

Freerunning-Parkour im Turnsaal (seit September 2012)

Da wir Kindern und Jugendlichen eine trendige neue Sportart bei der Sportunion Baden anbieten möchten, haben wir beschlossen Parkour im Turnsaal anzubieten.

Was ist Freerunning-Parkour?

Bei Freerunning-Parkour überwindet man, meist im städtischen Bereich, möglichst direkt Hindernisse mit verschiedenen Bewegungen. Im ersten Schritt beschäftigen wir uns im abgesicherten Raum (TS) mit dieser Sportart beschäftigen, um die verschiedenen Möglichkeiten, wie man Hindernisse überwindet, trainieren und kennenzulernen.

Ziele dieser Einheit?

- Eine coole Sportart für Jugendliche anzubieten.
- Beweglichkeit, Kraft und Koordination zu trainieren sowie viel Spaß zu haben.
- Den Teilnehmern vielfältige Übungen und Bewegungen mit und auf Turngeräten beizubringen.
- Viele tolle Turngeräte und Moves kennenlernen.

Wie kann ich mitmachen?

Alle, die Interesse haben, können bis 30. September einmalig kostenlos „schnuppern“ kommen. Wir müssen auf Grund der räumlich beschränkten Kapazitäten im TS sicher eine maximale Anzahl an Teilnehmern festlegen. Das wird nach dem Schnuppermonat festgelegt. Die Kriterien werden die Trainer rechtzeitig bekannt geben.

Wie alt muss ich sein?

Kinder/Jugendliche (Mädchen und Burschen) ab 14 Jahren

Wo findet Freerunning-Parkour statt?

Im TS Breyerstraße 1A des BG/BRG Frauengasse (Eingang links neben dem BIPA) am Donnerstag in der Zeit von 18.00 bis 19.30 Uhr.

Leitung:

Nils Schöffmann Mobil: 0680/5011185

Bankverbindung: Raiffeisenbank Baden
IBAN: AT70 3204 5000 0108 2379, BIC: ATRLN2333