

## P9 Parkour / Freerunning

Die Schüler lernen Hindernisse zu überqueren und perfektionieren ihre Fähigkeiten im Abrollen, Springen und Landen. Durch verschiedene Übungen lernen sie ihre Stärken und Schwächen kennen. Täglich wächst der Übungsanspruch, da einzelne Elemente zunehmend in einen flüssigen Ablauf gebracht werden müssen.

