

## Parkour-Training

### Parkour Bremen

Parkour Training für Erwachsene, Jugendliche, Kinder ab 7 Jahre

Wir sind überzeugt, dass jeder Parkour lernen kann. Auch für ängstliche, „unsportliche“ oder untrainierte Personen geeignet. Bei uns bekommst du immer genau die Unterstützung, die du gerade brauchst.

Parkour verbindet wettkampffrei körperliches und mentales Training mit gesellschaftlichen Werten. Unsere ältesten Teilnehmer sind über 50 Jahre. Die jüngsten ab 7-9 Jahre, trainieren mit einem Erziehungsberechtigten. Der Frauenanteil liegt bei ca. 30-40%.

Das Parkour Training findet unter professioneller und persönlicher Anleitung in kleinen Gruppen statt. Neue Techniken lernst du Schritt für Schritt und in sicherer Höhe. Dafür sind keine Vorkenntnisse oder Fitness erforderlich.

Als Einstieg hat sich der Probemonat bewährt. So lernst du unser Training vier Wochen ohne Risiko kennen. Aber Vorsicht, Suchtgefahr!

### Probemonat Bremen / 4x Samstag 12-14 Uhr

Für Erwachsene und Jugendliche ab 10 Jahre. Für 7-9 jährige, siehe unten. Keine Vorkenntnisse oder Fitness erforderlich. Der Probemonat ist wirklich für jeden geeignet. Wir haben einen hohen Frauenanteil und es gibt keine Altersgrenze. Kosten: 39,00 Euro

### Probemonat Bremen / 4x Samstag 10-12 Uhr

Für Erwachsene und Jugendliche ab 10 Jahre. Für 7-9 jährige, siehe unten. Keine Vorkenntnisse oder Fitness erforderlich. Der Probemonat ist wirklich für jeden geeignet. Wir haben einen hohen Frauenanteil und es gibt keine Altersgrenze. Kosten: 49,00 Euro.

---

## Regelmäßiges Training

### Samstags 10.00 – 12.00 Uhr

- Erwachsene und Jugendliche ab 10 Jahre
- Kinder ab 7-9 Jahre, mit einem Erziehungsberechtigten

### Samstags 12.00 – 14.00 Uhr

- Erwachsene und Jugendliche ab 10 Jahre
- Kinder ab 7-9 Jahre, mit einem Erziehungsberechtigten

Trainingsort: Rund um die Schlachte, City und am Parkour Park in Bremen. Treffpunkt nach der Anmeldung per SMS / Whatsapp

### Monatsbetrag (Stand: 08.10.2020)

- ab 39 €, bei 24 Monate Laufzeit = 5,85 €/Std.
- nur 49 €, bei 12 Monate Laufzeit = 7,35 €/Std.
- nur 79 €, bei 6 Monate Laufzeit = 11,85 €/Std.

## **Parkour Geburtstag**

Parkour Geburtstag für Kinder und Erwachsene Für Erwachsene und Jugendliche ab 8 Jahre. Keine Vorkenntnisse oder Fitness erforderlich. Der Parkour Geburtstag ist wirklich für jeden geeignet. Auch für weibliche Teilnehmer und es gibt keine Altersgrenze.

Dauer: ca. 2 bis 2,5 Stunden

Gruppengröße: Bis zu 10 Teilnehmer inklusive. Weitere Teilnehmer können dazu gebucht werden

Kosten: 169,- € inkl. MwSt. , jeder weitere Teilnehmer + 15,- €

Für eine Terminvereinbarung bitte eine SMS / Whatsapp an die 0178-1689333 und wir melden uns zurück.

### **Veranstaltungsort:**

Rund um die Schlachte, City und am Parkour Park in Bremen

### **Telefon:**

0178 168 93 33 (nur SMS/Whatsapp)

### **Internetadresse:**

[www.parkour-team.com/bremen/](http://www.parkour-team.com/bremen/)

### **Nächste Termine:**

Termine bitte erfragen

### **Anmeldungsinfo:**

Anmeldung per SMS / Whatsapp

### **Kosten:**

siehe Beschreibung