Sportowe święto seniorów

2025-09-25

Dziesięć dyscyplin sportowych, zajęcia treningowe, promowanie zdrowego stylu życia, integracja, walka o zwycięstwo, bicie rekordów i przede wszystkim znakomita, sportowa atmosfera. Jeszcze dziś, 25 września na obiektach sportowych klubu KS Bronowianka przy ulicy Zarzecze odbywają się X Mistrzostwa Krakowa Seniorów 65+ o Puchar Prezydenta Miasta Krakowa.

Organizatorami wydarzenia jest Gmina Miejska Kraków. Do udziału w jubileuszowej edycji Mistrzostw Krakowa Seniorów 65+ zachęca prezydent Krakowa Aleksander Miszalski.

Mistrzostwa mają na celu: promowanie zdrowego stylu życia poprzez aktywność fizyczną osób starszych, popularyzację różnych dyscyplin sportowych wśród seniorów, wyłonienie mistrzów w poszczególnych kategoriach wiekowych: 65+, 70+, 75+, 80+, integrację i budowanie więzi towarzyskich między uczestnikami.

Seniorzy będą rywalizować w następujących konkurencjach:

tenis stołowy, bule (petanque), cyklotrial rowerowy (tor przeszkód), nordic walking – chód z kijami na dystansie 100 m, badminton, ringo, tenis, pływanie – dystans 50 m, biegi – 300 m, 600 m, 900 m (w zależności od kategorii wiekowej), wielobój sprawnościowy – 5 konkurencji rekreacyjnych.

Dodatkowo odbędą się treningowe zajęcia: aqua aerobic – gimnastyka w wodzie i marsz nordic walking – dystans ok. 5 km.

Najlepsi zawodnicy i zawodniczki w każdej kategorii wiekowej otrzymają puchary, medale, dyplomy oraz bony.

Zasady uczestnictwa

Udział w zawodach mogą wziąć mieszkańcy Krakowa, którzy ukończyli 65 lat do dnia 25 września.

Liczba pakietów startowych jest ograniczona do 350 sztuk. W przypadku większej liczby zgłoszeń, uczestnicy zostaną dopuszczeni do zawodów, ale bez pakietu startowego.

Każdy senior może wystartować w dowolnej liczbie dyscyplin, pod warunkiem braku kolizji czasowej. W przypadku braku konkurencji w danej kategorii wiekowej, zawodnik może zostać przeniesiony do niższej kategorii. Rywalizacja kobiet i mężczyzn nie będzie mieszana w następujących dyscyplinach: badminton, bule, ringo, tenis stołowy, tenis.

Udział w Mistrzostwach jest bezpłatny.

Więcej informacji na **stronie** oraz na **Facebooku.**

Magiczny
Kraków