

Bericht Parkour

Wir waren heute beim Workshop Parkour. Als wir in die Turnhalle gingen, wussten wir nicht, worum es sich eigentlich handelt. Wir schauten ein bisschen zu und stellten folgende Dinge fest: Parkour ist eine Fortbewegungsart. Das Ziel ist, allein, ohne Hilfe, nur mit sich selbst von Punkt A nach Punkt B zu gelangen. Man entscheidet selber, über welche Hindernisse man springen möchte und wie man sie überwindet, z.B. mit einer Hechtrolle oder einem Hechtsprung.



Frau Achermann in einer Hechtrolle.



Ein Sprung über den Barren.

Es wird versucht, über grosse und kleine Hindernisse zu springen. Manchmal kann es auch sein, dass man sich dabei verletzt. Parkour kann man draussen sowie drinnen in einer Halle ausüben. Falls man drinnen arbeitet, benötigt man viele Geräte, z.B. Matten und alles, was man als Hindernis gebrauchen kann. Und natürlich braucht es auch Teamarbeit ...



Gemeinsam aufstellen.



Einwärmen.

Diese Sportart ist nicht nur für Jungs, sondern auch für Mädchen. Ich finde es interessant, wie gut alle mitmachen. So macht es auch mehr Spass ...

*Bericht: Emanuelle Peter
Fotos: Emanuelle Peter & Marisa Hess*