



**Magiczny
Kraków**

Trenuj w Krakowie! Zajęcia biegowe i ogólnorozwojowe dla najmłodszych

2022-05-22

Dziś czekają nas kolejne bezpłatne zajęcia w ramach tegorocznej edycji prowadzonego przez Zarząd Infrastruktury Sportowej w Krakowie projektu „Trenuj w Krakowie!”, który wpisuje się w miejską kampanię „Kraków w formie”. Zapraszamy dzieci i młodzież na trening ogólnorozwojowy pod hasłem „Dzieciaki na start!”.

[Dzieciaki na start!](#)

Rodzice! Zmotywujcie swoje pociechy i przyprowadźcie na trening prowadzony przez wykwalifikowanych trenerów, w tym przez osoby z kierunkowym wykształceniem do pracy z najmłodszymi. Dzieciaki! Dołączcie do nas! Zapraszamy na zajęcia ogólnorozwojowe młodych miłośników aktywności fizycznej od 6 do 18 roku życia. Treningi są bezpłatne, ale obowiązują zapisy! Warunkiem udziału w zajęciach jest zgłoszenie uczestnika/uczestniczki poprzez [formularz](#) zamieszczony na stronie internetowej www.zapisy.zis.krakow.pl. Wcześniej należy zapoznać się z [regulaminem](#).

Kiedy: dziś, godz. 10.00 (formularz zgłoszeniowy [TUTAJ](#))

Całoroczny harmonogram zajęć znajduje się [TUTAJ](#).

Gdzie: zbiórka przy fontannie w Parku Lotników Polskich (od strony al. Jana Pawła II), na terenie którego zaplanowane są zajęcia.

Co będziemy robić?

Zajęcia będą miały charakter ogólnorozwojowy, z akcentem na skoczność i siłę kończyn dolnych w warunkach naturalnych. Będziemy bawić się przez ruch. Bedzie trochę biegania, trochę torów przeszkód.

Zapraszamy na zajęcia! Poprzez ruch dzieci się rozwijają. Nie bójmy się, że się zmęczą – to również jest im potrzebne!

[Kadra trenerska](#)

[Regulamin zajęć](#)