

# Parkour



Il Parkour (da *parcour*, percorso) è un'attività fisica che consiste nel correre, arrampicarsi e saltare per superare un ostacolo o attraversare uno spazio. Il successo del Parkour fino ad oggi è probabilmente dovuto alla grande trasferibilità dei principi della disciplina: l'adattabilità fisica a problemi motori promuove adattabilità mentale a problemi astratti. Chi si avvicina al Parkour si confronta con diversi momenti di crescita. Primo fra tutti un evento liberatorio connesso ad una ritrovata mobilità fisica in rapporto con l'ambiente. Immediatamente successiva è la scoperta di avere maggior controllo su di sé, con lo sviluppo di una forte autonomia. Parkour è esplorazione rispettosa di sé stessi e degli spazi, che comincia ragionando in modo critico; questo richiede impegno, costanza e dedizione.

**i** Martedì e venerdì dalle 20 alle 22

500 € stagionale bisettimanale (oppure 3 rate da 200 €)

300 € stagionale monosettimanale (oppure 3 rate da 130 €)

Referente | **Daniele 'geno' Caravina**

Telefono | **340 4668640**

Email | **[info@parkourwave.com](mailto:info@parkourwave.com)**