



# 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** | **MARTEDÌ**  
**GIOVEDÌ**

16:20-17:05  
5-7 Anni

17:05-18:00  
8-10 Anni

18:00-19:00  
11-14 Anni

**KRAP.**

**DOVE TROVARCI?**

**VILLAVERLA**

Sport Power Arena  
Via Stadio, 22, Villaverla-VI

