



* **CRNOGORSKI SAVEZ SPORTSKE REKREACIJE,, SPORT ZA SVE “**
* **NVU PUTEVIMA PREDAKA**

O R G A N I Z U J U

* **POVODOM SVJETSKOG DANA PJEŠAČENJA 15 OKTOBRA**

DAN PJEŠAČENJA – TREBJESA 2025

* **15. oktobar 2025. godina**



* **DOBRO DOŠLI !**

SVJETSKI DAN PJEŠAČENJA TREBJESA 2025



Crnogorski savez sportske rekreacije „Sport za sve“ i NVU Putevima predaka iz Nikšića, uz podršku Ministarstva sporta i mladih Crne Gore su organizovali, 15.oktobra 2025.godine, dan pješačenja Trebjesa 2025 u Nikšiću. Tehnički organizator i domaćin takmičenja je bilo NV U Putevima predaka iz Nikšića.

Na Trebjesi juče je obilježen Svjetski dan pješačenja, uz učešće više od 60 ljubitelja prirode i rekreacije različite starosne dobi. Organizatori su podsjetili da se Svjetski dan pješačenja obilježava 15. oktobra svake godine sa ciljem promovisanja koristi pješačenja za zdravlje.

Okupljeni su uživali u šetnji dugoj četiri kilometra kroz zaštićeno područje Trebjese, po uređenim rekreativnim i biciklističkim stazama, uz stručnu pratnju vodiča. Najmlađi učesnici — djeca iz vrtića *Kosovka djevojka* sa svojim vaspitačima — imali su priliku da kroz kratko edukativno predavanje upoznaju biljni svijet Trebjese i načine obilježavanja planinskih staza.



Okupljeni su uživali u šetnji dugoj četiri kilometra kroz zaštićeno područje Trebjese, po uređenim rekreativnim i biciklističkim stazama, uz stručnu pratnju vodiča. Najmlađi učesnici — djeca iz vrtića *Kosovka djevojka* sa svojim vaspitačima — imali su priliku da kroz kratko edukativno predavanje upoznaju biljni svijet Trebjese i načine obilježavanja planinskih staza. Na vrhu Trebjese, na 752 metra nadmorske visine, učesnici su izvodili kratki program vježbi koji je pripremila Milanka Žarković, uz poruku o značaju boravka na otvorenom i fizičke aktivnosti na čistom vazduhu. Sa najljepšeg nikšićkog vidikovca poslata je i poruka o značaju povezivanja sa prirodom i zajednicom, ali i o ekologiji — jer, kako su poručili organizatori, pješaćenje doprinosi očuvanju zdravlja, ali i smanjenju zagađenja.





Šetnja je, bila i prilika da podsjetite i na "ružičasti" oktobar i na preventivne preglede koje se ženama nakon četrdesete godine preporučuju."Pa smo kao poklon jednu učesnicu nagradili besplatanim pregledom u ordinaciji Balans", dodali su iz NVU Putevima predaka.

Pored djece iz vrtića Kosovka djevojka koja su šetali uz svoje vaspitače Stanu Medojević, Natašu Perošević i Borisa Marušića, učešće na događaju uzeli su rekreativci, DSR Veterani Nikšić i članice udruženja SRD&MM ISKRA iz Podgorice, kao i članovi NVU Putevima predaka.



Svi učesnici koji su učestvovali danu pješaćenja dobili su zahvalnicu za podršku događaju.



Crna Gora je i ove godine bila dio velikog evropskog i svjetskog pokreta koji promovise fizičku aktivnost, zdravlje i zajedništvo. U okviru Evropske nedelje sporta, koja se održava pod sloganom „BeActive: Kreći se više – skroluj manje!“, članice Crnogorskog saveza sportske rekreacije širom zemlje realizovale su brojne aktivnosti namjenjene građanima svih uzrasta, a posebno mjesto u ovom nizu događaja zauzelo je i obelježavanje Svjetskog dana pješaćenja, koji je ove godine obelježen 15. oktobra 2025. godine.



U isto vrijeme kada su gradovi širom Evrope obelježavali Evropsku nedelju sporta, Crna Gora se pridružila i svetskoj inicijativi „World Walking Day“, koja je okupila milione ljudi u 24-časovnoj globalnoj štafeti pokreta posvećenoj zdravlju, solidarnosti i pozitivnim društvenim promenama.

Naše članice su u svojim lokalnim zajednicama organizovale pješačke ture, porodične šetnje, rekreativne i edukativne radionice, čime su simbolično spojile evropsku i svjetsku kampanju u zajedničku poruku – da fizička aktivnost pripada svima i da svaki korak znači više kada se napravi zajedno



Svetski dan pješaćenja pokazao je da pokret ima snagu da spoji ljude, dok je Evropska nedelja sporta podsjetila da je svako mesto dobro mesto za fizičku aktivnost – bilo da je to teretana, školsko dvorište ili obična gradska ulica.

„Svetski dan pješaćenja je više od samog pokreta – on je simbol solidarnosti i zajedništva. Ovaj dan povezuje ljude širom svijeta i pokazuje da svaki korak može da inspiriše promjene“, poručili su organizatori inicijative.



Druženje na Trebjesi proteklo je u vedroj atmosferi, uz zajedničko uživanje u prirodi, kretanju i lijepim porukama zdravlja i solidarnosti.