



## **Weekendowy trening w Krakowie**

2022-06-04

**Zapraszamy na kolejne bezpłatne zajęcia w ramach tegorocznej edycji projektu „Trenuj w Krakowie!” prowadzonego przez Zarząd Infrastruktury Sportowej w Krakowie, który wpisuje się w miejską kampanię „Kraków w formie”. Najbliższe sportowe wydarzenia jutro, 5 czerwca.**

### [Rolkuje z nami!](#)

Treningi są bezpłatne, warunkiem udziału w zajęciach jest zgłoszenie swojego udziału poprzez [formularz](#). Limit uczestników to 30 osób. Lista zostanie zamknięta po osiągnięciu limitu. W zajęciach mogą wziąć udział uczestnicy od 6 roku życia. Dzieci w wieku 6-12 lat mogą uczestniczyć w treningu wyłącznie z opiekunem. Osoby niepełnoletnie biorą udział w zajęciach na podstawie zgody wyrażonej przez rodzica/opiekuna prawnego dokonanej podczas zgłoszenia na trening.

Warunkiem uczestnictwa w zajęciach jest obowiązek posiadania sprawnego technicznie sprzętu – rolek oraz kasku, ochraniaczy na kolana, łokcie i nadgarstki.

**Kiedy:** 5 czerwca (sobota), godz. 10:00.

**Gdzie:** Zbiórka uczestników na parkingu medialnym przy Stadionie Miejskim im. H. Reymana (wejście od Al. 3 Maja przez bramę przy ochronie).

### **Co będziemy robić?**

Nauka, a następnie doskonalenie elementów techniki. Podział na grupę początkującą i zaawansowaną. Elementy przekładanki, jazdy do tyłu i hamowania. Zabawowa forma ćwiczeń – doskonała dla nauki dzieci.

Nie bójcie się zadawać pytań – nasi trenerzy służą pomocą zarówno w nauce techniki, jak i doborze sprzętu.

### [Regulamin zajęć](#)

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

Rodzice! Zmotywujcie swoje pociechy i przyprowadźcie na trening prowadzony przez wykwalifikowanych trenerów, w tym przez osoby z kierunkowym wykształceniem do pracy z najmłodszymi. Dzieciaki! Dołączcie do nas! Zapraszamy na zajęcia dzieci i młodzież w wieku od 6 do 18 roku życia. Warunkiem udziału w zajęciach jest zgłoszenie swojego udziału poprzez [formularz](#).

### [Regulamin zajęć](#)

**Kiedy:** 5 czerwca (niedziela), godz. 10.00.

**Gdzie:** zbiórka przy fontannie w parku Lotników Polskich (od strony al. Jana Pawła II), na terenie



**Magiczny  
Kraków**

którego zaplanowane są zajęcia.

### **Co będziemy robić?**

Zaplanowano zajęcia ruchowe na świeżym powietrzu. Będzie tor przeszkód, ćwiczenia motoryczne i koordynacyjne.

Stawiamy na zabawę poprzez aktywność ruchową.

[Regulamin zajęć](#)