



PARKOUR

ESPECIAL VERANO

Descripción de la actividad:

¡Anímate y vente con nosotros a aprender parkour!

Saltos, acrobacias en cama elástica, agilidad y muchas otras habilidades son algunas de las cosas que aprenderás aquí. El parkour es una disciplina urbana en la que cada uno busca superarse a sí mismo saltando, trepando y jugando con el entorno y los obstáculos que se encuentran en él. ¡Un deporte muy divertido y que todo el mundo puede disfrutar! ¿Saltamos juntos?

Contenido:

- ¿Qué es el parkour y para qué sirve?
- Movimientos básicos del parkour.
- Movimientos avanzados.
- Parkour útil y recursos de seguridad.
- Iniciación a la acrobacia en cama elástica.
- Flow, velocidad y creatividad.
- Juegos y dinámicas.

Fechas, horario y lugar:

- Fechas: del 24 al 28 de junio.
- Horarios: de lunes a viernes de 11:00 a 14:00 h.
- Lugar: en el Centro de la Juventud (Avda. Ntra. Sra. del Retamar, 8).

Edades:

- Edades: nacidos del 2008 al 2013.

Metodología:

El Parkour es una actividad libre y creativa, donde prima el descubrimiento personal. Por ello fomentamos que cada uno encuentre y practique el estilo que más le divierta. Gran parte de aprendizaje se hace a través de juegos y la resolución de retos diseñados en función de las características del grupo o individuales.

No olvides traer ropa deportiva y botella de agua.

Precio:

Precio empadronado: 51 €

Precio familia numerosa empadronado: 46 €

Precio no empadronado: 67,88 €

Inscripción:

- Servicio de Información e Inscripciones:

www.lasrozas.es/juventud/servicios/informacion-e-inscripciones

- Inscripción directa para usuarios validados:

<https://lasrozas-juventud.deporsite.net/inscripcion-actividades>

Importante revisar la Normativa del Área de Juventud.



juventud.actividades@lasrozas.es
www.lasrozas.es/juventud

Centro de la Juventud
Avda. Ntra. Sra. del Retamar, 8
28232 Las Rozas
Tfno. 91 757 96 59

