



To były wyjątkowo sportowe Mikołajki!

2021-12-06

5 grudnia w Hali 100-lecia KS Cracovia odbyły się „Mikołajki na sportowo” - specjalny trening ogólnorozwojowy z elementami sprawnościowymi dla dzieci i młodzieży w wieku od 5 do 12 lat.

Trening został zorganizowany przez Zarząd Infrastruktury Sportowej w Krakowie i trenerów AZS AWF Kraków Masters. W bezpłatnych zajęciach wzięło udział blisko 100 osób. Mimo sporego zmęczenia wynikającego z pokonywania kolejnych stacji z ćwiczeniami, najmłodszy z uśmiechem na twarzy odbierali upominki wręczane przez św. Mikołaja, który przyglądał się sportowym zmaganiom.

Mając na uwadze troskę o zdrowie i bezpieczeństwo, setka zapisanych młodych sportowców podzielona została na trzy grupy, które ćwiczyły o różnych godzinach. Sportowe zmagania trwały od godz. 9.00 do godz. 13.00. Po wspólnej rozgrzewce, uczestnicy zajęć podzieleni na kilkusobowe grupy ćwiczyli pod okiem trenera na kolejnych stacjach.

Na wszystkich biorących udział w wydarzeniu czekały mikołajkowe niespodzianki. Uczestnicy zajęć otrzymali upominki od Zarządu Infrastruktury Sportowej w Krakowie oraz sponsorów i partnerów „Mikołajek na sportowo”.