



# CHE COS'È IL PARKOUR

Il parkour è un **allenamento completo** che insegna a muoversi in modo *sicuro, agile e naturale*, superando ostacoli correndo, saltando e arrampicandosi.

Sviluppa *forza, coordinazione, concentrazione e fiducia in sé stessi*, sempre in un **contesto controllato e guidato da istruttori qualificati**.

**CORSI | LUNEDÌ**

16:20-17:05  
5-7 Anni

17:05-18:00  
8-10 Anni

18:00-19:00  
11-14 Anni

**KRAP.**  
**DOVE TROVARCI?**  
**MONTECCHIO  
MAGGIORE**

Via Giuseppe Zannato, 3  
Palestra IC ANNA FRANK-VI

