



## Trenuj w Krakowie! - trening biegowy i zajęcia dla najmłodszych

2021-06-17

**W najbliższy weekend Zarząd Infrastruktury Sportowej w Krakowie zaprasza na kolejne zajęcia w ramach projektu „Trenuj w Krakowie!”, stanowiącego element miejskiej kampanii „Kraków w formie”. W niedzielę, 20 czerwca zapraszamy na trening biegowy i zajęcia dla najmłodszych.**

### [Biegaj w Krakowie!](#)

W czerwcu podtrzymujemy siłę biegową na podbiegach. Będziemy zwracać uwagę na sprawność biegową (ogólną), jak i na ekonomikę biegania. W ostatni weekend czerwca czeka nas długie wybieganie na treningu wyjazdowym.

W niedzielę, 20 czerwca spotykamy się przed głównym wejściem do TAURON Areny Kraków. Zbiórka punktualnie o godzinie 9.00. Na zajęcia zapraszamy wszystkich, bez względu na poziom zaawansowania.

### [Dzieciaki na start!](#)

Warunkiem udziału w zajęciach jest zgłoszenie uczestnika/uczestniczki poprzez formularz zamieszczony [tutaj](#). Wcześniej należy zapoznać się z [regulaminem](#).

O bezpieczeństwo i prawidłowy przebieg wszystkich zajęć, z zachowaniem reżimu sanitarnego, zadbają trenerzy z AZS AWF Kraków Masters.

Spotkania odbywają się w co drugą niedzielę, a dokładny harmonogram zajęć, lokalizację, kadre trenerską można znaleźć na stronie [ZIS](#), w zakładce [„Trenuj w Krakowie!”](#).

Kolejne zajęcia w ramach projektu odbędą się w niedzielę, 20 czerwca, o godz. 9.00. Spotykamy się przed głównym wejściem do TAURON Areny Kraków.

Zajęcia są bezpłatne, ale obowiązują zapisy!