

URNIK – UNIVERZA ZA TRETJE ŽIVLJENJSKO OBDOBJE (OKTOBER 2025)

ponedeljek	torek	sreda	četrtek	petek	sobota in nedelja
		1	2	3	4 & 5
6	7	8	9 POHODNIŠTVO Destinacija: Miramarski grad Športni park – parkirišče 14:30	10	11 & 12
13 JOGA – skupina 1 Zelena dvorana (VGC) 8:00 – 9:15 RASTLINSTVO DOMAČIH KRAJEV Ljudska univerza, učilnica 10 9:30 – 11:00 SSU delavnica: PAMETNI TELEFON Ljudska univerza, učilnica 10 16:30 – 18:00 Prijave in dodatne informacije: ana.sabec@lu-postojna.si ali 05 72 11 284	14 SKRITI BISERI SLOVENIJE Ljudska univerza, učilnica 10 10:00 – 11:30	15 JOGAROBICA – skupina 1 Zelena dvorana (VGC) 8:00 – 9:00 »ZDRAVO STARANJE« - CKZ <i>»Gibanje in psihološke delavnice«</i> <i>Zdrava leta s testiranjem telesne pripravljenosti (priporočena športna oprema in obutev) ter predstavitev psiholoških delavnic (stres, tesnoba, depresija)</i> Ljudska univerza, učilnica 10 9:30 – 11:30 NORDIJSKA HOJA Parkirišče za Ljudsko univerzo 12:30 – 14:00 ŠČEPEC NARAVE Ljudska univerza, učilnica 9 15:00 – 17:15	16 JOGA – skupina 2 Zelena dvorana (VGC) 8:00 – 9:15	17 TELOVADBA (dopoldanska skupina) Dvorana – Športni park Postojna 8:00 – 9:00 JOGAROBICA – skupina 2 Zelena dvorana (VGC) 10:30 – 11:30	18 & 19

20 JOGA – skupina 1 Zelena dvorana (VGC) 8:00 – 9:15 RASTLINSTVO DOMAČIH KRAJEV Sprehod v naravi: Pečna reber Zbirno mesto: pri koči Mladika (v primeru slabega vremena je nadomestni datum 27.10.) 9:30 – 11:00	21 »ZDRAVO STARANJE« - CKZ <i>»Meritve in tehnike sproščanja«</i> Meritve gleženjskega indeksa, krvnega sladkorja in pritiska, dietetika Ljudska univerza, učilnica 10 ter 11 9:30 – 11:30 TELOVADBA (popoldanska skupina) OŠ Antona Globočnika – mala dvorana 19:00 – 20:00	22 JOGAROBICA – skupina 1 Zelena dvorana (VGC) 8:00 – 9:00 ANGLEŠČINA (začetna) Ljudska univerza, učilnica 1 9:30 – 11:00 ZGODOVINSKI KROŽEK Ljudska univerza, učilnica 5 10:00 – 11:00 NORDIJSKA HOJA Parkirišče za Ljudsko univerzo 12:30 – 14:00	23 JOGA – skupina 2 Zelena dvorana (VGC) 8:00 – 9:15 ANGLEŠČINA (nadaljevalna) Ljudska univerza, učilnica 1 9:30 – 11:00 SKRITI BISERI SLOVENIJE Ekskurzija z vlakom v Narodno galerijo »Razstava barok v Sloveniji« <i>Vse informacije bodo sporočene naknadno</i> POHODNIŠTVO Destinacija: Unška koliševka Športni park – parkirišče 14:30	24 TELOVADBA (dopoldanska skupina) Dvorana – Športni park Postojna 8:00 – 9:00 JOGAROBICA – skupina 2 Zelena dvorana (VGC) 10:30 – 11:30	25 & 26
27	28 SKRITI BISERI SLOVENIJE Ljudska univerza, učilnica 10 10:00 – 11:30	29 ANGLEŠČINA (začetna) Ljudska univerza, učilnica 1 9:30 – 11:00 NORDIJSKA HOJA Parkirišče za Ljudsko univerzo 12:30 – 14:00	30 ANGLEŠČINA (nadaljevalna) Ljudska univerza, učilnica 1 9:30 – 11:00	31 PRAZNIK	

V tednu od 27.10. do 31.10. zaradi počitniškega varstva in šolskih počitnic odpadejo naslednje dejavnosti: JOGA, JOGAROBICA, TELOVADBA.