

CORSO DI PARKOUR



DURATA: 5 INCONTRI DA 60 MIN CIASCUNO
INIZIO: 21 NOVEMBRE

CORSO GRATUITO

Il **parkour** è una disciplina sportiva nata in Francia a partire dalla metà degli anni 1980. Consiste nell'**abilità di compiere un percorso** partendo da un punto A a un punto B, **superando qualsiasi genere di ostacolo in maniera veloce ed efficiente.**

Il parkour include corsa, arrampicata, oscillazione, volteggio, salto, pliometria, rotolamento, quadrupedia e altri **movimenti ritenuti più adatti alla situazione.**

PER INFO E CONTATTI

Tel: 3284531773 Mail: INFO@CCAA.IT