



**Magiczny  
Kraków**

## **„Młodzież na start!” - trening koszykówki w parku Jordana**

2025-06-06

**Jutro, 7 czerwca zapraszamy na kolejny trening koszykówki w ramach programu „Młodzież na start!”, wchodzącego w skład prowadzonego przez Zarząd Infrastruktury Sportowej w Krakowie projektu „Trenuj w Krakowie!”. Zajęcia skierowane do młodych entuzjastów sportu w wieku 11-14 lat tym razem odbędą się na boisku do koszykówki w parku Jordana. Obowiązują zapisy i limit zgłoszeń - 30 osób.**

Program „Młodzież na start!” to świetna okazja dla młodzieży w wieku 11-14 lat, by rozwijać siłę, koordynację i wytrzymałość w przyjaznym, motywującym środowisku. To zajęcia, które łączą aktywność fizyczną z dobrą zabawą i nauką pracy zespołowej. Od kwietnia do września odbywają się przy Hali 100-lecia KS Cracovia lub w parku Jordana, a młodzi uczestnicy biorą udział w zajęciach ogólnorozwojowych oraz w dynamicznych treningach i meczach koszykówki. Planowane są również inne aktywności.

### **Gdzie i kiedy?**

Sobota, 7 czerwca, boisko do koszykówki w parku Jordana, godz. 9.00, zbiórka obok tzw. okrągłaka (za głównym wejściem od strony al. 3 Maja).

### **Co będziemy robić?**

Na najbliższym treningu koszykówki uczestnicy zajmą się pracą nad poruszaniem się bez piłki i poznają proste rodzaje ustawień na boisku. Będą ćwiczyć jak ustawiać się w ataku, jak wracać do obrony oraz jak szukać wolnych przestrzeni, żeby pomóc drużynie.

Trening trwa około 1,5 godziny.

Limit uczestników wynosi 30 osób. Zajęcia są nieodpłatne, ale obowiązują zapisy, prowadzone poprzez [formularz zgłoszeniowy](#). Zapoznaj się z [regulaminem zajęć](#).