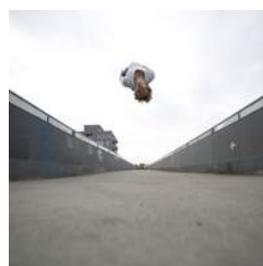


Event ohne Übernachtung

Workshop Freerunning & Parkour

Workshop Freerunning & Parkour. Der Trendsport.



Programm-Idee

„Unabhängig eigene Wege gehen, die Leidenschaft zur Bewegung ausleben, die Umgebung wahrnehmen und in die selbst gewählte Fortbewegung einbinden. Parkour ist mehr als ein Sport. Man lernt, die Umgebung mit anderen Augen zu sehen: aus Hindernissen, die früher die Bewegung leiteten und einschränkten, werden Möglichkeiten zu Kreativität und Bewegung.“ Parkour ist nicht nur Bewegung, sondern zeigt auch eine mentale Haltung, Dinge mit innerer Leichtigkeit anzugehen und mit ruhigem Geist die richtigen Entscheidungen zu treffen. Parkour ist kein Extremsport, sondern Lebenseinstellung und Kunst.

Paket-Nummer: 0041379

Region:	📍	Gesamt-Deutschland
Verfügbarkeit:	📅	ganzjährig
Teilnehmer:	👤	ab 10 Teilnehmer
Dauer:	🕒	3 Stunden
Mögliche Sprachen:	🌐	deutsch, englisch
Preis inkl. MwSt:	💰	ab 120,00 € p.P.

Event ohne Übernachtung

Workshop Freerunning & Parkour

Workshop Freerunning & Parkour. Der Trendsport.

Beschreibung

DIE PHILOSOPHIE

Parkour kann jedem in irgendeiner Form nützen und helfen: Sei es durch das bloße körperliche Training oder durch die daraus resultierende mentale Stärke. Jeder kann Parkour lernen im Rahmen seiner körperlichen Voraussetzungen, egal ob jung oder alt, männlich oder weiblich, auch ohne sportliche Vorerfahrung.

DAS TRAINING

Das Training wird an die Teilnehmer angepasst und die Coaches nehmen sich individuell Zeit für jeden. Dabei geht es nicht um waghalsige Sprünge oder Risiko, sondern um verantwortungsvolles und authentisches Training, das die Teilnehmer an ihre individuellen Grenzen führt und ihnen zeigt, dass sie Sachen machen können, die sie vorher für unmöglich hielten.

PARKOUR WORKSHOPS ALS INCENTIVES

Durch das Training in der Gruppe werden nicht nur Durchhaltevermögen und Motivation der Teilnehmer gefördert, sondern auch die Gruppenzugehörigkeit und der Teamgeist gestärkt. Die Teilnehmer werden vor Aufgaben und Hindernisse gestellt, die sie nur gemeinsam bewältigen können oder nur mithilfe gegenseitiger Motivation und Hilfe.

BEISPIELHAFTER PROGRAMMABLAUF WORKSHOP TEAM TRAINING

VORBEREITUNG

Vorstellungsrunde Trainer & Teilnehmer
Vorstellung von Parkour und Freerunning
Einweisung zur Sicherheit
Aufwärmübungen

TRAINING

Balanceübungen
Actionphase mit Hindernisübungen:
Präzisionsprung
Landetechnik
Weitsprung
Abrollen
Durchbruch
Hochziehen
Mauerüberwindung
Katzensprung
Drehungen

FEEDBACK-RUNDE

Anbieter-Bewertungen

3 abgegebene Bewertungen	★★★★★	4.61 von 5 Sternen
Preis/Leistungsverhältnis:	★★★★☆	4.33 von 5 Sternen
Vollständigkeit der Leistungen:	★★★★★	4.67 von 5 Sternen
Freundlichkeit des Personals:	★★★★★	4.67 von 5 Sternen
Zutreffen der Beschreibung:	★★★★★	4.67 von 5 Sternen
Erwartungen erfüllt?	★★★★★	4.67 von 5 Sternen
Persönliches Engagement:	★★★★★	4.67 von 5 Sternen

Wichtige Hinweise

Der Preis pro Teilnehmer ermittelt sich maßgeblich anhand der Teilnehmeranzahl und der Dauer des Workshops.

Freerunning & Parkour kann auch als Show Act mit unseren professionellen Künstlern gebucht werden.

Event ohne Übernachtung

Workshop Freerunning & Parkour

Workshop Freerunning & Parkour. Der Trendsport.

Leistungen inkl.

- Workshop Freerunning & Parkour

Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können

www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0041379

