Fortbildung: Die Welt des Parkour - individuell, ganzheitlich, spaßbetont

Lehrgangsnummer:	FÜLC-04-2025
Lerneinheiten:	8
Träger:	Stadtsportbund Chemnitz e.V.
Kosten:	35 € | Nicht-Sportvereinsmitglied
	30 € | Sportvereinsmitglied
Anmeldeschluss:	13.11.2025, 23:00 Uhr
Stornofrist:	02.11.2025

Termin

15.11.2025, 09:00 - 16:30 Uhr

Referent:in: Sören Strehlow

Inhaltliche Schwerpunkte

Parkour ist mehr als nur eine Trendsportart – es ist eine kreative und individuelle Art der Fortbewegung, die den eigenen Körper und den umgebenden Raum auf völlig neue Weise erfahrbar macht. Egal ob Schnellkraft, Körperspannung, Ausdauer oder Mobilität, es wird dabei nicht nur der ganze Körper trainiert, sondern auch der Geist. Die wohl individuellste Sportart der Welt ermöglicht ein Training ganz nach den eigenen Bedürfnissen und Wünschen, unabhängig der individuellen Voraussetzungen.
Die Fortbildung richtet sich an Übungsleiter:innen, Trainer:innen und Sportbegeisterte, die Parkour oder Elemente daraus in ihre eigene Sportart bzw. den Breitensport integrieren möchten.

Veranstalter

Stadtsportbund Chemnitz
Stadtsportbund Chemnitz e. V.
Tel. +49 371 495000-40
Fax. + 49 371 495000-49
E-Mail: info@sportbund-chemnitz.de
Internet: http://www.sportbund-chemnitz.de