



Seniorze, weź udział w mistrzostwach!

2021-09-29

Badminton, bule, biegi, nordic walking, pływanie, ringo, rowerowy tor przeszkód, tenis stołowy, tenis ziemny, wielobój sprawnościowy - to dyscypliny VI Mistrzostw Krakowa Seniorów 65+, które odbywają się w dniach 29–30 września. Organizowane przez miasto mistrzostwa to okazja nie tylko do sportowej rywalizacji w przyjaznej atmosferze, ale też integracji, dobrej zabawy i rozpoczęcia aktywności. Udział w mistrzostwach jest bezpłatny, a zapisy wciąż trwają.

VI Mistrzostwa Krakowa Seniorów 65+, 70+, 75+ i 80+ rozgrywają się w dniach 29-30 września na terenie obiektu „Bronowianka” przy ul. Zarzecze 124a. Mistrzostwa mają na celu propagowanie zdrowego wypoczynku i zachęcanie seniorów do aktywności. Są też okazją do popularyzowania różnych dyscyplin sportowych.

- Sport to zdrowie. Niby wszyscy zdają sobie sprawę z roli aktywności fizycznej, z jej ogromnego wpływu na zdrowie i samopoczucie, ale wiemy, że w Krakowie jest spora grupa seniorów, którzy nie zdecydowali się jeszcze na regularną aktywność. Zarówno dla tych, którzy już realizują sportowe pasje, jak też dla tych, którzy dopiero o tym myślą, po raz kolejny organizujemy VI Mistrzostwa Krakowa Seniorów. To ma być przede wszystkim dobra zabawa, okazja do poznania się, zachęta do ruchu i aktywności. Przy okazji przybliżymy działalność Krakowskich Centrów Aktywności Seniorów. Może po mistrzostwach jeszcze więcej krakowskich seniorów będzie chciało korzystać z proponowanych przez nie zajęć sportowych? Czekamy na Państwa! - do udziału w mistrzostwach zachęca Anna Okońska-Walkowicz, pełnomocnik prezydenta Krakowa ds. polityki senioralnej.

Podczas mistrzostw zawodniczki i zawodnicy w wieku 65+, 70+, 75+ i 80+ będą rywalizować o puchar prezydenta Krakowa i medale w dziesięciu dyscyplinach, takich jak: badminton, bule, biegi, nordic walking, pływanie, ringo, rowerowy tor przeszkód, tenis stołowy, tenis ziemny, wielobój sprawnościowy. W programie także trening aqua aerobiku, czyli gimnastyki w wodzie.

Seniorzy, którzy chcieli wziąć udział w mistrzostwach mogli przekazywać zgłoszenia (pisemnie lub telefonicznie) na adres: Zarząd Wojewódzki Małopolskiego Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej, 32-138 Kraków, ul. Lenartowicza 14, e-mail: tkkf@tkkf.com, tel. 12 633 26 62 w godz. 10.00 do 14.30. Zgłoszenia zbierane były do **26 września**.

Dodatkowe informacje, szczegółowy program mistrzostw oraz regulamin można znaleźć na stronie internetowej [Kraków dla Seniora](#) na profilu [MTKKE](#), a także w biurze Zarządu Wojewódzkiego Małopolskiego TKKF, ul. Lenartowicza 14 (czynne od poniedziałku do piątku w godz. 10.00 -14.30).

Organizatorem przedsięwzięcia jest Wydział Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa, a realizatorem zadania Zarząd Wojewódzki Małopolskiego Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej i Klub Sportowy „Bronowianka”. Partnerem wydarzenia jest Krakowska Rada Seniorów oraz lokalna sieć Centrów Aktywności Seniorów.