



**Magiczny
Kraków**

Lato w Krakowie - 27 lipca trening funkcjonalny w parku Aleksandry

2025-07-27

Dziś, 27 lipca dorosłych zapraszamy na kolejny bezpłatny trening funkcjonalny, organizowany w ramach projektu „Lato w Krakowie”. Zajęcia odbędą się w parku Aleksandry. Początek o godz. 18.00. Obowiązują zapisy i limit uczestników - 30 osób.

W ramach projektu [„Lato w Krakowie”](#) zapraszamy dorosłych mieszkańców oraz gości naszego miasta na [treningi funkcjonalne z instruktorkami z Fitness Platinum](#). To wszechstronne i efektywne treningi, obejmujące ćwiczenia ogólnorozwojowe wzmacniające całe ciało i przygotowujące je do codziennych wyzwań. Ćwiczenia oparte na naturalnych ruchach rozwijają siłę, stabilizację i kondycję. Trening funkcjonalny to idealny sposób na rozładowanie napięcia po całym dniu i solidną porcję aktywności. Zajęcia odbywają się na świeżym powietrzu, w różnych krakowskich parkach. Zielone otoczenie dodaje energii i motywacji! Treningi są prowadzone tak, aby każdy – niezależnie od poziomu zaawansowania – czuł się komfortowo. Instruktorki nie tylko troszczą się o technikę i bezpieczeństwo, ale też potrafią zmobilizować i zarazić uśmiechem.

Najbliższe zajęcia odbędą się w niedzielę, 27 lipca o godz. 18.00 w [parku Aleksandry](#).

Na trening należy zabrać własne maty.

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

- [regulamin zajęć](#)

W razie niekorzystnych warunków meteorologicznych, zajęcia zostaną odwołane. Komunikaty w tej sprawie zamieszczane będą na [profilu Zarządu Infrastruktury Sportowej w Krakowie](#) na portalu Facebook.