Magiczny Kraków

Kolejny sezon z „roztańczonym seniorem”

2026-04-08

„Roztańczony senior” to wyjątkowa inicjatywa skierowana do seniorów Gminy Miejskiej Kraków, która łączy pasję do tańca, aktywność fizyczną oraz integrację społeczną. Właśnie ruszył kolejny sezon treningów. Bezpłatne zajęcia odbywają się w każdy piątek o godz. 18.15 w Klubie Sportowym Podwawelski przy ul. Komandosów 21.

Seniorzy mogą uczestniczyć w cyklicznych zajęciach tanecznych prowadzonych przez doświadczonych instruktorów. Spotkania pozwalają rozwijać umiejętności ruchowe, poprawiać koordynację i czerpać radość z tańca, jednocześnie sprzyjając budowaniu więzi społecznych. Dodatkowo przewidziane są warsztaty tematyczne poświęcone konkretnym stylom tanecznym, podczas których uczestnicy będą mogli zgłębiać tajniki różnych technik oraz poznawać ich historię i kulturę.

Jednym z ważniejszych punktów programu będzie wielki finał, podczas którego uczestnicy projektu zaprezentują swoje umiejętności na prestiżowej scenie Mistrzostw Świata w Rock'n'Rollu Akrobatycznym, które odbędą się w dniach 24-25 października w Krakowie. Pokaz będzie okazją do podsumowania kilku miesięcy nauki.

„Roztańczony senior” to nie tylko nauka kroków tanecznych, ale przede wszystkim przestrzeń do budowania relacji, przeżywania nowych doświadczeń i czerpania radości z ruchu. Program ma zadanie pokazać, że taniec to coś więcej niż aktywność fizyczna – to sposób na pełniejsze, bardziej aktywne i radosne życie.

Zajęcia taneczne potrwają do 31 grudnia.

W ramach projektu odbędą się także:

- Taneczny wyjazd treningowo-integracyjny (29–31 maja)
- Wielki finał – pokaz taneczny podczas Mistrzostw Świata w Rock’n’Rollu Akrobatycznym (24–25 października)
- Warsztaty taneczne (październik).

Udział w programie jest bezpłatny. Rezerwacja odbywa się telefonicznie pod numerami 512 192 727; 519 116 512 oraz 12 266 54 05 lub poprzez e-mail: **podwawelski@rocknroll.pl**.

Na zajęcia można także zapiać się osobiście w recepcji Klubu Sportowego Podwawelski przy ul. Komandosów 21.