



Baltic Tour MEDICOVER SPORT

26.07 - 5.08.2026



**DOŁĄCZ
DO SPORTOWEJ
FALI I RUSZ
PO ZDROWIE**

Lato to najlepszy moment, żeby złapać sportową falę. Od 26 lipca do 5 sierpnia 2026 r. Medicover Sport odwiedza 10 nadmorskich plaż, zamieniając wakacyjny wypoczynek w prawdziwą przygodę pełną ruchu, zabawy i zdrowia. Jeśli planujesz urlop nad Bałtykiem to sprawdź, czy Baltic Tour będzie w Twoim mieście. Wstęp jest bezpłatny i otwarty dla wszystkich.

Gdzie nas znajdziesz?

Odwiedzamy plaże
od Świnoujścia
aż po Gdynię:



Świnoujście 26.07

Kołobrzeg 27.07

Darłowo 28.07

Ustka 29.07

Łeba 30.07



Jastarnia 31.07

Hel 01.08

Sopot 03.08

Gdańsk 04.08

Gdynia 05.08



Co na Ciebie czeka?

Tor przeszkód

– świetna zabawa zarówno dla dorosłych, jak i dla dzieci. Zmierz się z trasą solo albo pobij czas koleżanki czy kolegi z pracy!

Tenis plażowy

– dynamiczny, wciągający sport, który pokochasz od pierwszego uderzenia. Organizujemy otwarte warsztaty, zapewniamy sprzęt i opiekę trenerską.

Wakacyjna plaża zamienia się w centrum aktywności i sportowej zabawy dla dzieci, dorosłych i całych rodzin.

Poranne sesje na matach na podcierwień

zaczynij dzień od głębokiego relaksu. Ciepło podczerwone rozluźnia mięśnie, poprawia krążenie i wycisza układ nerwowy.

Zajęcia fitness

– grupowe treningi prowadzone na świeżym powietrzu, przy dźwiękach fal. Cardio, trening siłowy, stretching i więcej. Każdy znajdzie coś dla siebie.

Strefa relaksu

– potrzebujesz chwili tylko dla siebie? Tu możesz złapać oddech, rozluźnić mięśnie i naładować baterie. Leżaki, cień i spokój – bo aktywny odpoczynek to też forma ruchu.

Konkursy i zawody

– codziennie organizujemy zawody i wyzwania. Od turniejów tenisa plażowego po rywalizację na torze przeszkód. Na wszystkich czekają pamiątkowe medale.

Zdrowie nie bierze urlopu



Na każdej plaży Baltic Tour czekają na Ciebie bezpłatne badania profilaktyczne prowadzone przez Medicover: pomiar ciśnienia krwi, cukru we krwi oraz składu ciała.

To doskonała okazja, żeby przy okazji wakacyjnej aktywności zatrzymać się na chwilę i sprawdzić, co słychać w środku.

**WIĘCEJ INFORMACJI
I PEŁNY HARMONOGRAM:**
medicoversport.pl/baltictour