



NIJZ Nacionalni inštitut
za javno zdravje



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI
SOCIALNI SKLAD

TESTI HOJE na 2km 2019



DATUM	KRAJ	LOKACIJA	URA
TOREK, 9.4.2019	VIPAVA	STADION VIPAVA	16.00 - 18.00
TOREK, 7.5.2019	VIPAVA	STADION VIPAVA	8.00 - 10.00
TOREK, 14.5.2019	AJDOVŠČINA	ŠPORTNI PARK RIBNIK	16.00 - 18.00
TOREK, 4.6.2019	AJDOVŠČINA	ŠPORTNI PARK RIBNIK	8.00 - 10.00
TOREK, 11.6.2019	VIPAVA	STADION VIPAVA	17.00 – 19.00
TOREK, 10.9.2019	AJDOVŠČINA	ŠPORTNI PARK RIBNIK	17.00 – 19.00
TOREK, 8.10.2019	VIPAVA	STADION VIPAVA	16.00 - 18.00

ZDRAVSTVENI DOM AJDOVŠČINA

CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA

BEVKOVA13, AJDOVŠČINA

INFORMACIJE: 05 93 43 171 , e-mail ckz-vodja@zd-ajdovscina.si

PREDTESTNE PRIPRAVE

- ❖ **Dva do tri ure pred začetkom** ne uživajte obilnejših obrokov hrane **in** ne kadite.
- ❖ **Na dan preizkusa in dan pred njim** se izogibajte težjim telesnim naporom.
- ❖ **Na dan preizkusa in dan poprej** ne pijte alkohola in ne uživajte poživil.
- ❖ Za preizkus se oblecite in obujte udobno in športno.



ZDRAVSTVENI DOM AJDOVŠČINA

CENTER ZA KREPITEV ZDRAVJA

BEVKOVA13, AJDOVŠČINA

INFORMACIJE: 05 93 43 171 , e-mail ckz-vodja@zd-ajdovscina.si