**JUHUU JESENSKE POČITNICE**

Projekt bo potekal v času jesenskih počitnic in sicer od 28.10.2019 do 31.10. 2019, vsak dan v dopoldanskem času od 9.00 do 12.00., v popoldanskem času pa v rednih terminih naslednje vadbe društva:

* Tor in čet od 16.30 do 17.30 Andokai Aikido Mali samuraji / 3 – 7 let
* Tor in čet od 17.30 do 19.00 Andokai Aikido, Jiu – Jitsu / 8-15 let
* Pon in sre od 19.00 do 20.00 Funkcionalna vadba TRX in Swiss ball

Vsebine programa bodo naslednje:

|  |
| --- |
| Andokai Aikido |
| Jiu-Jitsu |
| ABC Zdrava vadba |
| Swiss ball, TRX |
| Igre s kolebnico, obroči, štafetne igre, družabne igre,… |
| Predavanja o zdravem načinu življenja, o nasilju med mladimi in zavedanju težav, s katerimi se srečujejo mladi. |

**• aktivno preživljanje prostega časa;**

**• dejavnosti med šolskimi počitnicami**

**• aktivnosti z brezplačnim varstvom**

**• vključevanje mladih z manj priložnostmi**

**• zmanjševanje diskriminacije in socialne izključenosti mladih ter osveščanje in sprejemanje drugačnosti**

**• spodbujanje zdravega in aktivnega načina življenja mladih**