



Har du hørt om Parkour?

Stokke il turn er så heldig å ha fått en kjempeflink instruktør og vi gleder oss til å vise dere hva parkour er

Kurset passer for både jenter og gutter i alder fra 9 år og oppover

Parkour dreier seg om å bevege seg fra a til å -over og gjennom diverse hindringer med kun sin egen kropp til hjelp og vi bruke ulike teknikker som klatring, løping, hopping og balansering

Parkour betegnes både som en aktivitet, bevegelse og livsstil og handler om å være nysgjerrig og utforskende med kroppen i møte med landskapet du bor i. Det er mye teknikk i det, men spørsmål er alltid «Kan jeg komme meg opp dit?» eller «Er det mulig å lande der?». Noen ganger går det, andre ganger må du komme tilbake og prøve en annen dag.

Kom å prøv 😊

Vi starter opp i gymsalen på Bokemoa barneskole tirsdager
kl 17-19 med oppstart tirsdag 23. august -22

