septembru izvedla projekt »Prehodimo Slovenijo po rokah«. Cilj projekta je, da reprezentanti in reprezentantke Gimnastične zveze Slovenije skupaj z otroki v vrtcih, osnovnih in srednjih šolah ter društvih Gimnastične zveze Slovenije, po rokah prehodijo skupno dolžino poti od Ljubljane do Triglava. Ta od Ljubljane (BTC-Kristalna palača) do Aljaževega stolpa na Triglavu, znaša v najkrajši izmeri 86100 metrov.

K izvajanju hoje po rokah želimo pritegniti čim več mladih. Zato smo pripravili tri različne težavnostne stopnje hoje po rokah in vsak sodelujoči bo metre lahko prehodil primerno svojim sposobnostim ter gimnastičnemu znanju. Predlagamo, da vsak sodelujoči prehodi maksimalno 25 metrov.

Sodelujoči bodo lahko hojo po rokah opravili na sledeče načine:

-Hoja po rokah v opori spredaj, ob pomoči ene osebe (»hoja v samokolnici«). To izvajanje naloge je primerno za otroke v vzgojno varstvenih zavodih, prvem triletju osnovnih šol, programih »gimnastike za najmlajše«. Otroki si lahko pomagajo med seboj ali pa jim pomoč nudijo odrasli.

-Hoja v stoji na rokah, ob pomoči ene osebe. To izvajanje naloge je primerno za otroke v drugem in tretjem triletju osnovnih šol, srednjih šol, programih »gimnastika v osnovni šoli«, rekreativnih programih gimnastičnih športnih društev.

-Hoja v stoji na rokah. To izvajanje naloge je primerno v programih »gimnastika v srednji šoli«, programih gimnastičnih športnih društev ter reprezentanc Gimnastične zveze Slovenije.

Projekt bomo s prvimi koraki po rokah pričeli 1. septembra v Kopru, na svetovnem pokalu v moški in ženski športni gimnastiki. Udeleženci tekmovanja bodo s svojimi koraki pričeli virtualno potovanje po rokah, od ljubljanskega BTCja do Triglava. Njihovi uvodni koraki bodo motivacija vsem naslednjim udeležencem, da tudi sami prehodijo določeno razdaljo po rokah. Gimnastična zveza Slovenije bo pozvala vse vzgojno varstvene zavode, osnovne šole, srednje šole in gimnastična društva, da se s hojo po rokah, njihovi učenci in učenke ter gimnastičarji in gimnastičarke, pridružijo na tej poti. Svoje skupne rezultate bodo vrtci, šole in društva vpisali v aplikacijo Gimnastične zveze Slovenije. Med

sodelujočimi bomo izžrebali nagrajence ter jih obdarili z nagradami naših sponzorjev in donatorjev. Reprerentanti in reprerentantke Gimnastične zveze Slovenije bodo obiskali svoje bivše šole in s sedanjimi učenci in učenkami naredili skupne korake po rokah. Naši reprerentanti in reprerentantke bodo tudi ambasadorji projekta. Gimnastična športna društva, pa bodo v tednu športa nabirala metre hoje po rokah s svojim vadečimi člani. Največji odziv sodelujočih pričakujemo na Evropski dan športa, ki bo v četrtek, 23. Septembra. S projektom bomo zaključili na Olimpijskem festivalu v Ljubljani, ki bo potekal 25. In 26. Septembra na Kongresnem trgu. Hoja po rokah bo tudi gimnastični izziv na tem festivalu. Takrat bomo razglasili skupen rezultat projekta hoje po rokah.

**Upamo, da se nam na kateri od akcij projekta »Prehodimo Slovenijo po rokah-od BTCja do Triglava« pridružite tudi sami in prispevate nekaj prehojenih metrov skupne poti. Opravite izziv tudi če se je projekt že iztekel.**

Vodja programov množičnosti GZS

Aleksander Šajn