



**Magiczny
Kraków**

Akcje „Rodzinne pływanie” i „Pływające maluchy” na półmetku

2021-08-23

Z tegorocznej odsłony wakacyjnej akcji „Rodzinne pływanie 2021” w lipcu skorzystało 926 krakowian: 289 rodzin, 445 rodziców i 481 dzieci, a w inicjatywie „Pływające maluchy” wzięło udział 265 rodzin.

Pływanie pomaga utrzymać dobrą kondycję i dbać o zdrowie, a rodzinne wyjścia na basen to doskonały sposób integracji rodziców i dzieci oraz świetna forma wspólnego, aktywnego spędzania czasu. Dlatego w ramach inicjatyw skierowanych do krakowskich rodzin miasto co roku w okresie letnim proponuje krakowianom bezpłatne rodzinne lekcje pływania. Duża popularność tej inicjatywy sprawiła, że w tym roku odbywa się jej dodatkowa odsłona – zajęcia na basenie dla najmłodszych krakowian: „Pływające maluchy”. Zajęcia w ramach akcji „Rodzinne pływanie” oraz „Pływające maluchy” są finansowane z budżetu miasta.

Rodzinne pływanie

Akcja „Rodzinne pływanie 2021” skierowana jest do krakowskich rodzin. To lekcje pływania pod okiem doświadczonego instruktora, w których mogą wziąć udział zarówno te rodziny, które dopiero rozpoczynają przygodę z pływaniem, jak też ci, którzy chcą doskonalić swoje umiejętności w tym zakresie. Osoby początkujące, w tym małe dzieci, zaczynają od zajęć adaptacyjnych, po czym rozpoczynają lekcje w zakresie podstaw pływania na plecach oraz stylem dowolnym (np. kraul). W przypadku rodzin, których członkowie posiadają już podstawowe umiejętności pływackie, instruktor skupia się na doskonaleniu pływania.

W skład jednej rodziny biorącej udział w akcji może wejść maksymalnie pięć osób: dwoje rodziców (lub rodzic) i maksymalnie troje dzieci (od 5 do 16 roku życia).

Zajęcia cieszą się bardzo dużym zainteresowaniem ze strony krakowskich rodzin. W lipcu z lekcji pływania organizowanych na trzech krakowskich basenach skorzystało 289 rodzin, w tym: 445 rodziców i 481 dzieci i młodzieży – łącznie 926 osób.

Bezpłatne, weekendowe lekcje pływania dla krakowskich rodzin odbywają się na basenach Ośrodka Sportu i Rekreacji „Kolna” przy ul. Kolnej 2, Ośrodka Sportowo-Rekreacyjnego „Kurdwanów Nowy”, przy ul. Wysłouchów 34a oraz w Centrum Rozwoju Com Com Zone Nowa Huta przy ul. Ptaszyckiego 6, Kraków. Dodatkowe informacje można znaleźć [tutaj](#).

Pływające maluchy

Popularność rodzinnych lekcji pływania sprawiła, że w tym roku miasto przygotowało pilotażową dodatkową odsłonę inicjatywy, skierowaną do najmłodszych krakowian i ich rodziców. „Pływające maluchy” to lekcje pływania do rodziców z dziećmi do lat 4.

Zajęcia mają na celu stymulację rozwoju psychofizycznego dzieci, oswojenie z wodą, a wszystko w formie zabawy pod okiem wykwalifikowanych instruktorów. Prowadzone są w grupach dostosowanych



**Magiczny
Kraków**

do wieku, wśród kolorowych zabawek oraz za pomocą sprzętów ułatwiających adaptację. Maluchy podczas zajęć basenowych nabierają odporności, poprawiają motorykę i rozwijają się społecznie poprzez kontakt z innymi dziećmi.

Pilotażowy projekt cieszy się ogromnym zainteresowaniem wśród krakowskich rodzin. W lipcu wzięło w nim udział 265 rodzin, a listy chętnych na kolejne zajęcia są już pełne (tworzone są listy rezerwowe). Największym zainteresowaniem cieszą się zajęcia z najmłodszymi dziećmi - do 12 miesiąca życia. Ciekawostką może być to, że maluszkom podczas zajęć basenowych najczęściej towarzyszą tatusiowie.

Zajęcia odbywają się na basenie Lemon Fitness przy ul. Ludwinowskiej 11/P-1. Dodatkowe informacje można znaleźć [tutaj](#).