



Program delavnice »Pomen gibanja za osebe s KVČB« – september 2026

Četrtek, 10. 9. 2026

- 16.00–16.30 Prihod v Grand hotel Sava in namestitev
- 17.00–17.30 Predstavitve programa šole in dejavnosti Društva za KVČB (Mateja Saje)
- 17.30–18.00 Spoznavanje udeležencev Šole za osebe s KVČB (Sergeja Resman)
- 18.00–22.00 Večerja, druženje, sprehod po okolici in rehabilitacijske vsebine

Petek, 11. 9. 2026

- 08.00–08.45 Zajtrk
- 09.00–12.00 **Delavnica:** Nordijska hoja. Teorija in praksa, Janez Poles, dr. med., spec. int. med.
- 12.00–15.00 Coffee break , čas za kosilo, rekreacijske vsebine, pohod na Janino, plavanje, družabne igre
- 15.00–18.00 **Delavnica:** Joga. Teorija in praksa – vaje za prebavila, Petra Globočnik, dipl. m. s.
- 18.00–22.00 Večerja in druženje

Sobota, 12. 9. 2026

- 08.00–08.45 Zajtrk
- 09.00–12.00 **Delavnica:** Teorija in praksa »Živeti preprosto pomeni preprosto živeti« (pogled kitajske tradicionalne medicine na vadbo in vpliv vadbe na zdravje) TAI-CHI – praktičen prikaz vadbe, Matej Cvikl
- 12.00–16.00 Coffee break, čas za kosilo, rehabilitacijske vsebine, pohod na Janino, plavanje, družabne igre
- 16.00–17.00 **Predavanje:** Obolenje sklepov pri KVČB – pomen gibanja, Tina Kurent Francky, dr. med., spec. gastro.
- 17.00–18.00 **Predavanje:** Osteoporoza – pomen gibanja, Tina Kurent Francky, dr. med., spec. gastro.
- 18.00–22.00 Večerja in druženje

Nedelja, 13. 9. 2026

- 08.00–09.00 Zajtrk, izpraznitev sob
- 10.00–11.00 **Predavanje:** Pomen gibanja za zdravje, Divna Klanfar, univ. dipl. soc. ped.
- 11.30–13.30 Evalvacija, zaključek, anketa

Predavanja bodo v kongresnem centru Tempel v hotelu Sava-Zagreb v Rogaški Slatini. Zaradi možne zadržanosti predavateljev si pridržujemo pravico spremembe programa.