

Parkour / Tricking Jahresbericht

Trainingszeiten:

Dienstag 18 - 20 Uhr in der Ten-Brink-Halle

Mittwoch 18.15- 20 Uhr in der Talwiesenhalle

Freitags 18 - 20 Uhr in der Ten-Brink-Halle

Ein zentrales Element unseres Trainings war wie in den Vorjahren die AirTrack, die wir regelmäßig für das Erlernen und Verfeinern verschiedenster Tricks nutzten. Sie bietet eine ideale Grundlage – sowohl für Anfänger, die erste Sprünge und Saltos ausprobieren, als auch für Fortgeschrittene, die an komplexeren Kombinationen arbeiten. Gleichzeitig legen wir auch Wert darauf, die erlernten Bewegungsabläufe auf festen Untergründen zu üben, weshalb wir ebenso regelmäßig auf normalen Matten trainieren.

Ein weiteres Highlight in unserem Trainingsalltag war der flexible Parkour-Aufbau, den wir je nach Lust, Laune und Gruppendynamik individuell gestalten konnten. So konnte jeder auf seinem Niveau arbeiten und sich gleichzeitig neuen Herausforderungen stellen. Der kreative Aufbau förderte nicht nur die motorischen Fähigkeiten, sondern auch das gemeinsame Planen und Ausprobieren.

Ein spannender neuer Fokus in diesem Jahr ist die Vorbereitung auf unseren Auftritt. Wir haben begonnen, gezielt Tricks und Kombinationen zu erarbeiten, die besonders ausdrucksstark sind und sich für eine Show eignen. Dabei sind bereits viele gute Ideen entstanden, die wir im jetzigen Jahr weiter ausbauen möchten.

Die Gruppe ist mit viel Einsatz und Begeisterung dabei – und wir freuen uns schon darauf, neue Tricks zu lernen.

Hiermit möchte ich mich noch bei der Abteilungsleitung bedanken, die das ganze wirklich sehr toll managt. Immer ein offenes Ohr für Fragen hat und wunderbar mit den Gruppen kommuniziert.