



AG zum Thema: Trendsportart „Le Parkour – L’art du Déplacement“

Was ist Le Parkour?

Le Parkour – L’art du Déplacement, die Kunst der Fortbewegung, ist eine Mischung aus Sport und Bewegungskunst, eine Kombination aus Körperbeherrschung und Geist, eine Verbindung von Ästhetik, Balance, Dynamik, Effizienz und Präzision. Die ursprüngliche Idee von Le Parkour ist es, sich auf seine Umgebung sowohl im urbanen, wie auch im natürlichen Gelände einzulassen und die auf einem Weg von A nach B gegebenen Hindernisse mittels der eigenen Fähigkeiten effizient und flüssig zu überwinden. Ein zentraler Aspekt der Philosophie von Le Parkour ist der respektvolle Umgang des Traceurs mit seiner Umgebung und seinen Mitmenschen. Parkour wird nicht nur im Freien, sondern – vor allem zu Trainingszwecken – zunehmend auch in Sporthallen betrieben. Die Sportler, die Le Parkour ausüben, nennen sich Traceure (von französisch *la trace* – *die Spur*; *le traceur* – *der eine Spur legt*).

Viele Parkourtechniken ähneln Grundformen turnerischen und leichtathletischen Sich-Bewegens: z. B. Laufen, Springen, Klettern, Hängen, Kehren, Wenden, Balancieren, Rollen, Kippen und Stützen.

Wann geht's los?	Infoveranstaltung am Montag, 23.09.2024 (Organisatorisches, Raum 202)
Durchführung?	montags in der A-Woche in der 7. - 8. Stunde
Teilnehmer?	Schülerinnen und Schüler vom Jahrgang 8 – 10
Gruppengröße?	Maximal 20 Personen



Teilnehmerliste für „Le Parkour – L’art du Déplacement“

	Name	Vorname	Klasse
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			