



**Magiczny
Kraków**

W sobotę zajęcia lekkoatletyczne dla dzieci i młodzieży

2024-11-26

W sobotę, 30 listopada zapraszamy dzieci i młodzież w wieku 6-18 lat na bezpłatne zajęcia lekkoatletyczne - w ramach cyklu „Dzieciaki na start”.

Na sobotnie zajęcia trenerzy zaplanowali m.in. naukę rozgrzewki lekkoatletycznej oraz prawidłowego wykonywania ćwiczeń sprawnościowych i technicznych. W części głównej uczestników czeka praca nad wydolnością – poprzez biegi na określonych odcinkach. Będą też gry i zabawy ruchowe. Młodzi miłośnicy aktywności fizycznej zapoznają się z różnymi metodami rozwijania wydolności. Trening będzie trwał około 1,5 godziny.

Zajęcia odbędą się na świeżym powietrzu w Parku Lotników Polskich. Zbiórka o godz. 9.00 przy fontannie (od strony al. Jana Pawła II).

Zajęcia są bezpłatne, [obowiązują zapisy](#) – limit uczestników: 30 osób.

[Dowiedz się więcej na temat zajęć](#)