



**Magiczny
Kraków**

Lato w Krakowie - 16 sierpnia joga w parku Rżąka

2025-08-16

Dziś, 16 sierpnia, pełnoletnie osoby zapraszamy na kolejne bezpłatne zajęcia jogi, organizowane w ramach projektu „Lato w Krakowie”. Spotkanie odbędzie się o godz. 9.00 w parku Rżąka. Obowiązują zapisy i limit uczestników - 30 osób.

W ramach projektu [„Lato w Krakowie”](#) dla wszystkich dorosłych mieszkańców oraz gości naszego miasta – bez względu na płeć, kondycję czy wcześniejsze doświadczenie – organizowane są letnie, poranne [zajęcia jogi](#) na świeżym powietrzu, w harmonii z ciałem i oddechem. Odbývają się one w różnych krakowskich parkach – blisko natury i z dala od miejskiego zgiełku. Uczestnicy ćwiczą w otoczeniu zieleni, co sprzyja odprężeniu.

Zajęcia jogi to połączenie delikatnego rozciągania, pracy nad mobilnością i chwil relaksu. Są idealne dla osób w każdym wieku – na dobry start dnia, z energią i spokojem. Zajęcia prowadzi instruktorka z Fitness Platinum.

Najbliższe zajęcia jogi odbędą się **w sobotę, 16 sierpnia**, o godz. 9.00 w zlokalizowanym w rejonie ulic Wielickiej i Ludwika Rydygiera w parku Rżąka. Zbiórka [przy siłowni zewnętrznej](#).

Na trening należy zabrać własne maty.

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

- [Regulamin zajęć](#)