Magiczny Kraków

Ferie w Krakowie na sportowo!

2024-02-24

W tym roku ferie zimowe w województwie małopolskim potrwają do 25 lutego. Wyczekiwany przez dzieci i młodzież czas odpoczynku od zajęć szkolnych można w Krakowie zaplanować aktywnie. Bogata oferta zajęć i atrakcji przygotowana przez kluby i ośrodki sportowe to gwarancja dobrej zabawy!

Czas na łyżwy!

Jazda na łyżwach to jedna z najpopularniejszych aktywności fizycznych w czasie zimy. Oprócz kształtowania sylwetki i dbania o kondycję, dostarcza również mnóstwo endorfin. Łyżwiarstwo angażuje wiele mięśni i jest doskonałą alternatywą dla typowo wiosenno-letnich dyscyplin jak bieganie czy jazda na rowerze.

Kraków daje wiele możliwości, aby doskonalić swoje umiejętności na ślizgawce lub rozpocząć przygodę z tą dyscypliną. Lodowiska położone są w różnych punktach miasta i dodatkowo przyciągają wyjątkową scenerią, oświetleniem czy możliwością uprawiania sportu pod chmurką.

Codzienna dawka sportu na świeżym powietrzu, to moc korzyści dla organizmu. Znalezienie choćby 30 minut na aktywność fizyczną na świeżym powietrzu to podstawa do zadbania o jego prawidłowe funkcjonowanie. Dostarczenie organizmowi większej dawki tlenu, zaowocuje poprawą pracy serca, układu oddechowego i mózgu, a krew szybciej krążąca naczyniami krwionośnymi usprawni metabolizm.

Tradycyjnie już w okresie zimowym w Krakowie dostępne są zewnętrzne lodowiska. To właśnie tam mroźny klimat czuć najbardziej!

Do końca ferii można skorzystać z zimowej strefy przy TAURON Arenie Kraków. Zewnętrzne lodowisko, zlokalizowane od strony Parku Lotników Polskich, działa codziennie w godz. 9.00–21.00. Dodatkowo nieopodal lodowiska znajduje się plac zabaw, park Lema, namiot sferyczny – otoczenie TAK to idealne miejsce na całodzienne atrakcje.

Szczegóły i harmonogram.

Z kolei mobilne lodowisko o powierzchni 800 m² w samym sercu Dzielnicy XVIII Nowa Huta po raz kolejny powstało przy Nowohuckim Centrum Kultury (NCK).

Obiekt jest czynny przez siedem dni w tygodniu, także dla grup zorganizowanych, w godz. 9.00–20.30. Do zimowej zabawy zaproszeni są wszyscy: mali (dla których przygotowano specjalne pingwinki i kaski) i duzi, początkujący i zaawansowani łyżwiarze. W czasie ferii zimowych, od poniedziałku do piątku, o godz. 9.00 i 9.45 prowadzona jest bezpłatna nauka jazdy na łyżwach. Wybierając się na lodowisko warto zapoznać się z ofertą feryjną, którą przygotowało NCK.

Szczegóły i harmonogram.

Bezpłatne ferie na lodowisku – więcej w **naszym komunikacie**.

Natomiast tuż obok Błoń, w parku Jordana, mieszkańcy mogą skorzystać z Ice Parku. Obiekt czynny jest do 25 lutego w godz. 9.00–21.00 od niedzieli do czwartku oraz w godz. 9.00–22.00 w piątek i sobotę. Na miłośników łyżwiarstwa czeka duża tafla 1200 m², tafla dla dzieci 400 m² oraz alejka lodowa o długości 360 metrów.

Szczegóły i harmonogram.

Czas zorganizowany na sportowo!

Różnorodne atrakcje i propozycje, dzięki którym uczniowie mogą spędzić wolny czas dbając o aktywność fizyczną, przy okazji świetnie się bawiąc, przygotowały także krakowskie kluby i stowarzyszenia.

Klub Sportowy Wanda Kraków

Klub organizuje zajęcia sportowe z tenisa stołowego i piłki nożnej dla dzieci wraz z opiekunami. Wstęp wolny!

Tenis stołowy – od poniedziałku do piątku, godz. 16.30–18.00, hala KS Wanda, ul. Odmogile 1b.

Piłka nożna – od poniedziałku do piątku, godz. 16.30–18.00, hala pneumatyczna, ul. Bulwarowa 39.

Kontakt do **Klubu Sportowego Wanda Kraków**.

Klub Sportowy Wawel Kraków

Od 12 do 23 lutego klub organizuje nieodpłatne zajęcia z piłki nożnej, piłki siatkowej, strzelectwa oraz lekkoatletyki.

Kontakt do prowadzących treningi:

- lekkoatletyka (tydzień I: 12, 14, 16 lutego) – tel. 501 413 328
- lekkoatletyka (tydzień II: 19, 21, 23 lutego) – tel. 733 700 270
- piłka nożna (tydzień I: 12–16 lutego) – 660 066 999
- piłka siatkowa (tydzień II: 19–23 lutego) – 667 039 273
- strzelectwo (tydzień I: 13–15 lutego) – 501 458 759.

Hala 100-lecia KS Cracovia 1906

W okresie ferii zimowych (12–23 lutego) organizowane są półkolonie dla dzieci z niepełnosprawnościami intelektualnymi.

Ponadto odbywać się będą ogólnodostępne treningi:

- tenisa stołowego – 12–15 lutego, godz. 17.00–19.30

- łucznictwa – 12 i 15 lutego, godz. 15.00–16.30
- szermierki na wózkach dla osób z niepełnosprawnością – 13 i 15 lutego, godz. 17.00–20.00.

Dla osób z orzeczeniem o niepełnosprawności udział w treningach jest nieodpłatny.

Szczegółowe informacje dostępne są pod numerem telefonu: 570 495 122.

UKS Sparta Volleyball Kraków

Klub organizuje treningi piłki siatkowej dla dzieci i młodzieży na obiektach sportowych ZSOS nr 2, os. Teatralne 35. **Więcej informacji**.

Klub Sportowy Bronowianka

Organizowane są odpłatne półkolonie dla dzieci w dwóch turnusach: 12–16 lutego i 19–23 lutego, w godz. 8.00–16.00. **Więcej informacji**.

Sportowy Klub Taneczny Pasja

W ferie planowane są zajęcia taneczne w Szkole Podstawowej nr 82 na os. Kalinowym. Zajęcia są odpłatne. **Więcej informacji**.

Klub Tenisowy Błonia Kraków

Klub organizuje odpłatne półkolonie tenisowe na kortach KT Błonia 12–16 lutego w godz. 9.00–16.00. **Więcej informacji**.

UMKS „Olimpic” Kraków

Klub organizuje odpłatne półkolonie sportowe dla dzieci urodzonych w latach 2009–2017 w dwóch turnusach: 12–16 lutego i 19–23 lutego w godz. 7.45–16.00. Zapisy telefoniczne pod numerem 792 225 213. **Więcej informacji**.

MKS Krakus Nowa Huta

12–16 lutego klub organizuje odpłatne półkolonie piłkarskie dla dzieci z roczników 2014–2017. **Więcej informacji**.

Klub Sportowy Sportwise

Klub organizuje odpłatne półkolonie sportowo-edukacyjne dla dzieci w wieku 8–13 lat w 19–23 lutego, w godz. 7.45–16.15, na terenie Szkoły Podstawowej nr 95 w Krakowie. Zgłoszenia należy przesłać na maila: **biuro@sportwise.pl**. **Więcej informacji**.

Szkółka Piłkarska KS Podgórze Kraków

12–16 lutego organizuje zajęcia treningowe dla młodych piłkarek i piłkarzy w wieku 6–14 lat. Zapisy

telefoniczne pod numerem 508 765 924 lub za pośrednictwem e-mail: **biuro@skspodgorze.pl**. **Więcej informacji**.

KSPN Pogoń Kraków

Klub organizuje odpłatne półkolonie piłkarskie dla dzieci z roczników 2013–2018 w dwóch turnusach: 12–16 lutego i 19–23 lutego w godz. 8.00–16.00. Zgłoszenia należy przesłać na adres e-mail: **obozy@kspn.pl**. **Więcej informacji**.

Klub Sportowy Rajsko

Klub organizuje treningi piłkarskie. W pierwszym tygodniu ferii: trening piłkarski dla rocznika 2012–2011 (poniedziałek, godz. 19.00–20.30 – orlik na ul. Stojałowskiego 31; środa, godz. 17.00v18.30 – orlik na ul. Bujaka 15; piątek, godz. 16.30–18.00 – orlik naul. Stojałowskiego 31), trening piłkarski dla rocznika 2007/2008/2009 (środa, godz. 18.30–20.00 – orlik na ul. Bujaka 15). W drugim tygodniu ferii: trening piłkarski dla rocznika 2010–2009 (poniedziałek, godz. 17.00–18.30 – sala gimnastyczna Szkoły Podstawowej nr 56, ul. Fredry 65; środa, godz. 17.00–18.30 – sala gimnastyczna Szkoły Podstawowej nr 56, ul. Fredry 65). **Więcej informacji**.

Klub UKS 22

W pierwszym tygodniu ferii zimowych klub organizuje półkolonie siatkarskie dla dzieci z klas 1–3 uczęszczających do Szkoły Podstawowej nr 155.

Centrum Sportu i Kultury Sidzina

19–23 lutego, z okazji ferii zimowych, klub organizuje zajęcia taneczne. Kontakt telefoniczny – 12 255 41 50 lub 535 533 557 lub albo e-mail: **biuro@csksidzina-krakow.pl** **Więcej informacji**.

Krakowski Klub Jazdy Konnej

Prowadzone są zimowe warsztaty jeździeckie z doskonaleniem nauki jazdy konnej, zajęcia praktyczne i teoretyczne z jeździectwa oraz inne dodatkowe zajęcia. **Więcej informacji**.

BeFit24Team

Grafik zajęć.

Czas popływać!

Szeroką ofertę półkolonii oraz kursów nauki pływania przygotowali operatorzy krakowskich basenów.

Com-Com Zone Prokocim, ul. Kurczaba 29

Organizowane są odpłatne półkolonie dla dzieci w wieku 6–13 lat w dwóch turnusach: 12–16 lutego i 19–23 lutego. **Więcej informacji**.

Ponadto organizowany jest dwutygodniowy kurs nauki pływania dla dzieci. **Więcej informacji**.

Com- Com Zone na Kozłówce, ul. Facimiech 32

Organizowane są odpłatne półkolonie dla dzieci w wieku 6–13 lat w dwóch turnusach: 12–16 lutego i 19–23 lutego. **Więcej informacji**.

Ponadto organizowany jest dwutygodniowy kurs nauki pływania dla dzieci. **Więcej informacji**.

Przystań na Eisenberga

12–18 lutego na pływalni przy ul. Eisenberga 4 przygotowane będą dla dzieci, młodzieży i dorosłych liczne atrakcje zarówno na basenie sportowym, jak i rekreacyjnym, takie jak tor przeszkód, zjeżdżalnia, elementy siatkówki oraz koszykówki wodnej. Wstęp na basen według aktualnego cennika. **Więcej informacji**.

Ferie na sportowo w Krakowie to doskonała okazja dla dzieci i młodzieży do spędzenia aktywnego czasu oraz rozwijania swoich umiejętności sportowych. Bogata oferta dostępnych zajęć i atrakcji zapewni dobrą zabawę i satysfakcję.

Więcej informacji o licznych atrakcjach (sportowych i poza sportowych) przygotowanych przez krakowskie instytucje można znaleźć w zakładce **Zima w mieście**.