



Maszeruj po krakowskich ścieżkach nordic walking

2017-07-08

Dobra wiadomość dla miłośników spacerów z kijkami! W związku z dużym zainteresowaniem krakowian bezpłatnym miejskim programem sportowym „Krakowskie ścieżki nordic walking”, projekt nie zakończy się, jak planowano, w czerwcu, ale będzie kontynuowany do października. Przypomnijmy, marsze pod okiem profesjonalnego trenera odbywają się w czwartki, piątki i niedziele na ścieżce w parku Lotników Polskich przy TAURON Arenie Kraków.

Nordic walking to idealna propozycja dla osób, które chcą stopniowo podnieść swój poziom kondycji fizycznej, zgubić kilka kilogramów oraz aktywnie spędzić czas. To znakomita okazja, by pod okiem fachowca, w przyjaznej atmosferze i motywującej grupie zacząć regularnie uprawiać najprostsze formy rekreacji ruchowej. Wszystko to czeka na krakowian w ramach programu, który Wydział Sportu Urzędu Miasta Krakowa uruchomił 1 kwietnia tego roku.

Zajęcia na ścieżce Nordic Walking są dostosowane do poziomu sprawności uczestników. Są całkowicie bezpłatne i prowadzone przez doświadczonego instruktora w oznaczonym miejscu i o określonych godzinach.

Więcej informacji znajdziesz [TUTAJ](#).