



**Magiczny
Kraków**

Seniorzy - czas na sport

2015-10-05

Już 8 i 9 października br. na obiektach sportowych KS Bronowianka ul. Zarzecze 124a w Krakowie odbędą się I Mistrzostwa Krakowa Seniorów 60+ o Puchar Prezydenta Miasta Krakowa.

Gmina Miejska Kraków oraz Małopolskie Towarzystwo Krzewienia Kultury Fizycznej zapraszają wszystkich na to niezwykle wydarzenie. Po raz pierwszy osoby w naszym Mieście, które ukończyły 60. rok życia staną do boju o najważniejsze trofeum – Puchar prezydenta miasta Krakowa. Seniorzy będą mogli zmierzyć swoje siły w konkurencjach tkj. Badminton, tenis ziemny, tenis stołowy, ringo, bule, biegi, pływanie, lekkoatletyczny tor przeszkód, szachy, brydż sportowy. Dodatkowymi atrakcjami będzie wspólny trening i spacer nordic walking prowadzony przez profesjonalnego trenera, pokaz aqua aerobiku z możliwością bezpłatnego udziału w nim oraz rajd rowerowy na dwóch dystansach (7 km oraz 30 km) oraz możliwość poznania rozwijającej się w Polsce dyscypliny speedball.

Ceremonia otwarcia Mistrzostw odbędzie się na głównej płycie boiska KS Bronowianka w czwartek (08.10.2015r) o godz. 10.00, natomiast dekoracja najlepszych zawodników Mistrzostwa zaplanowana jest na piątek (09.10.2015 r.) na godz. 14.00

Program wydarzenia obejmuje:

8 października 2015 r. /czwartek/:

9:00-9:50 - weryfikacja zawodników

10:00 - otwarcie Mistrzostw

10:30 - Start Rajdu Rowerowego

10:30 - Rozpoczęcie gier: badminton, bule, ringo, tenis, tenis stołowy

10:40 - Nordic Walking

12:00 - biegi 300, 600, 900 m

14:00 - LA tor przeszkód

16:00 - brydż i szachy

9 października 2015 r. /piątek/:

9:00-10:00 - weryfikacja zawodników

9:00-9:45 - Aqua aerobics

10:00 - kontynuacja gier: badminton, bule, ringo, tenis, tenis stołowy



**Magiczny
Kraków**

13:00 - dekoracja zawodników

15:00 - zamknięcie Mistrzostw