



Zajęcia sportowe dla dzieci w MOS

2021-06-24

Międzyszkolne Ośrodki Sportowe w Krakowie zapraszają na zajęcia sportowe dla dzieci. Poznaj szczegółowy harmonogram zajęć w dniach 21-27 czerwca.

MOS Wschód

Obecnie, na obiekcie na osiedlu Szkolnym 39, realizowane są **zajęcia stałe**:

- w poniedziałki treningi z lekkiej atletyki, godz. 17.00-18.30,
- we wtorki taniec nowoczesny, godz. 18.15-19.00,
- w czwartki treningi Crossfit w godz. 17-18.30 oraz zajęcia samoobrony, godz. 18.30-20.00.

Ośrodek zaprasza również na **treningi piłkarskie**:

- w poniedziałek i środę dla wszystkich chętnych dzieci – o godz. 17.30,
- we wtorek i czwartek o godz. 17.00 – dla dzieci z roczników 2012-2015, a o godz. 18.00 dla dzieci z roczników 2009-2013.

Dodatkowo, wszystkie chętne dziewczęta mogą wziąć udział w treningach **gimnastyki artystycznej**:

- w SP nr 55 ul. Dobczyckiej 20, w piątki o godz. 15.15-16.15 (kl. I - III) i o godz. 16.15-18.15 (kl. IV-VIII),
- w SP 155 na os. II Pułku Lotniczego 21, w poniedziałki o godz. 16.30-17.15 (rocznik 2013 i młodsze), w poniedziałki i piątki w godz. 17.15-18.45 (rocznik 2012 i starszy),
- w Zespole Szkół Elektrycznych nr 2 na os. Szkolnym 26, we wtorki i czwartki w godz. 17.00-18.30 (grupa zaawansowana, roczniki 2013-2009) oraz w tych samych dniach w godz. 18.30-20.00 (grupa zaawansowane, roczniki 2008-2006),
- w SP nr 130 na os. Oświecenia 30, w środy o godz. 16.45-17.15 (rocznik 2013 i młodszy) oraz o godz. 17.45-18.30 (rocznik 2012 i starszy).

Prowadzony jest także cykl zajęć pn. **„Chodź na stadion. Zajęcia biegowe dla każdego”**. Treningi dostępne są dla wszystkich chętnych i rozpoczynają się w każdą sobotę na stadionie o godz. 10.30.

MOS Zachód

W Małej Hali TAURON Areny Kraków przy ul. Stanisława Lema 7 od poniedziałku do piątku w godzinach od 9:00 do 13:00, realizowany jest program **Akademii Przedszkolaka**. Jego celem jest podnoszenie poziomu sprawności fizycznej dzieci oraz kształtowanie w nich postaw pro-zdrowotnych. W zajęciach mogą wziąć udział dzieci w wieku 5-6 lat z oddziałów przedszkoli publicznych i niepublicznych.

MOS „Zachód” zaprasza wszystkie chętne dzieci na stadion przy Placu Na Groblach 23, gdzie w godzinach od 16.00 do 19.00 swoje dyżury mają nauczyciele ośrodka.



Międzyszkolny Ośrodek Sportowy „Zachód” realizuje zajęcia stałe w sekcjach: narciarstwo, siatkówka i tenis stołowy wg. harmonogramu.

KSOS

W dalszym ciągu trwa nabór na ostatnie wolne miejsca na turnusy kolonijne w KSOS Bazie Szkoleniowo - Wypoczynkowej „Lubogoszcz”. Proponowane są dwa turnusy 26.06 - 10.07 oraz 21.08 - 30.08. Dla starszych dzieci organizowany jest specjalny turnus survivalowy 2-15 sierpnia.

Zapisy na kolonie odbywają się [tutaj](#).

Trwają także zapisy na półkolonie w Krakowskim Szkolnym Ośrodku Sportowym. 5-dniowe turnusy odbywać się będą w okresie od 28 czerwca do 27 sierpnia na obiektach sportowych przy al. Powstania Warszawskiego 6.

Zapisy na półkolonie odbywają się [tutaj](#).

Ośrodek Sportowo-Rekreacyjny „Kurdwanów Nowy” przy ul. Wystouchów 34a w ramach projektu Budżetu Obywatelskiego prowadzi nabór do drugiego etapu programu pn. „Pierwszy krok do sportu - przedszkolaki na basenie”. Mali miłośnicy pływania zdobywać będą wiedzę i doświadczenie pod okiem odpowiednio przygotowanych instruktorów, a w ramach projektu uczestniczyć będą również w zajęciach w grocie solnej.

Adresatami przedsięwzięcia są grupy przedszkolne (dzieci powyżej 4 roku życia) z przedszkoli mieszczących się na terenie Gminy Miejskiej Kraków.

Więcej informacji [tutaj](#).

W ramach akcji „Lato w mieście na sportowo!” Krakowski Szkolny Ośrodek Sportowy zaprasza do udziału w zajęciach sportowo-rekreacyjnych w OSR „Kurdwanów Nowy” przy ul. Wystouchów 34a w formie tygodniowych turnusów. Adresatami akcji są dzieci w wieku 6-13 lat.

W programie: zajęcia na basenie, sali gimnastycznej oraz seanse w grocie solnej. Zajęcia są odpłatne i odbywać się będą od poniedziałku do piątku w godzinach 13.15-16.00, a poprowadzą je instruktorzy KSOS. Ilość miejsc jest ograniczona.

Zapisy odbywają się [tutaj](#).

W okresie 28 czerwca-09 lipca, od poniedziałku do piątku w godzinach 10.00-13.00 na Międzyszkolnym Basenie Pływackim Kraków „Nowa Huta” przy os. Kolorowym 29b, odbędą się bezpłatne zajęcia rekreacyjno-sportowe i ogólnorozwojowe z elementami nauki i doskonalenia pływania dla dzieci. [Zapisów dokonywać można osobiście lub telefonicznie.](#)

Wszystkie zajęcia sportowe realizowane są z uwzględnieniem obecnie obowiązujących przepisów prawa, z zachowaniem obostrzeń epidemiologicznych mających na celu przeciwdziałanie rozprzestrzenianiu się wirusa wywołującego Covid-19.