



**Magiczny
Kraków**

Kraków jest w formie!

2025-10-07

Za nami kolejny sezon kampanii „Kraków w formie” - pełen ruchu, energii i radości. Jak zawsze mieszkańcy miasta udowodnili, że nic tak nie łączy jak wspólna aktywność na świeżym powietrzu.

Gdy wiosna rozgościła się na dobre, krakowskie ulice, parki i bulwary szybko wypełniły się spacerowiczami, biegaczami, rowerzystami i rolkarzami. Nic dziwnego – hasło „Chodź na pole!” ponownie porwało tłumy. Kampania „Kraków w formie” po raz piąty pokazała, że sport w miejskiej przestrzeni to nie tylko sposób na zdrowie, ale też świetna zabawa i okazja do spotkań.

Więcej niż hobby

Współczesny styl życia – pełen komputerów, krzeseł biurowych i godzin spędzanych przed ekranami – sprawia, że ruch staje się czymś więcej niż hobby. To recepta na dobre samopoczucie, mocniejszy organizm i lepszy humor. Regularne treningi poprawiają pracę serca, wspierają odporność, przyspieszają metabolizm i – co najważniejsze – wyzwalają endorfiny, czyli naturalne hormony szczęścia. A ich w Krakowie w minionych miesiącach naprawdę nie brakowało.

Tegoroczny program był wyjątkowo bogaty. Już wiosną odbył się II Bieg Kobiet z rekordową frekwencją – wzięło w nim udział aż 1,5 tys. uczestniczek. Najmłodszy mogli korzystać z zajęć „Trenuj w Krakowie”, spróbować sił na rolkach, a także pływania na deskach SUP. Wielkim wydarzeniem okazał się IV Maraton Fitness w TAURON Arenie – setki osób ćwiczyło w rytm muzyki, zamieniając halę w gigantyczną salę treningową, w której spalane są tysiące kalorii.

Rodzinnie i sportowo

Nie zabrakło też atrakcji rodzinnych. Dzień Dziecka przyniósł mnóstwo niespodzianek sportowych. Wakacje otworzyliśmy akcją LATO W KRAKOWIE, a spacer po wodzie na deskach SUP po Zakrzówku okazały się prawdziwym hitem, bo pozwoliły połączyć aktywność sportową z podziwianiem pięknych widoków. Popularne były także letnie treningi fitness, joga, nocne przejazdy rolkarskie, rowerowe integracje, biegi czy aquathlon dla dzieci. Dla tych, którzy chcieli doskonalić technikę, przygotowano warsztaty hamowania na rolkach – dowód na to, że w sporcie liczy się nie tylko szybkość, ale i bezpieczeństwo.

Tym, co szczególnie wyróżniało kampanię, była różnorodność – każdy mógł znaleźć coś dla siebie. Od spacerów i nordic walkingu po bardziej wymagające treningi, od sportowych debiutów najmłodszych po zmagania doświadczonych amatorów. Dzięki temu „Kraków w formie” przyciągał ludzi w różnym wieku, o różnych zainteresowaniach i możliwościach.

Całość dopełniała wyjątkowa atmosfera. Spotkania, wspólny wysiłek i radość z ruchu sprawiły, że krakowianie mogli poczuć, jak sport jednoczy i daje pozytywną energię. To właśnie dlatego kampania stała się czymś więcej niż kalendarzem wydarzeń – była pretekstem, by ruszyć się z domu, poczuć przyływ endorfin i przekonać się, że zdrowie naprawdę może iść w parze z przyjemnością.



**Magiczny
Kraków**

Po pięciu edycjach jedno jest pewne – Kraków naprawdę jest w formie, a jego mieszkańcy pokazali, że najlepsze chwile często dzieją się na świeżym powietrzu. I że W Krakwie wystarczy jedno hasło „Chodź na pole!”, by zmobilizować całe miasto.