



OBČINA  
**HOČE-SLIVNICA**  
*občina z vizijo*

**VeGeC**  
OBČINE HOČE-SLIVNICA  
*prostor druženja*

# NORDIJSKA HOJA

Hoja je ena od najbolj dostopnih, koristnih in primernih oblik telesne vadbe.

Vabimo vas, da se nam pridružite na pohodu v ponedeljek, 7. aprila 2025, ob 10. uri na lokaciji Slivnica (pri Slivniškem gradu).

Udeleženci se boste dobro ogreli, ponovili osnove nordijske hoje ter pozitivne učinke v primerjavi z običajno hojo. Po ogrevanju se bomo odpravili na pohod po primerni poti v okolici.



Nordijska hoja bo potekala vsak ponedeljek ob lepem vremenu na različnih lokacijah občine Hoče-Slivnica. Udeleženci potrebujejo palice za nordijsko hojo, športno obutev primerno za hojo v naravi in športna oblačila.

Prijave so zaželenе. V primeru slabega vremena se nordijska hoja prestavi na drug ponedeljek.

## **VeGeC Občine Hoče – Slivnica**

Rogoška cesta 60, 2204 Miklavž na Dravskem polju - Rogoza  
Orehova cesta 26, 2312 Orehova vas



030 465 270  
041 426 087  
041 760 116



[vegec@hoce-slivnica.si](mailto:vegec@hoce-slivnica.si)

Delovni čas: od ponedeljka do četrтка od 8.00 do 14.00 in v petek od 8.00 do 13.00.

Aktivnosti v centru potekajo tudi izven delovnega časa.

Vse dejavnosti so brezplačne, financira jih Občina Hoče-Slivnica.

Pri izvedbi delavnic in tečajev nam pomagajo prostovoljci.