



## Ćwicz w zieleni w krakowskich parkach

2026-06-12

„Ćwicz w zieleni” to, organizowane każdego roku, bezpłatne zajęcia fitness w krakowskich parkach, w letnich miesiącach. Dbając o swoją formę na tonie krakowskiej zieleni, mieszkańcy będą pod opieką profesjonalistów. Zajęcia poprowadzą trenerzy z krakowskich klubów fitness. Pierwszy trening odbył się w Parku Jordana.

Razem z Zarządem Zieleni Miejskiej Fitness Klub ZDROFIT ponownie zaprasza na bezpłatne zajęcia, które będą odbywać się przez całe lato – od czerwca do końca sierpnia.

W harmonogramie zajęć w tym roku można znaleźć jogę i pilates, które będą odbywać się w wyjątkowych parkach.

### Program zajęć

- **Park im. Henryka Jordana - praktyka jogi** - każdy wtorek o godz. 17.30, na polanie naprzeciwko remontowanej Jordanówki. [Dokładna lokalizacja](#).
  - 2, 9, 16, 23, 30 czerwca
  - 7, 14, 21, 28 lipca
  - 4, 11, 18, 25 sierpnia

Zajęcia poprowadzi: Wiktoria Ciozak. Szczegółowe informacje na [stronie wydarzenia](#).

- **Park im. Wojciecha Bednarskiego - pilates** - każdy czwartek o godz. 17.45 na polanie przed Mech Cafe. [Dokładna lokalizacja](#).
  - 11, 18, 25 czerwca
  - 2, 9, 16, 23, 30 lipca
  - 6, 13, 20, 27 sierpnia

Zajęcia poprowadzi: Anna Niziołek. Szczegółowe informacje na [stronie wydarzenia](#).

- **Park Reduta - pilates** - środy o godz. 18.30 przy restauracji. [Dokładna lokalizacja](#).
  - 10 i 17 czerwca

Szczegółowe informacje na [stronie wydarzenia](#).

Zabierz matę i wygodny strój. W ciepłe dni pamiętaj też o nakryciu głowy, nawodnieniu i ochronie przeciwsłonecznej.

Udział w zajęciach „Ćwicz w zieleni” jest całkowicie bezpłatny i nie wymaga zapisów.