

*Game*

# **NYT PARKOURTILBUD I GAME STREETMEKKA AALBORG**



**Parkourtræninger hver tirsdag kl. 14.00-15.00**

**Første træning: 6. september 2022**

**Nogle børn og unge har brug for lidt ekstra for at få en god oplevelse med idræt og blive en del af et fællesskab. GAME Streetmekka starter 6. sep. 2022 det næste forløb med parkourtræninger, hvor fokus er at give gode idrætsoplevelser og prøve at gå til noget i fritiden. Forældre må meget gerne deltage aktivt i træningerne også.**

<b>HVEM</b>	Børn og unge i alderen 8-15 år
<b>HVAD</b>	En times parkourtræning
<b>HVOR</b>	GAME Streetmekka
<b>HVORNÅR</b>	September 2022-juni 2023

### **Hvorfor parkour?**

Parkour er en fysisk disciplin, hvor det gælder om at komme fra A til B ved løb, hop og klatring. Parkour som idrætsform er utrolig fleksibel og skalérbar, hvilket betyder, at alle uanset niveau eller form kan deltage i den samme træning. Her tilpasser man sine bevægelser til de omgivelser, man befinder sig i, og det stiller derfor få krav til udstyr og faciliteter.

---

### **Tilmelding**

**Kontakt Jonatan, GAME Streetmekka Aalborg:**

**js@game.ngo**

**31 41 00 20 (spørg efter Jonatan)**

**Træningerne afvikles i samarbejde med Parasport Aalborg**