



IX Mistrzostwa Krakowa Seniorów

2024-09-06

Startują IX Mistrzostw Krakowa Seniorów 65+. Zawody rozgrywane są 26 i 27 września na obiektach KS „Bronowianka” przy ul. Zarzecze 124. Uczestnicy imprezy rywalizują o Puchar Prezydenta Miasta Krakowa w dwunastu dyscyplinach sportowych.

IX Mistrzostwa zostaną rozegrane w następujących dyscyplinach:

1. tenis stołowy
2. bule (petanque)
3. cyklotrial rowerowy (rowerowy tor przeszkód)
4. Nordic Walking – chód z kijami NW na dystansie 100 m
5. badminton
6. ringo
7. tenis
8. pływanie na 50 m
9. biegi na 300 m, 600 m, 900 m w zależności od kategorii wiekowej
10. wielobój sprawnościowy – 5 konkurencji rekreacyjnych

W powyższych dyscyplinach zostaną rozdane najlepszym zawodniczkom i zawodnikom w każdej kategorii wiekowej : puchar, medale, dyplomy.

Ponadto odbędą się 2 dyscypliny w postaci treningu: aqua aerobic – gimnastyka w wodzie i marsz na dystansie około 5 km z kijami Nordic Walking.

Udział w zawodach jest bezpłatny, wszyscy zostaną ubezpieczeni od nieszczęśliwych wypadków, a dla 350 zawodników przewidziano pakiety startowe. Każdy uczestnik mistrzostw musi mieć aktualne badania lekarskie lub podpisać oświadczenie o dobrym stanie zdrowia na liście startowej.

Szczegóły imprezy w REGULAMINIE i PROGRAMIE. Więcej informacji pod numerem telefonu **12 633 26 62**, e-mail: tkkf@tkkf.com lub w biurze TKKF przy ul. Lenartowicza 14 w godz. 10:00-14:30.

Karta zgłoszenia uczestnika do pobrania www.facebook.com/MTKKF i www.tkkf.com lub **w biurze Małopolskiego TKKF.**

Organizatorem imprezy jest Wydział Polityki Społecznej i Zdrowia UMK i Pełnomocnik Prezydenta Miasta Krakowa ds. Polityki Senioralnej, a realizatorem zadania Zarząd Wojewódzki Małopolskiego Towarzystwa Krzewienia Kultury Fizycznej i Klub Sportowy „Bronowianka”.

[REGULAMIN](#)

[KARTA ZGŁOSZENIA UCZESTNICTWA](#)