

ŠPORTAM – UŽIVAM.

Športni programi v občini Jesenice
v šolskem letu 2022/2023



Foto: pxhere

DRAGI OTROCI IN MLADOSTNIKI, SPOŠTOVANI STARŠI,

pričujoči informator je Občina Jesenice v sodelovanju z Zavodom za šport Jesenice in Športno zvezo Jesenice že drugo leto zapored pripravila v želji, da bi otroci oziroma mladostniki ter njihovi starši v njem našli vse potrebne informacije o posameznih športnih programih, ki jih izvajajo jeseniška športna društva in klubi v prihajajočem šolskem letu ter se jim zainteresirani otroci in mladostniki od 3. do 15. leta lahko še priključijo. Morda kakšno aktivnost zase najdete tudi starši.

Verjamemo, da boste v informatorju našli kakšno športno aktivnost, ki vam bo zanimiva, želimo pa vam, da bi v njej uživali.

Občina Jesenice





HOKEJSKO DRUŠTVO HIDRIA JESENICE

Vrsta programa: Šola hokeja

Starost otrok, ki jim je program namenjen: Dečki in deklice od 3. leta starosti naprej

Lokacija izvajanja programa: Športna dvorana Podmežakla

Dodatne informacije: HD Hidria Jesenice zagotavlja hokejske programe za mlade, s katerimi vzdržuje najvišje standarde ter vsem sodelujočim hkrati zagotavlja zabavno in pozitivno izkušnjo. Svoje igralce želijo navdušiti, da uresničijo svoj polni potencial, da se naučijo spoštovanja sebe in drugih, da razvijejo miselnost o osebni odgovornosti in samodisciplini, sodelovanju v ekipi ter da jih pripravijo na življenjske izzive - tako na ledu kot tudi izven njega. HD HIDRIA JESENICE je društvo, v katerem je prostor za otroke in starše, ki si želijo zdrav ter vsestranski osebnostni in športni razvoj.

Kontakt: 070 132 834, info@hdjesenice.si



KEMPO ARNIS JESENICE

Vrsta programa: Karate, ju-jitsu, krav maga ... (SP, T)

Starost otrok, ki jim je program namenjen: za otroke od 7. leta naprej.

Lokacija izvajanja programa: V hokejski hali Podmežakla, v prostorih kickbox kluba Samurai Gym.

Dodatne informacije: Trening poteka 2x tedensko. Termini vadb so v torek in četrtek od 17.30 do 18.30 v Samurai Gym prostorih, v športni hali Podmežakla. Vsebina treninga obsega ogrevanje, raztezanje in pripravo na glavni del treninga. V glavnem delu se učimo kate, tehnike udarjanja, brcanja, vzvodne tehnike, tehnike metov, parterne tehnike in davljenja. Vse tehnike apliciramo v prakso s pomočjo enega ali več partnerjev. Krepimo telo in duha za vsakodnevne izzive v življenju. Končni del treninga je raztezanje in ohlajanje.

Kontakt: 030 720 062, mitja@kempoarnis.com



PLANINSKO DRUŠTVO JESENICE – ŠPORTNO-PLEZALNI ODSEK

Vrsta programa: plezalna vadba 1 (5–7 let) (SP), plezalna vadba 2 (8–12 let) (SP), plezalna vadba 3 (13–18 let) (SP), plezalna vadba – tekmovalci (9–18 let) (T), plezalna vadba – odrasli (18+ let) (SP)

Lokacija izvajanja programa: Plezalna stena na Stari Savi

Kontakt: info@spojesenice.si



PLESNE IN ŠPORTNE STORITVE, Mojca Svetina s.p.

Vrsta programa in starost otrok, ki jim je program namenjen:

• Starmoves Hip Hop

Starmoves Hip Hop je plesni licenčni program, ki je namenjen otrokom in mladini od vključno 6. leta dalje. Zajema koreografije najbolj prepoznavnih plesalcev in koreografov iz vsega sveta. Med njimi so tudi: Misha Gabriel (Step Up, Michael Jackson – This is it), Jawn Ha (Mos Wanted Crew, Kinjaz), Quick Crew (Dancing Strawhats) in mnogi drugi. Plesne koreografije, ki se jih bodo otroci in mladina učili na tečajih oziroma treningih Starmoves hip-hopa, vsebujejo elemente različnih stilov urbanega plesa. Med drugim so to hip-hop, new style, house, street dance, locking, popping ter mnogi drugi.

Trenutno so treningi bolj rekreacijsko usmerjeni. V kolikor bi bilo dovolj interesa, se je možno v okviru Starmoves Hip Hop-a udeležiti tekmovanja v Nemčiji.

Urnik treningov:

- 1. Otroci stari od 6. do 9. let:** torek in četrtek od 18:15 do 19:15 (2x na teden)
- 2. Mladina stara 10 let in več:** torek in četrtek od 19:15 do 20:15 (2x na teden)

Lokacija treningov: primarna lokacija je OŠ Toneta Čufarja Jesenice, občasna lokacija pa športna dvorana Podmežakla.



• **Mali športnik (od vključno 4. leta do vključno 9. leta starosti) (SP)**

Mali športnik je športni program za otroke od vključno 4. leta do vključno 9. leta starosti. V okviru programa se bodo otroci naučili osnovne gibalne vzorce atletike, akrobatike, plesa, iger z žogo (ter plavanja in rolanja v kolikor bodo zagotovljeni pogoji izvedbe). Skozi zgoraj omenjene športne discipline bodo razvijali vse motorične (gibalne) sposobnosti: koordinacija, gibljivost, moč, preciznost, ravnotežje, hitrost (tudi agilnost).

Predšolsko obdobje in obdobje v prvem triletnju osnovne šole je tisto, ki zelo pozitivno pripomore k razvoju motoričnih sposobnosti posameznika. Dobrodošlo je, da otrok v tem obdobju pridobi čim več gibalnih izkušenj.

POMEMBNO: Program je namenjen razvoju in pridobivanju popolnoma osnovnih gibalnih vzorcev. V kolikor bi želeli, da vaš otrok trenira samo določen šport, se obrnite na športne klube, ki so usmerjeni samo v na primer atletiko, gimnastiko, ples, plavanje in/ali športe z žogo (odbojka, košarka in rokomet). Gre torej za rekreativni športni program brez možnosti tekmovanj.

Urnik treningov:

1. Otroci stari od 4. do 6. let:

- ali torek od 16:30 do 17:30 (1x na teden)
- ali četrtek od 16:30 do 17:30 (1x na teden)

2. Otroci stari od 7. do 9. let:

- ponedeljek od 16:30 do 17:30 (1x na teden)

Lokacija treningov: primarna lokacija je športna dvorana Podmežakla, v kolikor je izveden tečaj plavanja pa bazen.

Dodatne informacije:

- Starmoves Hip Hop: <https://mojcasvetina.si/starmoves-hip-hop>
- Mali športnik: <https://mojcasvetina.si/mali-sportnik>

Kontakt: 040-932-587 (Mojca), info@mojcasvetina.si



STRELSKO DRUŠTVO TRIGLAV JAVORNIK – KOROŠKA BELA

Vrsta programa: Streljanje z zračnim orožjem (SP in T) in streljanje z malokalibrskim orožjem (T)

Starost otrok, ki jim je program namenjen: Od 9. leta dalje za zračno orožje in od 13. leta za malokalibrsko orožje

Lokacija izvajanja programa: Cesta Borisa Kidriča 37/C (v zgradbi nad restavracijo Tunist in knjižnico na Slovenskem Javorniku)

Dodatne informacije: Program se izvaja od septembra od junija.

Kontakt: 041/375-502 (Melvin Babača), melvin.babaca@gmail.com



ŠAHOVSKO DRUŠTVO ŠD SIJ ACRONI JESENICE

Vrste programov:

• Mlajši osnovnošolci (splošna vadba) - starost 6–10 let

Šahisti spoznajo osnovna pravila šaha in obnašanja med šahovsko igro, uporabo šahovskega seta, gibanja figur, enostavne šahovske končnice, enostavne enopotezne probleme iz srednje igre, osnovne principi šahovskih otvoritev ...

Lokacija: osnovna šola

• Mlajši osnovnošolci (tekmovalni program) - starost 6–10 let

Odigrajo se šolska posamična in ekipna prvenstva. V primeru udeležbe vsaj dveh osnovnih šol se odigra občinsko posamično in ekipno prvenstvo, najboljši nastopijo na regionalnem prvenstvu.

Lokacija: osnovna šola

• Starejši osnovnošolci (splošna vadba) - starost od 11-15 let

Kompleksnejše šahovske končnice, repertoar šahovskih otvoritev, s pregledom partij boljših igralcev, z računalniškimi analizami. Igra v središnjicah (rokadni napadi, pozicijska igra, kombinacije, šahovski principi (slaba polja, slabi kmeti, vrednotenje figur v različnih tipih pozicij), uporaba šahovske ure.

Lokacija: osnovna šola



• **Starejši osnovnošolci (tekmovalni program) - starost od 11-15 let**

Odigrajo se šolska posamična in ekipna prvenstva. V primeru udeležbe vsaj dveh osnovnih šol se odigra občinsko posamično in ekipno prvenstvo, najboljši nastopijo na regionalnem prvenstvu.

Lokacija: osnovna šola

• **Mlajši osnovnošolci (SP in T - napredno) - starost 6-10 let**

Za tiste, ki jih šah močno zanima, vadba v šahovskem klubu Jesenice.

Lokacija: Šahovsko društvo Jesenice, Ledarska 4, Jesenice

• **Starejši osnovnošolci (SP in T - napredno) - starost 11-15 let**

Za tiste, ki jih šah močno zanima, vadba v šahovskem klubu Jesenice

Lokacija: Šahovsko društvo Jesenice, Ledarska 4, Jesenice

Kontakt (za vse programe):

- Janez Pavlin, tel: 031-678-804, mail: pavlin.mirka2@gmail.com
- Marko Pazlar, tel: 041-521-560, mail: markop4@hotmail.com



**ŠPORTNO DRUŠTVO JESENICE –
BALINARSKI KLUB JESENICE**

Balinarski klub Jesenice domuje v Logu Ivana Krivca – Bazi na Spodnjem Plavžu. Balinarska dvorana omogoča vadbo in aktivnosti preko celega leta. Z uvedbo novih disciplin balinanja in z vedno bolj modernimi pravili je balinarski šport postal privlačen tudi za mlade. Tudi uspehi slovenskih balinarjev v evropskem in svetovnem merilu so lahko magnet za mlade. V BK Jesenice poleg tekmovalnega balinanja že vrsto let organizirajo tudi rekreativno balinanje za ženske in moške različnih starosti. V klub se lahko včlanijo tako mladi (od 6. leta dalje) kot tudi manj mladi do poznih starosti.

Kontakt: 041 253 174 (Miloš Mikolič)



ŠPORTNO DRUŠTVO JESENICE – DRSALNI KLUB JESENICE

Vrsta programa:

- Začetni program (učenje drsanja, splošna vadba)
- Začetna tekmovalna skupina D
- Mlajša tekmovalna skupina C
- Starejša tekmovalna skupina B
- Tekmovalna mladinska skupina A

Starost otrok, ki jim je program namenjen:

- Začetni program (učenje drsanja, splošna vadba) – od 4 do 11 let
- Začetna tekmovalna skupina D – od 5 do 8 let
- Mlajša tekmovalna skupina C – od 6 do 10 let
- Starejša tekmovalna skupina B – od 11 do 15 let
- Tekmovalna mladinska skupina A – od 15 let dalje

Lokacija izvajanja programa: Športna dvorana Podmežakla

Dodatne informacije: V Drsalnem klubu Jesenice v prvem delu učijo otroke drsanja, v nadaljevanju pa jih tudi trenirajo in pripravljajo za tekmovanja. Klub ima bogato tradicijo in v svojih vrstah veliko državnih prvakinj in prvakov ter udeležencev najvišjih evropskih in svetovnih tekmovanj v umetnostnem drsanju.

Kontakt: 041 444 414, dkjesenice@gmail.com



Foto: DK Jesenice



ŠPORTNO DRUŠTVO JESENICE – KEGLJAŠKI KLUB JESENICE

Kegljanje je eden od jeseniških tradicionalnih športov. Športna panoga je primerna za vse starosti obeh spolov. Kegljaški klub Jesenice domuje v Športnem parku Podmežakla, kjer je štiristezno kegljišče.

Vrsta programa:

• Kegljaška šola za deklice in dečke od 6. do 12. leta

Treningi potekajo 2x tedensko. Poleg osnov kegljanja se na treningih posveča veliko pozornosti tudi razvoju gibalnih sposobnosti. Vpis je možen vsak torek in četrtek od 15. do 18. ure na kegljišču, lahko pa pokličete vodjo kegljaške šole Nika Medjo na tel. št. 040 572 865.

• Kegljaške selekcije, usmerjene v kakovostni in vrhunski šport (dečki, deklice U12, U14 in U16 ter mladinke in mladinci)

V te selekcije se lahko vključijo tudi tisti, ki niso obiskovali kegljaške šole, pa bi se od 12. do 18. leta radi aktivno ukvarjali s kegljanjem. Kegljaški šport je po svoje specifičen tudi zaradi tega, ker starost ob začetku treniranja sploh ni pomembna. Vse informacije dobite pri vodji kegljaške šole Niku Medji na tel. št. 040 572 865.

• Rekreatijsko kegljanje za ženske in moške

Izjava se pod strokovnim vodstvom vsak torek in četrtek od 1. septembra dalje. Prijavite se lahko pri Robertu Frelihu na tel. št. 031 355 183.

Že več kot dve desetletji pa na Jesenicah poteka rekreacijska kegljaška liga v okviru Športnih iger Jesenic. Tekme potekajo v ponedeljkih in petkih. Ekipa ima najmanj 4 člane. Tekmovanje je primerno tudi za ekipe delovnih organizacij, društev upokojencev, drugih društev. Vse informacije dobite pri Branku Jeršinu na tel. št. 041 676 554.



ŠPORTNO DRUŠTVO JESENICE – KEGLJAŠKI KLUB NA ASFALTU JESENICE

Vrsta programa: Kegljanje (tradicionalno na devet kegljev)

Starost otrok, ki jim je program namenjen: Od 14 let naprej

Lokacija izvajanja programa: od aprila do oktobra na asfaltni podlagi na Tržnici Jesenice (poleg Gornjesavskega muzeja Jesenice), od 15. oktobra do 15. marca na ledeni ploskvi.

Dodatne informacije: Vadba je na rekreativnega značaja po obvladanju osnov kegljanja pa se lahko priključite tekmovalnemu kegljanju in sodelujete na tekmovanjih za državno prvenstvo. V primeru doseženih izrednih rezultatov se udeležite tekmovanj za evrpsko ali svetovno prvenstvo v mlainški ali članski konkurenci. Orodje (keglje, ročaje in drsne plošče) bo za začetek poskrbel Kegljaški klub na ledu Jesenice. Zaželeno je da ste oblečeni v športna oblačila in obutev. Na vadbo ste vabljeni udeleženci od 14 let dalje. Tekmovanj za državno prvenstvo se udeležijo v ženski in moški kategoriji, ki dopolnijo 14 let. Za starejše tekmovalke in tekmovalce ni starostnih omejitev. Treniramo 2 x tedensko ob torkih in četrkih. Z vadbo začnemo ob 19 uri.

Kontakt: 041 652 709 (Zoran Kramar), 041 485 227 (Miran Lindič)



Foto: pxhere



ŠPORTNO DRUŠTVO JESENICE – KOŠARKARSKI KLUB MOŠKI JESENICE

Vrsta programa: Košarka – začetniki (SP), košarka (T)

Starost otrok, ki jim je program namenjen:

- Košarka - začetniki (SP) – 7 let
- Košarka (T) – 9 let

Lokacija izvajanja programa: Telovadnica OŠ Prežihovega Voranca Jesenice
(vhod zadaj)

Dodatne informacije: Treningi potekajo ob ponedeljkih, sredah in petkih med 15.30 in 17.00. Vadeči v vadbenih skupinah so razporejeni v vadbene skupine glede na starost in znanje.

Kontakt: 041 682 871 (Primož Samar), primoz.samar@gmail.com



ŠPORTNO DRUŠTVO JESENICE – NAMIZNOTENIŠKI KLUB JESENICE

Vrsta programa: namizni tenis

Starost otrok, ki jim je program namenjen:

- splošna vadba otroci do 10 let
- splošna vadba otroci 10 do 12 let
- splošna vadba otroci 12 do 15 let
- splošna vadba mladina 15 do 19 let
- tekmovalni značaj otroci 10 do 12 let
- tekmovalni program otroci 12 do 15 let
- tekmovani program mladina 15 do 19 let

Lokacija izvajanja programa: Namiznoteniška dvorana v Športni dvorani Podmežakla

Dodatne informacije: Vsi otroci in mladina bodo spoznavali osnovne veščine namiznoteniške igre. Glede na njihov interes po tekmovalnosti bomo le to tudi omogočali. Pri vseh bomo spodbujali razvoj koordinacije, motorike in športnega, zdravega načina življenja.

Kontakt: 041 452 836 (Milana Krmelj), milana.krmelj@gmail.com



ŠPORTNO DRUŠTVO JESENICE – NOGOMETNI KLUB JESENICE

Vrsta programa:

• Otroci s posebnimi potrebami od 6 do 12 let (SP)

Lokacija: Športni park Podmežakla

Kontakt: Samir Muminović, NKJeseniceSM@gmail.com

• Otroci do 6 let - letnika 2017 in 2018 (SP)

Lokacija: Športni park Podmežakla

Kontakt: Ervin Salihović, NKJeseniceES@gmail.com

• Otroci do 7 let - letnik 2016 (SP)

Lokacija: Športni park Podmežakla

Kontakt: Ervin Salihović, NKJeseniceES@gmail.com

• Otroci do 8 let - letnik 2015 (SP)

Lokacija: Športni park Podmežakla

Kontakt: Edin Vikić, NKJeseniceEV@gmail.com

• Otroci do 9 let - letnik 2014 (SP)

Lokacija: Športni park Podmežakla

Kontakt: Boštjan Podgoršek, NKJeseniceBP@gmail.com

• Otroci do 10 let - letnik 2013 (T)

Lokacija: Športni park Podmežakla

Kontakt: Samir Muminović, NKJeseniceSM@gmail.com

• Otroci do 11 let - letnik 2012 (T)

Lokacija: Športni park Podmežakla

Kontakt: Asmir Jusufagić, NKJeseniceChairman@gmail.com

• Otroci do 12 let - letnik 2011 (T)

Lokacija: Športni park Podmežakla

Kontakt: Ajdin Redžić, NKJeseniceAR@gmail.com

• Otroci do 13 let - letnik 2010 (T)

Lokacija: Športni park Podmežakla

Kontakt: Alen Kuzmić, NKJeseniceAK@gmail.com

• Otroci do 15 let - letnika 2008 in 2009 (T)

Lokacija: Športni park Podmežakla

Kontakt: Darjo Railić, NKJeseniceDR@gmail.com

Splošni kontakt: nkjesenice@gmail.com



ŠPORTNO DRUŠTVO JESENICE – ODBOJKARSKI KLUB JESENICE

Vrsta programa in starost otrok: treningi potekajo v različnih starostnih skupinah.

Lokacija izvajanja programa: Treningi potekajo na OŠ Toneta Čufarja

Kontakt: 051 203 635 (Darja Ambrožič)



ŠPORTNO DRUŠTVO JESENICE – SANKAŠKI KLUB JESENICE

Vrsta programa: Rekreativno sankanje za otroke (SP)

Lokacija izvajanja programa: Savske jame – Planina pod Golico, kjer je v neposredni bližini tudi možnost parkiranja.

Dodatne informacije: V času zime od decembra do srede marca je v primeru zadostnih snežnih padavin možno rekreativno sankanje za otroke vse starosti. Predvsem v času božično–novoletnih in zimskih počitnic in ob sobotah in nedeljah je možnost izposoje večjega števila sank, tudi otroških. Sprejemajo pa tudi organizirane skupine, npr. tudi osnovne šole za izvedbo športnih dni.

Kontakt: 051 372 753 (Klemen Rev), sak.jesenice@gmail.com, FB: sakjesenice



Foto: phtere



ŠPORTNO DRUŠTVO JESENICE – ŽENSKI KOŠARKARSKI KLUB JESENICE

Vrsta programa in starost otrok: splošna vadba (SP);
program tekmovalnega značaja (T)

- SP - košarka dekleta od 8 do 12 leta
- T - košarka dekleta od 13 – 15 leta
- T - košarka dekleta od 15 – 17 leta
- T - košarka članice starost nad 18 let

Lokacija izvajanja programa: Telovadnica OŠ Prežihovega Voranca Jesenice

Dodatne informacije: Vpis poteka vsak ponedeljek, sredo in petek ob 17. uri v telovadnici OŠ Prežihovega Voranca Jesenice.

Kontakt: 041 744 349 (Toni Čebulj), kgj.zkk@gmail.com,
FB: ŽKK Kranjska Gora – Jesenice



TAEKWON – DO KLUB THOR JESENICE

Vrsta programa: Tae kwon-do (T)

Starost otrok, ki jim je program namenjen: Od 5. do 15. leta starosti.

Lokacija izvajanja programa: Na OŠ Koroška Bela in na OŠ Prežihovega Voranca Jesenice.

Dodatne informacije: Trening za začetnike poteka 2x tedensko. Na treningih člani osvajajo različne tehnike ročnih in nožnih udarcev ter blokad, učijo se samoobrambe ter kasneje tudi športne borbe.

Kontakt: 031 567 446, tkdklub.thor@gmail.com



ŠPORT ZA ZABAVO

V sklopu participativnega proračuna občine Jesenice JES odločam za obdobje 2022–2023 je bil predlagan in izglasovan projekt »Šport za zabavo«. Projekt, katerega nosilec bo Zavod za šport Jesenice, bo izveden v sodelovanju z lokalnimi športnimi društvi, ki bodo izvajala splošno vadbo. Namen programa je mlade seznaniti z različnimi športnimi panogami ter jih tako naučiti različnih gibalnih vzorcev. Vsako v programu udeleženo športno društvo bo pripravilo dva treninga, namenjena začetnikom. Program se bo izvajal od oktobra do aprila, mladi pa se bodo na ta način lahko seznanili ne le z eno, temveč z več športnimi panogami. Seznam društev in termini vadbe bodo objavljeni naknadno, vadba pa bo potekala enkrat tedensko. Namen programa ni tekmovanje in treniranje določene športne panoge, temveč predstavljanje posameznih športnih panog mladim, ki se bodo tako mogoče lažje in hitreje odločili za športno pot.

Splošne informacije o programu:

- Program bo za udeležence brezplačen.
- Vrsta programa: splošna vadba
- Program bo namenjen mladim od 6 let dalje
(pri nekaterih športnih panogah bo določeno drugače)
- Lokacija izvajanja programa: jeseniški športni objekti

Več informacij o programu bo v mesecu septembru na voljo na spletni strani Zavoda za šport Jesenice.