



**Magiczny
Kraków**

Pasja do gry nie przemija z wiekiem! Turniej Walking Football w Krakowie

2025-11-15

Kochasz piłkę, ale nie lubisz lub nie możesz biegać? Spróbuj swoich sił w piłce nożnej chodzonej. Walking Football to unikatowy projekt Małopolskiego Związku Piłki Nożnej skierowany do osób po 55. roku życia, w ramach którego dziś, 15 listopada w Krakowie odbędzie się turniej piłki nożnej chodzonej. Udział w projekcie jest bezpłatny.

Walking football to dynamiczna, ale bezpieczna forma aktywności fizycznej, w której obowiązuje jedna prosta zasada – nie biegamy! Piłka nożna chodzona jest aktywnością skierowaną głównie do osób starszych, dlatego bieganie jest niedozwolone i traktowane jako faul. Dzięki temu gra staje się bezpieczna i dostępna dla osób o różnym poziomie sprawności. Jest też idealnym sposobem na utrzymanie dobrej kondycji, zdrowia i kontaktu z ludźmi, poprzez wspólną pasję do futbolu.

– Turniej Walking Football to nasza odpowiedź na potrzeby aktywnych seniorów z Krakowa i Małopolski, którzy chcą kontynuować lub rozpocząć swoją przygodę ze sportem. Udowodnimy, że piłka nożna jest dla każdego, niezależnie od wieku. To doskonały sposób na spędzenie czasu, poprawę kondycji, zadbanie o zdrowie i – co równie ważne w przypadku osób starszych – nawiązanie nowych znajomości, kontaktów społecznych – mówi Bartosz Ryt, prezes Małopolskiego Związku Piłki Nożnej.

Początków dyscypliny należy szukać w latach 30. ubiegłego wieku w Anglii, gdzie rozgrywano pierwsze nieoficjalne mecze. W 2011 roku w angielskiej miejscowości Chesterfield odbyły się pierwsze oficjalne rozgrywki z ujednoliconymi przepisami. Po latach Walking Football zyskał na popularności na całym świecie, a dziś ten specyficzny rodzaj piłki uprawia kilkaset tysięcy kobiet i mężczyzn. Powstała w 2018 roku International Walking Football Federation, do której należy również Stowarzyszenie Walking Futbol Polska, zrzesza sympatyków z całego świata na organizowanych turniejach rangi międzynarodowej.

Turniej Walking Football Małopolska, zaplanowany na 15 listopada w Hali Akademii Górniczo-Hutniczej przy ul. Armii Krajowej 5A w Krakowie, to pierwsze tego typu zawody organizowane przez Małopolski ZPN. Do udziału zapraszamy zarówno kobiety, jak i mężczyzn, którzy chcą spróbować swoich sił w dynamicznej, a jednocześnie bezpiecznej odmianie futbolu. Mogą się zgłaszać całe drużyny, ale też osoby indywidualne, które chcą dołączyć do jednego z turniejowych zespołów.

Wydarzenie będzie miało sportową oprawę – spikera, sędziów, puchary i medale dla najlepszych drużyn. Zaplanowano również wspólną rozgrzewkę i poczęstunek. Udział w wydarzeniu jest bezpłatny. Nie wymaga też specjalistycznego sprzętu – wystarczy wygodny strój i sportowe buty. Zapisy trwały do 12 listopada.

Formularze do zapisów indywidualnych i grupowych:

- [formularz zgłoszenia indywidualnego](#)
- formularz zgłoszenia drużyny [[PDF](#)] (wypełniony formularz należy wysłać na [adres](#))