



SATNICA SAJMA START 2019

Split, Športski centar Gripe, 22. - 24. 02. 2019.

09:00 - 20:00 19. Splitski polumaraton
 10:00 - 19:00 19. Splitski polumaraton - radno vrijeme za izlagače

Programi kroz sva tri dana i u glavnoj dvorani

Cross natjecanje
 Street workout, vanjski izložbeni prostor
 Predstavljanje borilačkih sportova Ring Top, Podstrana

Petak, 22. 02. 2019.

11:00 - 11:30	Joga & Streching	Guliver Fitness	Trenerica: Polina
11:30 - 12:00	Dance Step	Guliver Fitness	Trenerica: Polina

Subota, 23. 02. 2019.

09:00 - 20:00 19. Splitski polumaraton
 10:00 - 19:00 19. Splitski polumaraton - radno vrijeme za izlagače

Predavanja u konferencijskoj dvorani		Predavači:
10:00 - 11:30	Doping i opasnost upotrebe nedozvoljenih sredstava	dr. med. Josip Zekić
	Opcije prevencije i liječenja ozljeda u fitnesu i sportu	dr. med. Josip Zekić
11:30 - 12:30	Rehabilitacija mehaničkih ozljeda kralježnice	Ivan Porobija
13:00 - 14:00	Smjernice zdrave prehrane djece u osnovnim školama	Olivera Stričević
16:00 - 17:00	Predstavljanje staze maratona 2020.	Kristijan Sindik i Zdravko Jadrijević
19:30 - 20:30	Regulacija tjelesne težine pravilnom prehranom	Dragana Olujić

Fitness konvencija - Cosmosport dvorana Gripe

10:00 - 13:30	Radionica: Kako kreirati grupni trening uz glazbu + masterclass (basic aerobic)	Fitness konvencija - Centar zdravlja Cosmosport	Voditeljica: Daria Bilić
---------------	---	---	--------------------------

11:00 - 11:30	Joga & Streching	Guliver Fitness	Trenerica: Polina
11:30 - 12:00	Dance Step	Guliver Fitness	Trenerica: Polina
14:30	Natjecanje u powerliftingu	Rux Powerlifting	Voditelj: Mario Rukavina
17:30 - 18:00	Pilates	Guliver Fitness	Trenerica: Anita
18:00 - 18:30	Pump	Guliver Fitness	Trenerica: Anita
18:30 - 19:00	Speed Cycling	Guliver Fitness	Trener: Mijo

Nedjelja, 24. 02. 2019.

09:00 - 20:00	19. Splitski polumaraton
10:00 - 19:00	19. Splitski polumaraton - radno vrijeme za izlagače

Fitnes konvencija - Mala dvorana Gripe			
10:00 - 10:45	Safe Spine Pilates	Mint Fitness Factory	Trenerica: Marija Stipičić
10:45 - 11:30	Tae Bo	Cosmosport	Trenerica: Daria Bilić
11:30 - 12:15	Athletic body	F&T	Trener: Goran Mulalić
12:15 - 13:00	Kangoo Jumps	Plesni studio STEP	Trenerice: Karmen Matić i Elsie Angeles Novaković
13:00 - 13:30	Running Prep Drills	Cosmobox	Trener: Luka Fuzul
13:30 - 14:00	Pauza - Presentacija Plesne škole "Školjkice"		
14:00 - 14:45	Glutes&Core	BeStrong Fitness - Giryra	Trener: Borna Sirišević
14:45 - 15:30	Step Sensation	Cosmosport	Trener: Jelena Carević
15:30 - 16:15	Yoga Run	Mint Fitness Factory	Trenerica: Tina Vuko
16:15 - 16:45	Zumba Kids	Plesni studio STEP	Trenerica: Elsie Angeles Novaković
16:45 - 17:30	Zumba Pilates	Plesni studio STEP	Trenerica: Elsie Angeles Novaković

11:00 - 11:30	Joga & Streching	Guliver Fitness	Trenerica: Polina
11:30 - 12:00	Booty Dance	Guliver Fitness	Trenerica: Polina
12:00	Otvoreni turnir u obaranju ruke		Armwresting club Split