

## **Parkour in Kettwig**

Keine Grenzen, keine Barrieren! Nichts hält die Teilnehmer der Parkour-Gruppe so leicht auf. Die Gesetze der Schwerkraft scheinen bei einigen Übungen außer Kraft zu treten. Über Kästen, über Barren, die Wände hoch und noch spektakulärer mit gewaltigen Sprüngen wieder runter – eine Trainingsstunde ist für Jugendliche eine Mischung aus Spaß und Adrenalin, aber auch äußerste sportliche Herausforderung. Und das Ganze natürlich unter strengem Blick des Übungsleiters. Parkour in Essen, beim KSV.

## **Parkour**

- Basics (10 - 14 Jahre)
- Samstags 10:00 - 11:30
- Fortgeschrittene
- Samstags 11:00 - 12:30
- [Sportstätte: Realschule Kettwig](#)
- Übungsleiter: Georg Mathes
- [mail](#)

Bitte Probetraining nur nach vorheriger Rücksprache