



OBIJJEŽEN - SVJETSKI DAN ZDRAVLJA

Liga protiv raka grada Drniša i njezini volonteri u sklopu projekta " Učini nešto danas za bolje sutra" obilježili su „Svjetski Dan zdravlja“ 06.04.2024.g. uz aktivnost „Nordijskog hodanja“ na stazi Stinica u Nacionalnom parku Krka koja se proteže od Visovca do Roskog slapa i duga je 8,5 km. Šetnica prolazi uz prekrasnu rijeku Krku, te hodanje ovim područjem netaknute prirodne kod posjetitelja oduzima dah i neopisivo divljenje . Nakon četverosatnog nordijskog hodanja grupa je stigla do Roškog slapa.

Ova aktivnost je višestruko korisna, te pozitivno utječe na rad srca i krvnih žila, mišića, zglobova i kralježnice. Upotrebom štapova, hodanje se pretvara u puno korisniju rekreaciju. Osim štapova i udobne obuće, za nordijsko hodanje nije potrebna nikakva druga oprema, te ga čini jeftinom aktivnosti.

Koristimo priliku za zahvalu upravi NP Krka koja je omogućila ulaz naših članica na navedenu šetnicu i doživljaj predivno provedenog dana u prirodnim ljepotama.

Volonterke Lige su iskoristile priliku i provele kampanju „Budi aktivan“ kojom su naše članice i sugrađane upozorile na važnost vježbana i svakodnevnog kretanja.

Projekt je u cijelosti financiran od Agencije za mobilnost i programe Europske unije



Projekt je financirala Europska unija iz programa Europske snage solidarnosti. Sadržaj mrežne stranice isključiva je odgovornost Lige protiv raka grada Drniša.