



## **„Zatrać się w zieleni” na trzy sposoby - krakowskie parki zapraszają**

2017-06-19

**„Zatrać się w zieleni”, czyli akcja promująca korzystanie z miejskich terenów zielonych w celach wypoczynkowych i rekreacyjnych, to idealna propozycja dla krakowian spędzających lato w mieście.**

- W te wakacje Kraków stawia na zieleń. Przez całe lato krakowianie będą mogli brać udział w wydarzeniach organizowanych przez Zarząd Zieleni Miejskiej i Krakowskie Biuro Festiwalowe. Są to trzy cykliczne akcje: Ćwicz w zieleni, Piknikuj w zieleni oraz Parkobus – powiedział prezydent Jacek Majchrowski.

### **Ćwicz w zieleni**

W maju ruszyły bezpłatne zajęcia fitness na świeżym powietrzu – w czterech różnych lokalizacjach: park Jordana, park Kościuszki, park Bednarskiego i park Decjusza. Prowadzą je instruktorzy ze znanych krakowskich klubów fitness – All for body, GTX, Fit Mama – Dominika Szpik, Soul Fitness, Lans na balans – Daria Loferska, Active Women.

Oferta jest bardzo różnorodna – zajęcia biegowe, zajęcia dla mam, trening biegowy, spalacz tłuszczu, nordic walking, stretching, GTX, pilates oraz wiele innych. Zajęcia będą odbywać się w określone dni tygodnia oraz weekendowo podczas pikników.

Można się na nie zapisywać [na stronie internetowej Zarządu Zieleni Miejskiej](#), gdzie dostępny jest specjalny formularz.

### **Piknikuj w zieleni**

Pikniki będą odbywać się w wakacje, w każdą sobotę oraz niedzielę w różnych krakowskich parkach. W lipcu: w sobotę w parku Bednarskiego, w niedzielę przy Zalewie Nowohuckim. W sierpniu: w sobotę w parku Bednarskiego, w niedzielę w parku Decjusza. We wrześniu: w sobotę na Plantach, w niedzielę w parku Kościuszki.

Podczas pikników każdy znajdzie coś dla siebie. Można brać aktywny udział w różnego rodzaju grach i zabawach – bule, minipiłka nożna, badminton itp. Podczas pikników odbywać się będą zajęcia fitness prowadzone przez wyżej wymienione kluby. Dostępna będzie także strefa relaksu z leżakami i kocami, na których będzie można wypoczywać. O podniebienie i żołądki zadbają food tracki, których w każdym parku będzie od kilku do kilkunastu.

### **Parkobus w zieleni**

Nowością i wyjątkową atrakcją kampanii „Zatrać się w zieleni” jest Parkobus, który będzie kursował na wyznaczonych trasach i zabierał mieszkańców jednej części Krakowa do parku na drugim końcu miasta. Dzięki temu krakowianie i goście będą



mogli poznać także inne parki, a nie tylko te w swojej najbliższej okolicy.

Parkobus będzie ekologiczny i specjalnie oznakowany. Będzie odjeżdżał z wybranych przystanków komunikacji miejskiej. Na miejscu będzie można wziąć udział w spacerze przyrodniczym i usłyszeć ciekawostki dotyczące fauny i flory.

**Kursy:**

- 8 lipca: Krowodrza - Park Bednarskiego
- 15 lipca: Bieżanów - Witkowice/Park Kościuszki
- 22 lipca: Nowa Huta - Bagry
- 5 sierpnia: Krowodrza - Bagry
- 12 sierpnia: Bieżanów - Zalew Nowohucki
- 19 sierpnia: Nowa Huta - Zakrzówek
- 2 września: Nowa Huta - Park Bednarskiego
- 9 września: Krowodrza - Zakrzówek
- 16 września: Bieżanów - Zakrzówek