



Mörfelden -Walldorf wartet auf **DICH** !

Parkour-Workshop für alle zwischen 12 und 16 Jahren

am **18./19. Juni**

jeweils **10.00Uhr** bis **16.00Uhr**

in der **Kurt-Bachmann-Halle**

**Stell Dich der Herausforderung:
jetzt anmelden und Plätze reservieren!**



So hast Du Deine Stadt noch nicht erlebt

Parkour ist ein Trendsport, der dem Trainierenden Kondition, Gleichgewichtssinn und Technik gleichermaßen abverlangt. Ziel ist es, seinen eigenen Fähigkeiten angemessen, sämtliche Hindernisse zu überwinden um so den kürzesten Weg von Punkt A zum selbstgewählten Ziel B zu finden. Die „natürlichen“ Hindernisse selbst dürfen dabei jedoch nicht verändert werden, da es darum geht, mit dem vorhandenen Umfeld zurecht zu kommen.

Klingt einfach, ist es aber nicht!

Worauf es bei Parkour ankommt, erfahren Kinder und Jugendliche zwischen 12 und 16 Jahren in einem Wochenend-Workshop der SKV Mörfelden. Sie erhalten wichtige Trainingstipps und Hilfestellung. Erste Tricks werden auf Matten und im Geräte-Park der Kurt-Bachmann-Halle geübt. Je nach Wetter ist auch ein Training im Gelände möglich.

Der Workshop beginnt jeweils um 10.00Uhr und endet um 16.00Uhr. Er kostet 30,-Euro pro Teilnehmer, 20,-Euro für Geschwisterkinder. In diesem Betrag sind insgesamt 10 Stunden Training und jeweils ein Essen in der Mittagspause enthalten.

Weitere Informationen über Kursleiter Mario Sauer

Telefon: 0176/23310387

E-Mail: mario.sauer@skv-moerfelden.de

Das Anmelde-Formular findet Ihr auf der SKV-Homepage unter www.skv-moerfelden.de. Einfach ausdrucken, ausfüllen, abgeben. Entweder in der SKV-Geschäftsstelle, Langener Straße 15, oder im SKV-Fitnessstudio, Feststraße 18c, jeweils in Mörfelden. Die Kursgebühr ist bei Anmeldung zu entrichten. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.