



## **Rafting na Kolnej - aktywne spędzanie czasu na świeżym powietrzu**

2018-02-02

**Krakowski Klub Kajakowy - operator miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji „Kolna” zaprasza na rafting, aktywną formę spędzania czasu na świeżym powietrzu dla wszystkich szukających mocnych i niezapomnianych wrażeń.**

Rafting jest doskonałą odskocznią od rutyny dnia codziennego i formą rozrywki gwarantującą odpowiednią dawkę sportowych emocji. Spływ odbywa się w sześciuosobowych pontonach, płynących z nurtem i napędzanych dodatkowo siłą mięśni załogi. Prąd wody jest znacznie silniejszy niż na górskich rzekach - jej przepływ wynosi 15m<sup>3</sup>/s. Jednoczesna bliskość brzegu gwarantuje bezpieczeństwo. Wszystko to sprawia, że rafting na Kolnej oferuje większą dawkę adrenaliny niż podobne spływy, oczywiście przy zachowaniu maksimum bezpieczeństwa.

Jest to świetna okazja do integracji członków załogi, gdyż konieczne jest zgranie i zaufanie, zwłaszcza do kapitana. Wspólne przeżycia i wzajemna odpowiedzialność sprawia, że grupa biorąca udział w raftingu staje się wspólnym zespołem.

O bezpieczeństwo podczas raftingu dba wykwalifikowana kadra instruktorska. Każdy z uczestników zostaje wyposażony w kamizelkę ratunkową, kask oraz pagaj służący do wiosłowania.

Co zabrać ze sobą: buty wiązane, ciepłe rzeczy do przebrania po pływaniu (łącznie z bielizną), ręcznik, nieprzemakalną kurtkę - oczywiście dobór strojów proszę uzależnić od przewidywanej pogody.

Minimalny wiek uczestnika to 15 lat, osoby poniżej 18 roku życia muszą posiadać pisemną zgodę rodzica/opiekuna.

### **Raftingi odbywają się od kwietnia do października**

- **w tygodniu od godz. 16.00,**
- **w weekendy od godz. 9.00**

**do zmierzchu, po wcześniejszej rezerwacji mailowej bądź telefonicznej.**

### **Więcej informacji oraz rezerwacja:**

**Ośrodek Przygotowań Olimpijskich KOLNA**

ul. Kolna 2

30-381 Kraków



**Magiczny  
Kraków**

tel. (012) 252 40 59

dział marketingu tel. (012) 252 40 53

e-mail: [marketing@kolna.pl](mailto:marketing@kolna.pl)

[www.kolna.pl](http://www.kolna.pl)