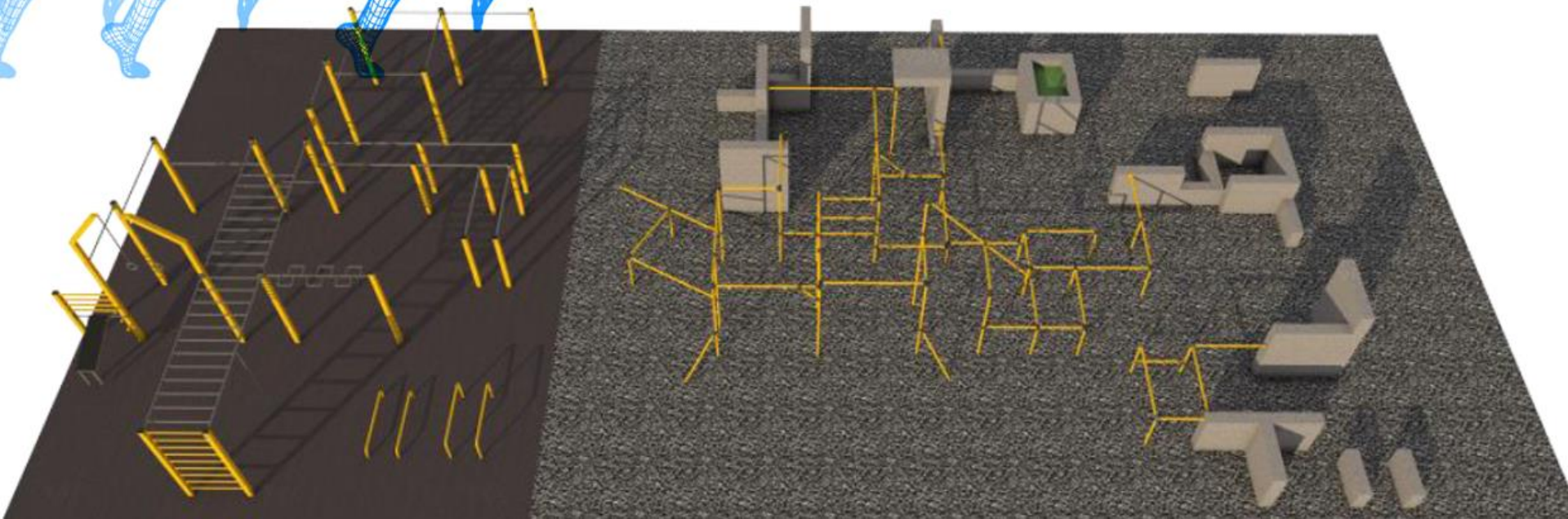
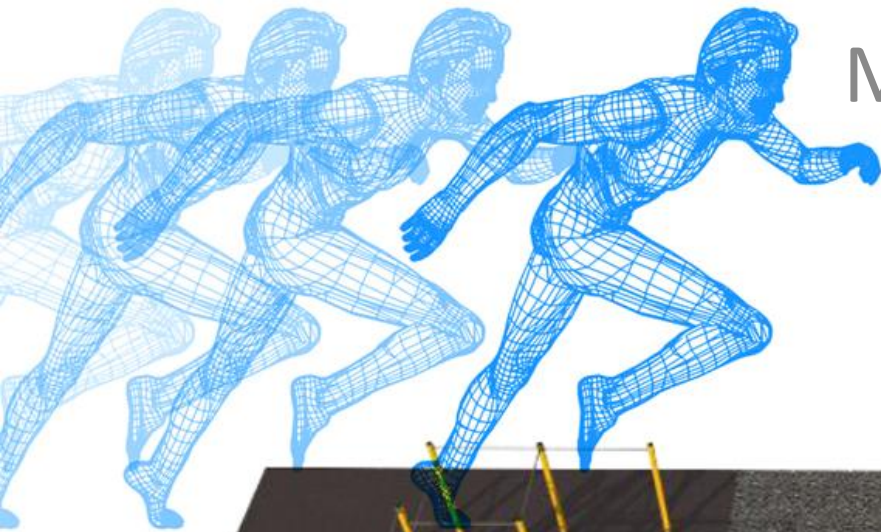


Sportowy Raj

Miejskie Centrum
Multisportowo-Integracyjne



Co to jest parkour?

Parkour jest to stworzona w latach 80., pochodząca z Francji, sztuka przemieszczania się zarówno w terenach miejskich jak i naturalnych. Główną ideą parkour jest pokonywanie przeszkód na trasie z punktu A do punktu B w sposób jak najszybszy i najefektywniejszy.

Parkour zdobył popularność dzięki filmom Luca Bessona takim jak *Yamakasi* – *współcześni samurajowie* (2001) i *13 Dzielnica* (2004).



Freerunning jest to dyscyplina, która **oddzieliła się** od parkour w ciągu ostatnich kilku lat. We freerunningu do technik parkour dochodzą wszelkiego rodzaju salta, obroty i akrobacie.

Główną ideą jest ekspresja siebie, swojego stylu oraz tworzenie nowych, efektownych ruchów.



Co to jest parkour?



Dlaczego Miejskie Centrum Multisportowo-Integracyjne?

- rozpowszechnianie kultury fizycznej oraz **zdrowego** stylu życia dzieci, młodzieży oraz dorosłych
- wspieranie prawidłowego rozwoju ruchowego dzieci i młodzieży
- zapewnienie **bezpiecznych** warunków treningowych
- animacja wolnego czasu dzieci i młodzieży
- krzewienie postaw obywatelskich i zasad sportowych
- przeciwdziałanie uzależnieniom od komputera, alkoholu, narkotyków i innych



Dlaczego Miejskie Centrum Multisportowo-Integracyjne?

- Dzieci w Poznaniu: **84 664 (15,4%)** ludzi w wieku do lat 17
- Uczniowie nie ćwiczą na lekcjach wychowania fizycznego: 15% w Szkołach Podstawowych, 23% w Gimnazjach i 30% w Szkołach Średnich
- Grupa Parkour Poland na facebook.com liczy ponad **4 000** członków



Źródła

- [GUS](#) z dnia 31 grudnia 2012 r.
- *Raporty NIK*
- *Facebook.com*

