



**Magiczny
Kraków**

Zajęcia sportowe dla dzieci w MOS

2021-07-17

Międzyszkolne Ośrodki Sportowe w Krakowie zapraszają na zajęcia sportowe dla dzieci.

MOS Wschód

W okresie **od lipca do sierpnia** na terenie Międzyszkolnego Ośrodka Sportowego Kraków „Wschód” organizowane są **półkolonie sportowe** dla dzieci z terenu Krakowa.

Planowanych jest dziewięć pięciodniowych turnusów, które będą odbywały się od poniedziałku do piątku, w godz. od 7.00 do 17.00. W ciągu dnia planowane są dwa bloki zajęć sportowych trwających po 90 min., podczas których uczestnicy półkolonii będą mieli okazję zapoznać się z różnymi dyscyplinami sportowymi – piłką nożną i siatkową, tenisem stołowym czy szachami.

Ponadto, zostaną przygotowane specjalne stacje sportowe, tory przeszkód i sprawnościowe, skoki w dal, biegi na różne dystanse, gry zręcznościowe, turnieje czy zawody. Rozpoczęcie pierwszego bloku zajęć planowane jest na godzinę 9.00, a kolejnego na godzinę 14.00. Po zajęciach sportowych, dzieci będą mogły spędzić czas w specjalnych strefach: plażowej, plastycznej, trampolin, gier i zabaw oraz relaksu.

Dodatkowo dla uczestników półkolonii są zaplanowane mini-olimpiady, gry terenowe, festiwal kolorów oraz baniek. Zwieńczeniem wydarzenia są atrakcyjne wycieczki poza teren Ośrodka. Spośród wszystkich uczestników będą losowane nagród – m.in. sprzęt sportowy, loty widokowe balonem czy wyjazd do Disneyland w Paryżu.

MOS Zachód

Międzyszkolny Ośrodek Sportowy Kraków „Zachód” zaprasza dzieci z krakowskich szkół podstawowych na nieodpłatne **zajęcia rekreacyjne**, które odbywają się na terenie ośrodka zlokalizowanym przy placu Na Groblach 23.

Od poniedziałku do piątku, w godz. od 10.00 do 14.00 na stadionie MOS „Zachód”, na dzieci czekają wykwalifikowani nauczyciele – instruktorzy ośrodka, którzy w programie oferują atrakcyjne zabawy, tory przeszkód czy grę w piłkę lub unihokeja. Dodatkowo, uczestnicy mogą wziąć udział w biegach na 60 m, skokach w dal czy rzutach piłeczką palantową. Wszystko zostanie zmierzone i przeliczone.

Dla chętnych, także mikro treningi z wybranych dyscyplin sportu, które pomogą w rozwijaniu umiejętności technicznych oraz sprawności. Każdy chętny będzie miał swojego trenera osobistego, który pomoże mu w rozwijaniu poszczególnych cech motorycznych. Zajęcia prowadzone są nieodpłatnie.

Warunki uczestnictwa w zajęciach:



**Magiczny
Kraków**

- zgłoszenie dziecka do instruktora MOS „Zachód” w godz. prowadzenia zajęć
- strój sportowy
- maseczka ochronna w budynku.

KSOS

Krakowski Szkolny Ośrodek Sportowy zaprasza na **turnusy kolonijne** w KSOS Bazie Szkoleniowo – Wypoczynkowej „Lubogoszcz”. Na turnus w okresie od 21 sierpnia do 30 sierpnia otwarta jest lista rezerwowa. Dla starszych dzieci, organizowany jest specjalny **turnus survivalowy** w terminie od 2 sierpnia do 15 sierpnia. Zapisy na kolonie odbywają się elektronicznie poprzez [stronę](#).

Relacje z codziennych kolonijnych aktywności są udostępniane na [Facebooku](#).

Trwa nabór do projektu **„Rodzinne pływanie 2021”** organizowanego przez Ośrodek Sportowo-Rekreacyjny „Kurdwanów Nowy” w Krakowie. Do bezpłatnego udziału w programie zapraszamy rodziny maksymalnie 5-os. (max. 3 dzieci w wieku od 5 do 16 lat), zamieszkałe na terenie Gminy Miejskiej Kraków. Więcej informacji oraz elektroniczny system rezerwacji miejsc znajduje się na [stronie](#).

Trwa drugi z dziewięciu zaplanowanych turnusów półkolonii w Krakowskim Szkolnym Ośrodku Sportowym. Pełne sportowych atrakcji, 5-dniowe turnusy, trwać będą do 27 sierpnia na obiektach przy al. Powstania Warszawskiego 6. Zapisy na półkolonie odbywają się elektronicznie poprzez [stronę](#).

Relację z codziennych półkolonijnych aktywności są udostępniane na [Facebooku](#).