



**Magiczny
Kraków**

Biegaj w Krakowie!

2023-02-06

4 lutego odbyły się pierwsze w tym roku zajęcia „Biegaj w Krakowie!”, w ramach prowadzonego przez Zarząd Infrastruktury Sportowej projektu „Trenuj w Krakowie!”, który wpisuje się w miejską kampanię „Kraków w formie”.

- Staramy się, by oferta sportowa Krakowa była kompleksowa. Konsekwentnie budujemy nowoczesną infrastrukturę, organizujemy duże imprezy sportowe, ale też zachęcamy krakowian do aktywności fizycznej, systematycznego trenowania, przygotowywania się do udziału np. w krakowskich biegach. Dlatego organizujemy bezpłatne zajęcia pod okiem fachowców, zarówno dla dzieci i młodzieży, jak i dorosłych oraz seniorów. Ten pomysł to był strzał w dziesiątkę. Treningi cieszą się dużym zainteresowaniem. Rozwijamy projekt, chcemy pokazywać i przypominać, że sport to zdrowie, a do tego może być również doskonałą zabawą. Zapoznajemy też uczestników z dostępną w Krakowie infrastrukturą sportową i rekreacyjną – mówi Krzysztof Kowal, dyrektor Zarządu Infrastruktury Sportowej w Krakowie.

Biegaj w Krakowie!

Uczestnicy trenują podzieleni na grupy – z uwzględnieniem poziomu zaawansowania. Przyjść może każdy dorosły, nie obowiązują wcześniejsze zapisy. Zajęcia prowadzi zespół wykwalifikowanych trenerów, z olimpijczykiem, medalistą mistrzostw świata i Europy – Grzegorzem Sudołem na czele.

Zajęcia odbywają się w każdą sobotę, o godz. 10.00, przy Błoniach. Natomiast w ostatnie soboty miesiąca zaplanowane są tzw. treningi wyjazdowe – np. w Puszczy Niepołomickiej czy w Łasku Wolskim. Dodatkowo, w lutym, marcu, listopadzie i grudniu przewidziane są treningi halowe.

[Regulamin zajęć.](#)

[Kadra trenerska.](#)