

Parkour introduktion eller forløb



Beskrivelse

Eleverne vil få besøg af én eller flere garvede udøvere af parkour med masser af erfaring inden for disciplinen. De kommer til at lære de basale bevægelser i parkour, som kan bruges til at passere simple forhindringer, samt hvordan disse kan kombineres, så man får en mere udfordrende oplevelse.

Der er mulighed for at afholde en kort introduktion på 2 timer, men der er også rig mulighed for at afholde meget længere forløb med flere besøg. eksempelvis et ugelangt forløb på en temauge med henblik på et show for skolen, eller 3 besøg af 2 timer hvor eleverne får mulighed for at presse deres egne grænser ad flere omgange.

Formål

- Eleverne får både indblik i parkours historie samt de fysiske og mentale forberedelser, der skal til, for at udøve parkour. Dertil vil der især blive lagt fokus på at forberede eleverne på en eventuel parkourexamen. Parkour udfordrer elevernes fysiske og mentale grænser.

Praktisk information

Udbyder

Aarhus Parkour

Forløbstype

Forløb med formidler

Målgruppe

HF
HHX
HTX
STX

Antal

45

Periode

Hele året

Pris

450,- pr. gruppe (Momsfrit)

450 kr. for en time med instruktør. Der skal være én instruktør for hver gruppe á 15 elever - antallet af elever per instruktør kan dog øges ved supplerung af andre voksne som varetage basale pædagogiske opgaver.

Emneområde

Idræt og bevægelse

Fag

Idræt

Kontakt udbyder

Aarhus Parkour

Aarhus

8000 Aarhus

Tlf. 51 78 78 60

Request buttons

Søg om refusion af forløbet Søg om refusion af forløbet