



Fitness we włoskim stylu w parku Maćka i Doroty

2025-08-06

Masz ochotę na trening we włoskim stylu, przy dobrej muzyce, w promieniach słońca i w otoczeniu zieleni? Zapisz się na plenerowy fitness z Dominiką Waksmundzką i bądź w formie! Najbliższe zajęcia już dziś, 6 sierpnia o godz. 17.30. Ćwiczenia odbędą się w parku Maćka i Doroty. Wydarzenie jest częścią kampanii „Kraków w formie” i akcji „Lato w Krakowie”.

Zajęcia potrwają 60 minut i startują o godz. 17.30:

- **Felicita Tabata** – w związku ze złą prognozą pogody zajęcia przeniesione z 9 lipca na 6 sierpnia

Lokalizacja spotkań – [kliknij tutaj](#). Zajęcia są przeznaczone dla osób pełnoletnich – [zapisz się](#).

Co będzie Ci potrzebne na treningu?

- mata do ćwiczeń
- czapka – podczas treningu na świeżym powietrzu to bardzo ważne, aby chronić głowę przed słońcem, zwłaszcza podczas wysiłku fizycznego
- woda
- ręcznik
- krem z filtrem UV
- obuwie sportowe
- wygodny strój dostosowany do warunków pogodowych: jeśli będzie chłodno – bluzka z długim rękawem i dłuższe legginsy, jeśli pogoda będzie dopisywać – bluzka z krótkim rękawkiem i krótkie spodenki.

W razie niesprzyjającej pogody zajęcia zostaną odwołane. Regulamin [tutaj](#).

Więcej o akcji „Lato w Krakowie” na stronie [Zarządu Infrastruktury Sportowej](#).