



Rodzinne Pływanie 2018 - od września więcej zajęć

2018-08-07

Gmina Miejska Kraków, Ośrodek Sportu i Rekreacji „KOLNA”, Centrum Rozwoju Com Com Zone oraz Krakowski Szkolny Ośrodek Sportowy zapraszają mieszkańców Krakowa na bezpłatne, rodzinne lekcje pływania odbywające się ramach kampanii „Kraków stawia na rodzinę”.

Główną ideą akcji jest integracja rodzin oraz zachęcanie ich do wspólnego, aktywnego i sportowego spędzania wolnego czasu. Jest to świetna promocja sportu rodzinnego oraz zdrowego stylu życia.

„Rodzinne pływanie” skierowane jest do krakowskich rodzin zamieszkałych na terenie Gminy Miejskiej Kraków. W ramach projektu rodziny mogą skorzystać z bezpłatnej nauki pływania pod okiem doświadczonego instruktora. W skład jednej rodziny może wejść maksymalnie pięć osób, tj. dwoje rodziców (lub rodzic) i max. 3 dzieci (od 5 lat do 16 roku życia), zamieszkałych na terenie Gminy i Miasta Kraków.

Do skorzystania z bezpłatnej nauki pływania przygotowanej specjalnie dla krakowskich rodzin szczególnie mocno zachęca Marzena Paszkot – Pełnomocnik PMK ds. Rodziny, pomysłodawczyni i koordynator akcji. „Wspólne, rodzinne spędzanie czasu wolnego jest niezwykle ważne dla wszystkich członków rodziny. Pomaga w budowaniu więzi rodzinnych i angażowaniu się rodziców w zajęcia sportowe i prozdrowotne swoich dzieci. Ponadto udział w akcji będzie zapewne wspólną zabawą wakacyjną dla całych rodzin – mówi Marzena Paszkot.

Uwaga! Ilość miejsc jest ograniczona i o wzięciu udziału w akcji decyduje kolejność zgłoszeń.

„Rodzinne pływanie” odbywa się na pływalniach będących nowoczesnymi placówkami sportowo – rekreacyjnymi zlokalizowanymi na terenie Krakowa:

- **OSiR „Kolna”, ul. Kolna 2, Kraków, regulamin**

www.kolna.pl

- **Centrum Rozwoju Com Com Zone Nowa Huta, ul. Ptaszyckiego 6, Kraków, regulamin**

www.comcomzone.pl/zona/nowa-huta

- **Centrum Rozwoju Com Com Zone Prokocim, ul. Kurczaba 29, Kraków, regulamin**

www.comcomzone.pl/zona/prokocim

Terminy zajęć:

- 23, 24, 30 czerwca 2018 r.



- 1, 7, 8, 14, 15, 21, 22, 28, 29 lipca 2018 r.
- 4, 5, 11, 12, 18, 19, 25, 26 sierpnia 2018 r.
- 1, 2, 8, 9, 15, 16, 22, 23, 29, 30 września 2018 r.
- 6, 7, 13, 14, 20, 21, 27, 28 października 2018 r.
- 3, 4, 10, 11, 17, 18, 24, 25 listopada 2018 r.
- 1, 2, 8, 9 grudnia 2018 r.

w godzinach:

- OSiR „Kolna” – 12.00 – 15.00, (tzn.: 12.00 – 12.45, 13.00 – 13.45, 14.00 – 14.45).
- Centrum Rozwoju Com Com Zone Nowa Huta – 12.30 – 14.45, (tzn.: 12.30 – 13.15, 13.15 – 14.00, 14.00 – 14.45).
- Centrum Rozwoju Com Com Zone Prokocim
 - soboty – 11.00 – 13.15 (tzn. 11.00 – 11.45, 11.45 – 12.30, 12.30 – 13.15)
 - niedziele – 11.45 – 14.00 (tzn. 11.45 – 12.30, 12.30 – 13.15, 13.15 – 14.00).

Krakowski Szkolny Ośrodek Sportowy im. Szarych Szeregów

1. Ośrodek Sportowo - Rekreacyjny Kurdwanów Nowy, ul. Wysłouchów 34 - zapisy od 1 sierpnia 2018 r.

www.kurdwanow.ksos.pl/index.php5

- 2, 9, 16, 23, 30 września 2018 r.
- 7, 14, 21, 28 października 2018 r.
- 4, 18, 25 listopada 2018 r.
- 2, 9, 16 grudnia 2018 r.

w godzinach 13.00 – 13.45, 13.45 – 14.30, 14.30 – 15.15

2. Międzyszkolny Basen Pływacki Nowa Huta, os. Kolorowe 29b - zapisy od 3 września 2018 r.

www.nowahuta.ksos.pl/index.php5

- 8, 15, 22, 29 września 2018 r.
- 6, 13, 20, 27 października 2018 r.
- 3, 10, 17, 24 listopada 2018 r.
- 1, 8, 15 grudnia 2018 r.

w godzinach 13.15 – 14.00, 14.00 – 14.45, 14.45 – 15.30



**Magiczny
Kraków**

3. Krakowski Szkolny Ośrodek Sportowy, al. Powstania Warszawskiego 6 - zapisy od 16 sierpnia 2018 r.

www.ksos.pl/index.php5

- 1, 8, 15, 22, 29 września 2018 r.
- 6, 13, 20, 27 października 2018 r.
- 3, 10, 17, 24 listopada 2018 r.
- 1, 8, 15 grudnia 2018 r.

w godzinach 12.30 - 13.15, 13.15 - 14.00, 14.00 - 14.45

KSOS regulamin

Szczegóły na stronach www.kkr.krakow.pl, www.kolna.pl oraz www.comcomzone.pl