



Kom och prova-på

Naturparkour

Lördagen den 9/11 i Borensberg

En av världens mest snabbast växande spontanidrotter är Naturparkour. Nu har du en chans att prova-på under två timmar. Vi håller till vid TGOK:s klubbstuga Trädgårdstorp, Borensberg.

Varje hinder är en chans till utveckling. Naturparkour är precis som namnet antyder parkour ute i naturen. Parkour handlar om att förflytta sig från punkt A till B så snabbt, smidigt och effektivt som möjligt. Parkour utövas traditionellt i urban stadsmiljö men Naturparkour är en växande trend. Vi ser detta som en stor möjlighet. Javisst är naturen, med gräs, stockar och stenar, en självklar arena för spontanidrott och parkour!

Lördagen den 9 september blir ett gratis prova-på-tillfälle. Du behöver inga förkunskaper. Nivån anpassas efter deltagarna. Alla – oavsett ålder eller var du bor – är välkomna. (Är du sugen på att vara med och leda framtidens utveckling inom Naturparkour inom Friluftsförbundet så är du särskilt välkommen 😊). Vi provar denna lördag på olika tekniker inom Naturparkour. Om intresse finns lägger vi också grunden för en framtida gren för Naturparkour på lokal nivå. Ledaren för prova-på-tillfället ingår i Friluftsförbundets nationella Naturparkour-projekt.

Plats Trädgårdstorp (TGOK:s klubbstuga), Borensberg
Tid Kl. 13.00-15.00
Klädsel Sköna skor, oöm klädsel efter väder, vattenflaska. Vi är utomhus.
Övrigt Kom som du är! Du behöver inte föranmäla dig. Det kommer att finnas fika till självkostnadspris.
Kontakt Therese Hjälms, Friluftsförbundet Borensberg, tel. 072-523 99 60
e-post: therese.hjalm@gmail.com

Läs mer friluftsförbundet.se/borensberg
friluftsförbundet.se/naturparkour

FRILUFTS
FRÄMJANDET

