



**Magiczny
Kraków**

Zapraszamy na kolejne zajęcia rowerowe dla dzieci i młodzieży

2023-09-01

W najbliższą sobotę, 2 września, o godz. 10.00 zapraszamy dzieci i młodzież w wieku od 6 do 13 lat na kolejne specjalne zajęcia rowerowe, które odbędą się na terenie obiektów sportowych WLKS Krakus Swoszowice przy ul. Moszyńskiego 9. Zajęcia są bezpłatne, ale obowiązują zapisy.

Program zajęć

- przygotowanie rowerów do przejażdżki, zabawy rowerowej, wycieczki;
- pierwsze kroki na rowerze – sprawność roweru (hamulce, ciśnie w oponach, łańcuch);
- omówienie zasad odpowiedniego ubioru (kask, buty, odzież);
- bezpieczeństwo jazdy – funkcjonariusze z Wydziału Ruchu Drogowego Komendy Miejskiej Policji w Krakowie opowiedzą o zasadach bezpieczeństwa i przepisach ruchu drogowego;
- pokaz szkoleniowy – technika jazdy na rolkach treningowych i cykloergometrze;
- pierwsza rywalizacja, pokonywanie toru przeszkód na rowerach w terenie.

Zajęcia poprowadzą szkoleniowcy z sekcji kolarskiej WLKS Krakus Swoszowice: trener Zbigniew Klęk (odkrywca takich talentów jak Rafał Majka, Tomasz Marczyński czy Katarzyna Niewiadoma) oraz trener Michał Zięba.

Szczegóły

- Kiedy: 2 września (sobota), godz. 10.00 (wypełnij [formularz zgłoszeniowy](#))
- Gdzie: [obiekty sportowe WLKS Krakus Swoszowice przy ul. Moszyńskiego 9 w Krakowie](#)

Każdy z uczestników jest zobowiązany do posiadania swojego roweru i kasku ochronnego.

Więcej informacji znajduje się na [stronie internetowej Zarządu Infrastruktury Sportowej w Krakowie](#).

„Dzieciaki na start!” to kolejny element tegorocznej edycji prowadzonego przez Zarząd Infrastruktury Sportowej w Krakowie projektu „Trenuj w Krakowie!”, który wpisuje się w miejską kampanię „Kraków w formie”.