



**Miksi parkour kiinnostaa
nuoria? Miten kunnassa
voidaan järjestää parkouria
ohjaajapulasta huolimatta?**

PARKOUR AKATEMIA

- 2003 alkoi parkourin harjoittelu ja perustimme Suomen ensimmäisen Parkour ryhmän. Osallistuminen kansallisten ja kansainvälisten parkour-järjestöjen toimintaan alkoi
- 2004 ensimmäiset parkour-opetukset ja paljon treenireissuja Ranskaan ja Britteihin seuraavien vuosien aikana
- 2005 vuodesta asti esiintynyt lajin parissa aktiivisesti Suomessa ja ulkomailla
- 2007 valmistui fyysikoksi ja ryhtyi Suomen ensimmäiseksi parkour-ammattilaiseksi
- 2008 perustettiin yhdessä tiimin kanssa Parkour Akatemia Jyväskylään
- 2010 avattiin ensimmäinen oma parkour-sali ja kehitettiin Lappset groupin kanssa parkour-välinesarja
- 2012 julkaistiin kirja *Hyppimisen lyhyt oppimäärä*, jossa toisena kirjoittajana
- 2015 osana parkour-turvallisuusstandardin luonutta EU:n työryhmää
- 2019 uusi parkour-välinesarja Lappset groupin kanssa
- 2020 kehittämässä digitaalisia ratkaisuja parkouriin kuten Loikkakopla ja parkourpolku

Hämähäkki Perttu





Parkour Akatemian tavoitteet:

- Edistää lajia
- Tarjota lajia kaikille halukkaille
- Ammattimaistaa lajia
- Luoda hyvä yhteisö

Parkour Akademia

4000

Mailman suurin parkour-toimija

Parkour Akatemian piirissä harjoittelee noin 4000 harrastajaa. Pelillistettyä ja oppilaslähtöistä opetusta. Työllistää noin 100 osa- tai kokoaikaista ohjaajaa, joiden osaaminen varmistetaan jatkuvalla koulutuksella.

100

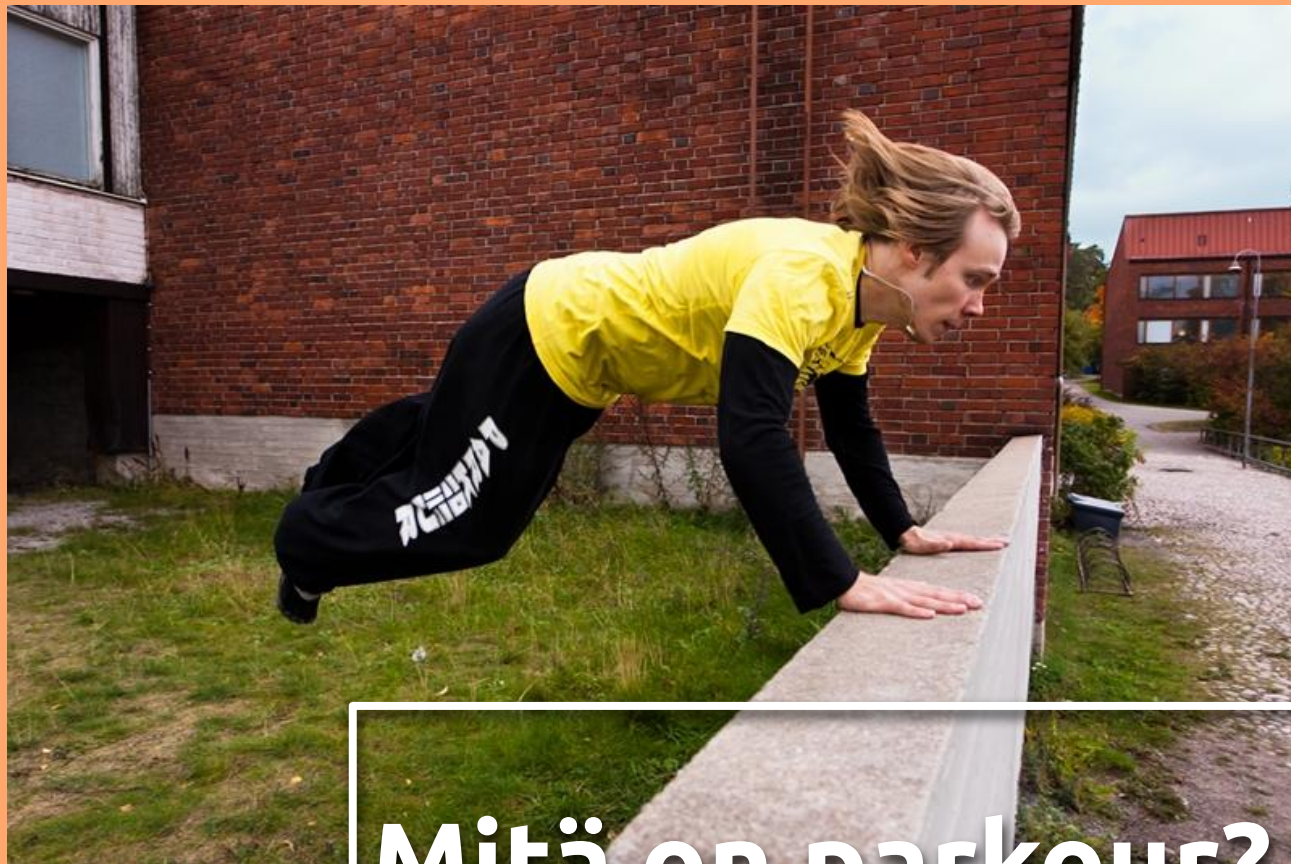
Pioneeri parkourin parissa

Parkour Akatemialla on 11 toimipistettä Suomessa ja se on kehittänyt useita opetuskonsepteja (kuten perheparkour, kuntoparkour). Opetuksen lisäksi olemme suunnitelleet ja luoneet parkour-alueita ja -välinesarjoja sekä digitaalisia sovelluksia (Pkspottter, Parkourpolku, Loikkakopla).

1

Näkymä kuntien ja koulujen toimintaan

Parkour Akatemialla on Suomessa uniikki tarkkailupaikka. Olemme vuoden 2021 aikana olleet yhteistyössä kymmenien eri kuntien kanssa harrastamisen Suomen mallin tiimoilta.



Mitä on parkour?

Mitä on parkour?

Lähtöisin ranskasta 2000-luvun alusta (parcours, art du déplacement, freerunning, parkour tai art of displacement). Levisi median ja myöhemmin internetin avulla 2003 →

Mitä parkour teidän mielestä on?

Tyypilliset parkour-liikkeet voidaan jakaa kategorioihin ja lajiin liittyy usein myös tietynlainen ajattelutapa. Mitä nämä ovat?



Ylitykset

Lantion korkuisten esteiden ylityksiä.
Yleensä ponnistetaan maasta ja käytetään
käsiä esteen yli pääsemiseksi.



Hypyt ja laskeutumiset

Hypyt yhdellä ja kahdella jalalla, vauhdilla ja ilman. Laskeutumisia on iso kirjo, vaihdellen millaiselle alustalle laskeudutaan. Kapeille tai pienille alustoille (esim. muuri tai tanko) laskeuduttaessa käytetään termiä tarkkuushyppy (presi, precision jump).



Seinätekniikat

Mm. seinistä tehtäviä erilaisia ponnistuksia, joilla voi päästä esteen päälle (seinäjuoksu) tai ponnistaa siitä poispäin (tic tac). On olemassa myös paljon seiniä hyödyntäviä akrobaattisia liikkeitä kuten seinäkiepit ja -voltit.



Tasapainoilu

Tasapainon hallitseminen staattisissa ja dynaamisissa tilanteissa käyttäen eri raajoja. Millaisia tasapainoasentoja keksit?



Alitukset ja pujahdukset

Erilaisista väleistä läpi meneminen
mahdollisesti käyttäen käsiä apuna.



Roikkumiset ja heilumiset

Käsien avulla eteneminen tai heiluminen roikkumalla.



Tärkein: liikkeiden yhdisteleminen

Parkour ei ole vain yksittäisiä liikkeitä, vaan ennen kaikkea tavoitteena on keksiä oma tapa selvittää este ja yhdistellä liikkeitä katkeamattomaksi ja **sujuvaksi etenemiseksi**. Parkouraajat puhuvatkin usein liikkeen flow:sta.



Parkourin ajattelutapa

Parkouraaja ratkoo liikkeellisiä ongelmia ja keksii tapoja mennä vaikkapa muurin yli. Tapoja, jotka eivät kaikille tule mieleen. Mihin tämä johtaa?

Parkourissa ei kilpailla ja toisten onnistumisista ja keksimistä tavoista selvittää este iloitaan yhdessä ja otetaan mallia. Mitä tästä seuraa?

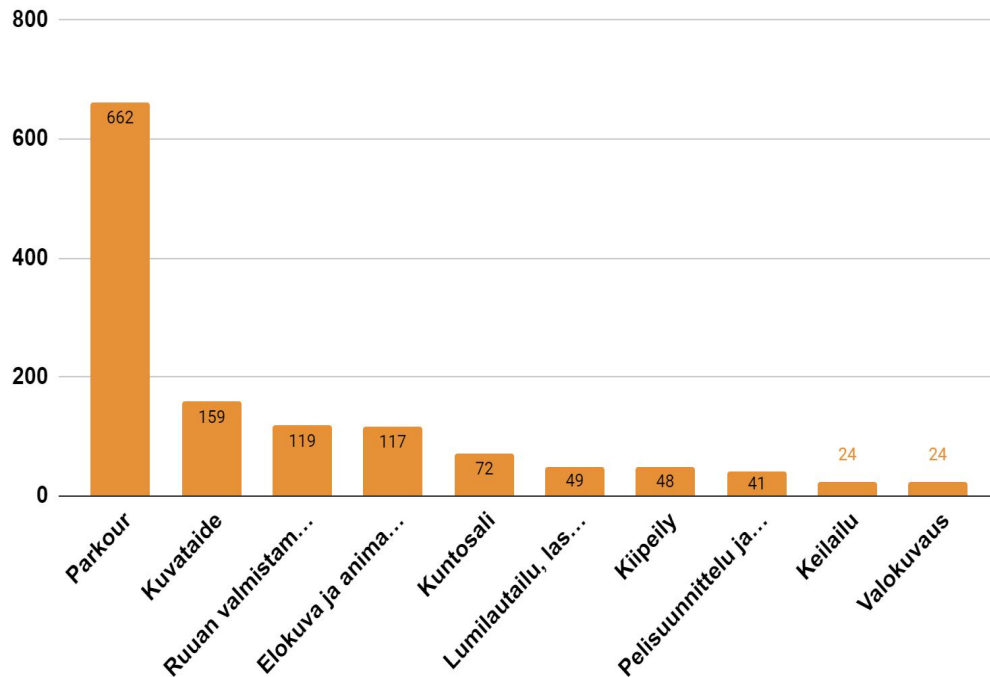
Taitoja opitaan toiston, hauskanpidon, kokeilemisen ja variaation avulla. Millaiset ominaisuudet ja harjoitusilmapiiri auttavat tässä?

Parkouraajille tärkeitä ovat sinnikkyys, luova ongelmanratkaisukyky ja kavereiden auttaminen.



Kuinka monessa koulussa harrastus oli suosituin?

TOP10: 10 useiten ensimmäiseksi sijoittunutta harrastusta koululaiskyselyssä 2020, lähde OKM

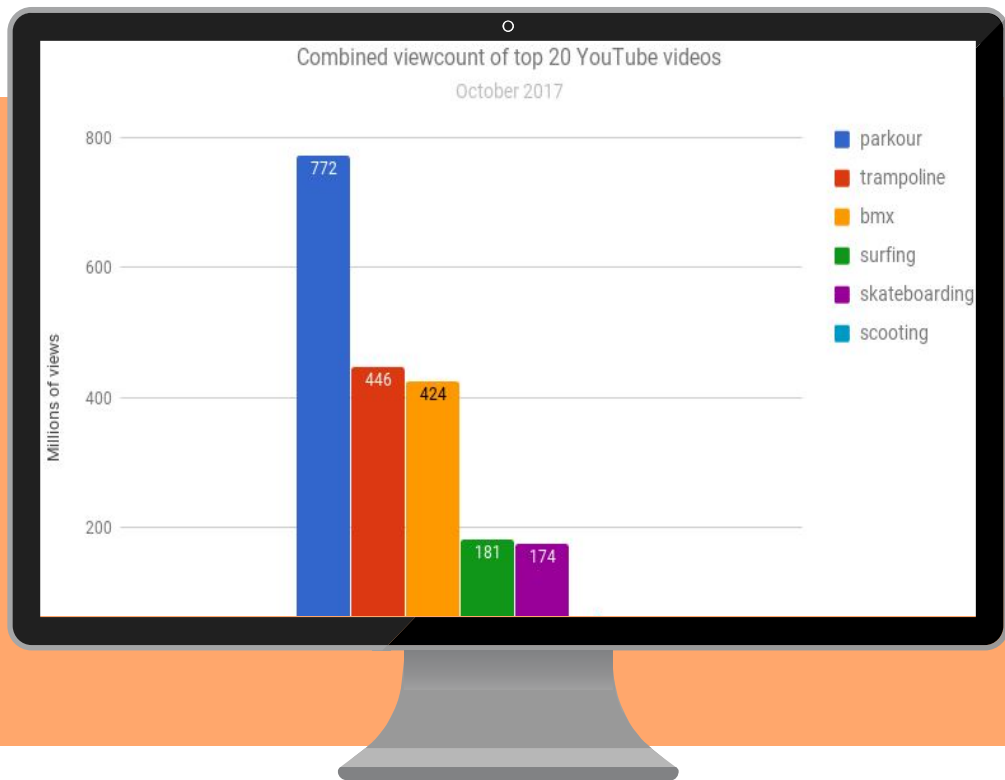


Mikä kiinnostaa?

OKM:n koululaiskysely 2016 on hyvä lähde, koska kulttuuri- ja liikuntaharrastuksia ei kyselyssä eritelty erikseen, vaan ne olivat samalla viivalla. Parkour sai suurimman suosion.

Vuonna 2020 valittavana 75 harrastusta. Parkour oli kysytyin yli 45%:ssa kouluista.

Lähde: OKM Valtakunnallinen koululaiskysely, mukana 1459 koulua ja lähes 200 000 koululaista.



Mikä kiinnostaa?

Parkour-videot ovat Youtuben kiinnostavimpia sisältöjä.

Miksi parkour?

Parkour kiinnostaa:

Tekeminen on omaehtoista eikä siinä ole oikeaa tai väärä tapaa. Mukana on myös pätevyyden tunteen kokeminen ja sosiaalinen yhteenkuuluvuus.

Parkour on hyödyllistä:

Parkour innostaa fyysiseen aktiivisuuteen, edistää motoristen taitojen oppimista ja fyysisen suorituskyvyn kehittymistä, opettaa sosiaalisia taitoja ja ryhmäyttää sekä kehittää luovuutta ja ongelmanratkaisukykyä.



Grabowski, D. & Thomsen, S. 2014. Parkour as Health Promotion in Schools: A Qualitative Study Focusing on Aspects of Participation. *World Journal of Education* 6(4).

Fernández-Río, J. & Suarez, C. 2016. Feasibility and students' preliminary views on parkour in a group of primary school children. *Physical Education and Sport Pedagogy* 21 (3), 281-294.

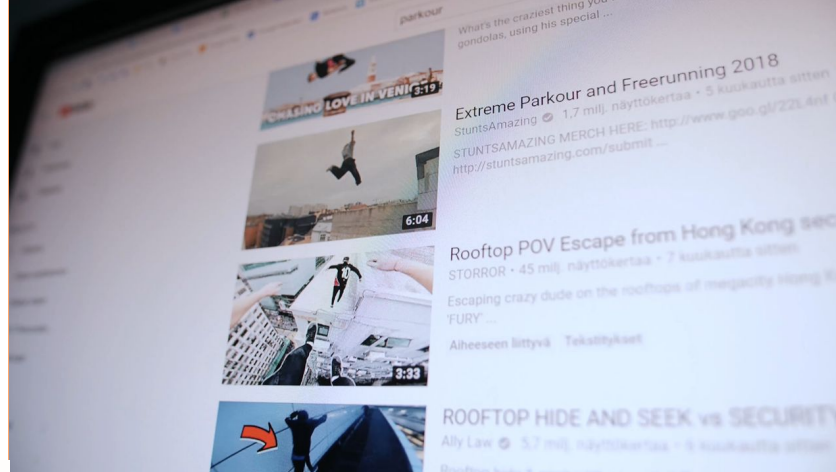
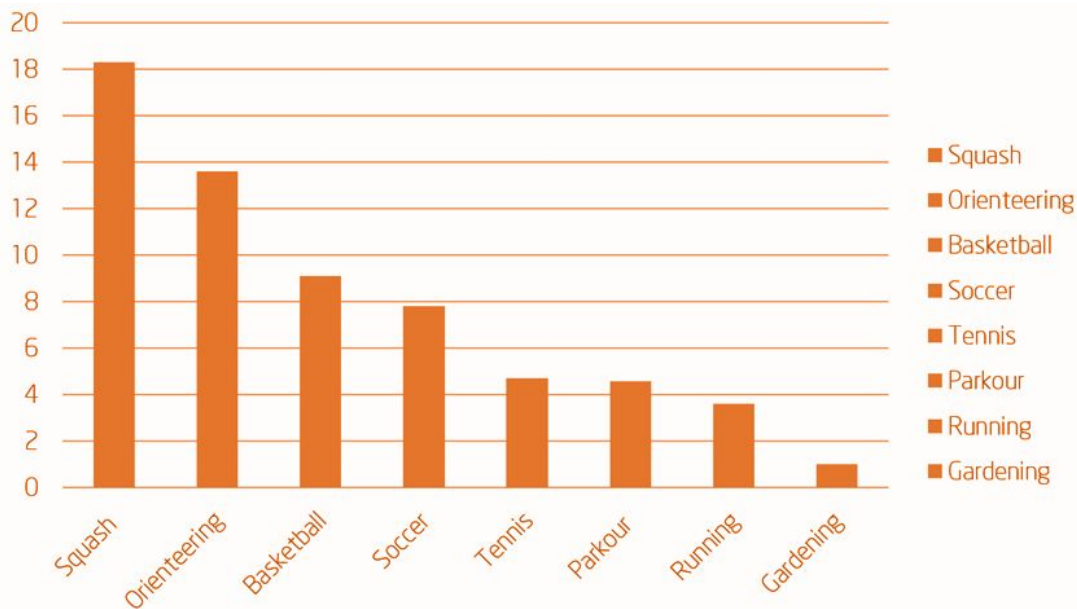
Dvorak, Martin & Eves, Neil & Bunc, Vaclav & Balas, Jiri. (2017). *Effects of Parkour Training on Health-Related Physical Fitness in Male Adolescents. The Open Sports Sciences Journal*. 10. 132-140

Onko parkour turvallista?

Mielikuvat parkourista tulevat usein hurjista youtube-videoista ja siksi saattaa herätä epäily, onko parkour turvallista?

Todellisuudessa parkourin harjoittelu on maltillista ja joskus hurjaltakin näyttävät liikkeet harjoitellaan turvallisesti pala kerrallaan. Parkourin turvallisuudesta on vahvaa tutkimusnäyttöä.

Alla olevasta kaaviosta näkyy, kuinka monta loukkaantumista eri lajeissa keskimäärin ilmenee 1000 harjoittelutuntia kohden.



VERTAILU MUIHIN LAJEIHIN:

Esimerkiksi jalkapallossa sattuu huomattavasti enemmän loukkaantumisia kuin parkourissa, ja ne ovat luonteeltaan vakavampia eli pitävät poissa harjoittelusta pidempään.

Acute and stress injuries in parkour, 2012 (Waller, Pihlaja, Tammelin)

Finnish Medical Journal 41/2014 VSK (Parkkari, Kannus, Fogelholm)

Haasteet parkour-toiminnan järjestämisessä HSM

Parkouriin liittyvät

- **ohjaajapula:** ammattitaitoisten ohjaajien puute
- **välineet ja tilat:** vaatii erityisen paljon ammattitaitoa ohjata koulujen saleissa pitkiä harrastekausia
- **lajitietämys:** vastaako ohjaus ja toiminta lajia ja lasten odotuksia?

Toiminnan järjestämiseen liittyvät

- **kiire**
 - juuri ennen toiminnan alkamista palkatut koordinaattorit
 - tilavarausten selviäminen myöhään
 - seuralle esim. työntekijän löytäminen kouluttaminen ja työvuoroista sopiminen)
 - aikaa vievät kilpailutukset
- **raha,** 35€/h korvaus seuralle tappiollinen ja sanomme kiitos ei, 110€/h korvauskaan ei pärjää seuran omalle toiminnalle
- **sopimusasiat,** kirjavia käytänteitä ja viime hetken muutoksia
- **viestintä:** päällekkäiset hankkeet ja useampi palveluntuottaja, jotka saavat massaviestejä
- **ruuhka:** iltapäivätoiminta samaan aikaan päivästä kaikilla kouluilla. Toteuttaminen vaatii paljon ohjaajia.
- **Oikotiet onneen:** liian suppean koulutuksen ja lajitietämyksen omaavat parkour-ohjaajat





Kuka voi ohjata parkouria?

Ohjaajalla on oltava ohjaustaitoja ja runsaasti lajitietämystä ja opetuskokemusta parkourista.

Mihin tarvitaan lajitietämystä?

- 1-2 kokeilukertaa vs 30 kerran suunnitelmallinen syys- ja kevätkausi
- parkourin tekniikoiden opettaminen suppealla koulun (telinevoimistelu)välinevälikoimalla sisätiloissa
- Toteutus pitää vastata lasten odotuksia
- Kohderyhmälle mielekkäät opetustavat ja innostavat sisällöt: pelillistäminen, leikit, coolit muuvit, identifioituminen parkouraajaksi ja autonomian mukana pitäminen
- ymmärtää parkourin riskit kouluympäristössä lapsiryhmillä ja osaa ohjata eri parkouriliikkeet turvallisesti mielekkäiden kehittyjen avulla
- Harjoitteet edistävät parkour-taitoja
- Osaa kannustaa omaehtoiseen harjoitteluun tuntien ulkopuolella iskostamalla parkourin luovaa ajattelutapaa

Ohjaustaidot

- Tunninsuunnittelu- ja ajanhallintataidot
- Ryhmänhallintataidot
- Lasten liikunnan perustietämys

Hyvät käytänteet parkour-toiminnan järjestämisessä HSM

Parkouriin liittyvät

- **lajitietämys:** Ohjaajat/tietotaito parkourskenestä. Ymmärretään että parkour on omanlaisensa laji ja sen soveltaminen kaduilta koulujen saleihin vaatii paljon ammattitaitoa.
- **ohjaajat:** Kokeneita ja koulutettuja parkour-ohjaajia TAI Loikkakoplan ja Parkourpolun soveltamista
- **välineet ja tilat:** välineet ja tilat tiedossa 3kk aikaisemmin ja parkour-välineiden tilaaminen

Toiminnan järjestämiseen liittyvät

- **sovitaan ajoissa**
 - Toteutuksen suunnittelu yhdessä hyvissä ajoin (3kk ennen alkua)
 - Toiminta suunnitellaan kerralla koko vuodelle
- **sopimus** palveluntuottajan ja kunnan välille. Luodaan yhdessä palveluntuottajakohtainen sopimus ja siihen kirjataan kaikki kummankin tehtävät ja niiden aikataulu sekä maksettavat korvaukset
- **viestintä:** koordinaattori yhteydessä palveluntuottajiin erikseen



Sopimukseen esimerkiksi nämä asiat

- sopimuskausi ja toiminnan ajankohdat
- ilmoittautumisten ja varasijalaisten kerääminen
- kuka on yhteydessä keneenkin ja kenen yhteystiedot on missäkin
- tilat, niiden varaaminen ja tiloihin pääsyn järjestäminen
- korvaus ja sen maksuaika
- toiminnasta raportoinnin tapa, tarkkuus ja ajankohta
- muiden mahdollisten materiaalien toimittaminen
- peruutusehdot
- mitä tehdään jos osallistujia on vähän tai liikaa?
- tiedotustehtävät
- kaikki muut tehtävät :)

ESIMERKKILASKELMA kunnan ja seuran harrastetoiminnasta

ESIMERKKI: Kunnan harrastetoiminta					ESIMERKKI: Seuran oma toiminta		
						Seuran omat ryhmät	
Ryhmiä viikossa	10		10		Osallistujia	20	
Ryhmän pituus	60min		60min		Ryhmän pituus	60min	
Ohjaajan palkka (60min ohj. + 60 suun.+siir.)	40 €		40 €		Kahden ohjaajan palkka	60 €	
Seuran organisointityötyöhön	10 €		10 €		Seuran organisointityötyöhön	15 €	
Työnantajakulut	15 €		15 €	30%	Työnantajakulut	23 €	30%
Seuran yleisiin kuluihin	5 €		5 €		Seuran yleisiin kuluihin	20 €	
Laskutus yhdestä ryhmästä per vk	35 €		110 €		Hinta per osallistuja	150 €	
Ohjaajan palkka per kk	1 600 €		1 600 €		Kahden ohjaajan palkka per kk	240 €	
Kulut per ryhmä per viikko	70 €		70 €		Kulut per ryhmä per viikko	118 €	
Kulut per kk	2 800 €		2 800 €		Kulut per kk	470 €	
Seuralle jää yhdestä ryhmästä euroja per vk	-35 €		40 €		Seuralle jää yhdestä ryhmästä euroja per vk	133 €	(3kk kausi)
Seuralle jää yhdestä ryhmästä euroja per kk	-140 €		160 €		Seuralle jää yhdestä ryhmästä euroja per kk	530 €	
Seuralle jää yhteensä euroja per kk	-1 400 €		1 600 €		Seuralle jää yhteensä euroja per kk	5 300 €	(ryhmiä 10)

Mitä parkour-toiminta kouluilla edellyttää?



parkourin opettamisen haasteet kouluilla:

- sisällä 4 voimistelupenkkiä, ponnuulauta, pari patjaa, puolapuut ja hyppypukki: 30 kertaa vuodessa opetelleen läpi eri parkourin liikekategorioita pelillistetyksi ja leikkien

Parkour koulujen **sisätiloissa**:

- telinevoimistelun perusvälineillä pääsee alkuun
- erilliset parkour-välineet tekevät opetuksesta mielekkäämpää ja monipuolisempaa
- tarvitaan ammattitaitoinen ohjaaja, joka
 - hallitsee liikunnan ohjaamisen taidot
 - omaa tarpeeksi lajitietämystä, että osaa suunnitella innostavat ja turvalliset parkour-sisällöt koulun välineillä

Parkour koulujen **ulkotiloissa**:

- alueelta olisi hyvä löytyä esimerkiksi telineitä, muureja, kiviä ja kaiteita, joilla saa temppuilla
- erillisillä parkour-alueilla varmistetaan, että parkouria voi harjoitella monipuolisesti ja turvallisesti
- tarvitaan ammattitaitoinen ohjaaja, joka
 - hallitsee liikunnan ohjaamisen taidot
 - omaa tarpeeksi lajitietämystä että osaa suunnitella innostavat ja turvalliset parkour-sisällöt uniikkiin ulkoympäristöön

APUA AMMATTITAITOISTEN PARKOUR-OHJAAJIEN PUUTTEEN RATKAISEMISEKSI

Parkour Akatemia on laatinut yksityiskohtaisen viikkosisällön koulujen parkour-harjoituksille. Sisältöä käytetään innostavan **Loikkakopla**-nimisen mobiilipelin avulla.

Oppilaille on tarjolla Loikkakoplan sisältöjen ohkeen **Parkourpolku**-työkirja, jonka avulla omaa kehitystä voi seurata ja joka innostaa harjoittelemaan myös vapaa-ajalla.

Loikkakoplan ohjaajille on tiivis ja kattava **koulutuspaketti**, jonka avulla varmistetaan sisältöjen sujuva käyttöönotto ja riittävät ohjaustaidot.

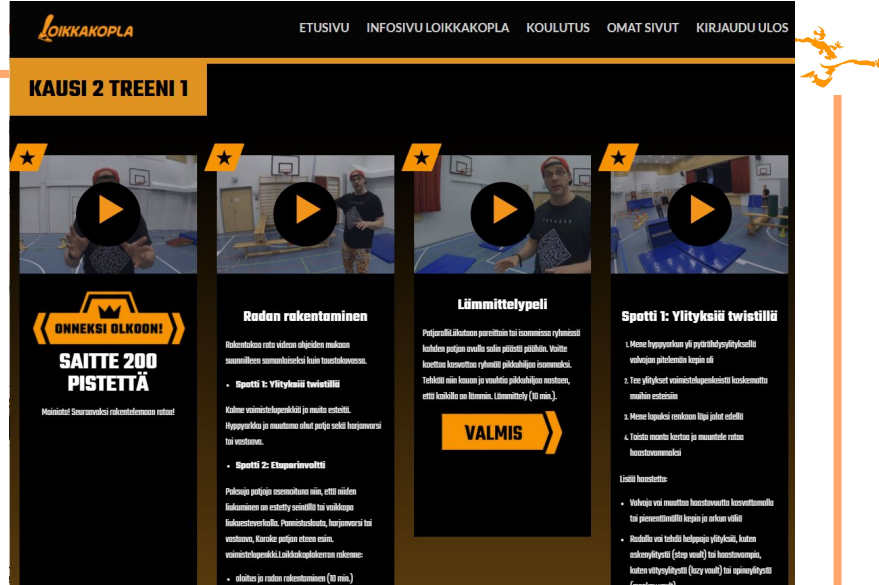
Loikkakopla

Parkour-harjoitusten sisältö mobiilipelin avulla:

- Opetuskertojen yksityiskohtaiset sisällöt esitetään hauskan ja innostavan mobiilipelin avulla kerho-ohjaajalle ja oppilaille
- Mielekkäiden treenien lisäksi Loikkakopla motivoi hauskoilla video-ohjeistuksilla, kerättävillä pisteillä ja mitaleilla sekä palkintovideoilla
- Loikkakopla sisältää kausia, joissa jokaisessa on 15 treeniä
- Käyttökokemukset keväältä 2021 todella positiivisia

Seuraavasta osoitteesta voit lukea lisää ja testata ensimmäisten harjoitusten mobiilipeliä:

www.parkourakatemia.fi/loikkakopla



Loikkakoplan käyttö edellyttää

- Kunta järjestää tilan ja kerho-ohjaajan.
- Kerho-ohjaajan ei tarvitse tietää parkourista.
- Tilaksi riittää koulun sali, josta löytyvät perustelinevoimisteluvälineet.
- Loikkakoplaa voi käyttää älypuhelimella, tabletilla tai tietokoneella verkkoselaimella. Erillisten sovellusten asentamista ei tarvita.

Kokemuksia Loikkakoplasta

Loikkakoplaa on testattu keväällä 2021 23:lla paikkakunnalla. Jokaiselta kerralta kysytyn palautteen mukaan kokemukset ovat olleet todella positiivisia. Kyselyyn vastanneista valvojista **100% suosittelee Loikkakoplaa muille**. Tässä keväällä Loikkakoplaa käyttäneiden valvojien kommentteja:

- kerholaisten itsensä mielestä parasta se kun kaikki osallistuivat aktiivisesti kaikkiin hommiin.
- Hyvin toimii koko sivusto, ja loistava "pelin" idea.
- Kaiken saimme toimimaan ja homma oli monipuolisesti suunniteltu."
- Ohjevideot loistavia, lapset osasivat heti niiden perusteella tehdä
- Pisteytys innosti kerholaisia enemmän liikkeelle ja tekemään

- Jokaisella kerralla kun kerron että nyt on aika alkaa siivoamaan niin porukka käytännössä suuttuu että miksei tää vois olla kahta tuntia. Hirveesti tulee myös esimerkin jälkeen että "VÄHÄN SIISTIÄ!" :D Mussukat diggailee ihan sikana siis kerhoa. tää on h**v*tin hyvää kamaa skideille! Toivon totisesti että ens syksylle saadaan jatkoa !!!
- Helpot ja hyvät ohjeet, joista ymmärtää ohjaaja, joka ei ole perehtynyt parkouriin, myöskin lapsia ja nuoria motivoi ja innostaa, kun oikeat ammattilaiset ovat kertomassa ja opastamassa videoilla
- Lapsia huvitutti pienet mokat ja olivat innoissaan koko radasta ja sen sisällöstä
- Älyttömän kivat spotit ja tehtävät niissä. Itselle uusia innovaatioita, kun aina on jumittanut vähän samoja juttuja. :)

Loikkakoplan hinnasto



Loikkakoplaan kuuluu 15 harjoitusta syksylle 2021. Niille jotka ovat jo keväällä käyneet läpi ensimmäiset 15 harjoitusta, on jatko-osa Loikkakopla 2, joka sisältää seuraavat 15 harjoitusta.

Yhden Loikkakoplan hinta on 590€. Tällä tarkoitetaan yhtä kerran viikossa kokoontuvaa ryhmää yhden lukukauden aikana (syksy tai kevät), jonka harjoitukset järjestetään Loikkakoplan avulla.

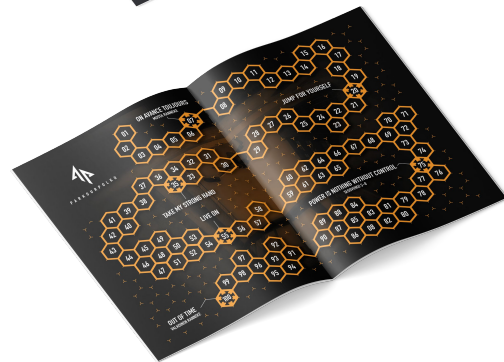
Jos saman kunnan alueella on useampi Loikkakopla-ryhmä, **hinta on kolmannesta ryhmästä alkaen 350€/ryhmä yhdelle lukukaudele.**

Yhteen kerhoon voi osallistua n. 15 lasta. Jos teillä on kaksi ohjaaja kerhossa voi tätä nostaa esim. 25:teen.

Hintoihin lisätään alv 24%

PARKOURPOLKU - Pelillinen oppimateriaali kerhoihin

- Sisältää työkirjan ja verkkosivuston, joissa todella suuri harjoittelun materiaalipankki.
- 10 tasoa, joista jokaisessa erilaisia tehtäviä, tekniikkaohjeita ja tekemistä vuosiksi.
- Työkirjan avulla voi seurata omien taitojen kehitystä erityisellä "polku-pelilaudalla".
- Käytössä kaikissa Parkour Akatemian toimipisteissä ja laajalti kuntien kerhotoiminnassa.
- **Toimii parkour-kerhojen oppimateriaalina ja innostaa harjoittelemaan ohjattujen harjoitusten ulkopuolella.**
- **Loikkakopla ja Parkourpolku toimivat hyvin yhdessä:** Loikkakoplasta kerho saa video-ohjeistukset jokaiselle tunnille ja Parkourpolulla **seurataan taitojen kehittymistä** ja saadaan innostavia treenejä omaan harjoitteluun ohjattujen harjoitusten ulkopuolelle. Molemmat toimivat myös itsenäisesti toisistaan erillään.
- Harjoituskirjoja voi rahoittaa Harrastamisen Suomen mallin rahoituksen materiaalisuudella.
- **25€/työkirja tai yli 60 kpl tilauksissa 22€/kpl.** Jokaiselle harrastajalle oma työkirja.
- Lue lisää <https://parkourpolku.fi>
Jos tarvitset tähän apua, niin **ota yhteyttä.** Hintoihin lisätään alv 10% ja toimitusmaksu 15,90€



Koulutuspaketti Loikkakopla-ohjaajille

Pätevä parkour-ohjaaja hallitsee **ohjaustaidot**, jotta ryhmä pysyy hallinnassa ja omaa tarvittavan **lajitietämyksen**, jotta hän osaa suunnitella sisällöt ja neuvoa tekniikat innostavien pelien kautta. Näiden kummankin kehittyminen vaatii paljon omaa lajiharjoittelua, ohjauskokemusta ja koulutusta.

Onneksi lajitietämystä pääsee nyt paikkaamaan ottamalla sisällöt Loikkakoplan kautta. Kerho-ohjaamista auttavat taidot voimme kouluttaa kätevästi etänä!

Koulutus sisältää perusteet seuraavista aiheista

- Mitä on parkour? Laji ja liikkumisen periaatteet sekä mikä lapsia parkourissa innostaa ja miten sitä sovelletaan harjoituksissa
- Loikkakoplan käyttöönotto ja sisältöjen käyttäminen.
- Ryhmänhallinta lasten ja nuorten parkour tunneilla.
- Harjoitusten vaikeustason skaalaaminen.
- Miten järjestetään turvalliset parkour-harjoitukset koulun salissa ja sen lähiympäristössä.
- Harjoitusten skaalaaminen ja Loikkakoplan soveltaminen eri ikäisille
- Parkourpolun käyttäminen harjoittelua innostamaan.



Loikkakopla-ohjaajakoulutus:

- 3 x 90min tapaamista etänä zoomissa
- Kaikki koulutusten sisällöt (video+diat) katsottavissa loikkakopla.fi -sivustolta jaoteltuna aihealueittain
- Vain Loikkakoplaa käyttävien harjoitusten ohjaajille
- 120€ / ohjaaja + alv.
- Jos kunta tilaa vähintään 5 Loikkakoplaa, saavat kaikki kunnan Loikkakoplan ohjaajat koulutuksen veloitusetta!

Parkour Akatemian ohjaajia suoraan kouluille

Vaikka Suomessa vallitseekin kova pula ammattitaitoisista parkour-ohjaajista, voimme osalle paikkakunnista tarjota omia parkour-ammattilaisiamme ohjaamaan.

Jos järjestämme ohjaajat, se sisältää aina:

- Ammattitaitoiset ohjaajat
- Kausisuunnitelmaan perustuvan innostavan ja turvallisen ohjauksen
- Koordinaattorin, joka vastaa yhteydenpidosta kuntaan ja ohjaajien johtamisesta



Sisältää lisäksi tarvittaessa

- Sähköisen ilmoittautumisjärjestelmän
- Toiminnan markkinoinnin
- Yhteydenpidon suoraan vanhempiin
- Yhteydenpidon suoraan kouluihin
- Materiaalin harjoitteluun vapaa-ajalle (Parkourpolku)

Parkour-välineitä kouluille?

Sisävälineet:

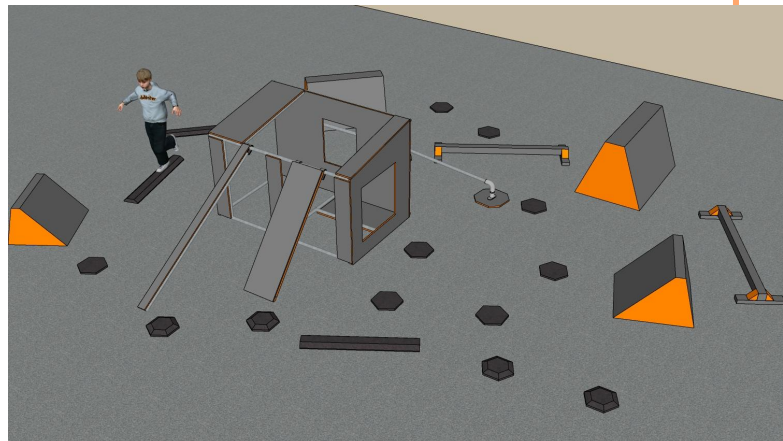
Miten luoda koulujen saliin parempi ja innostavampi parkour-ympäristö? Miten tehdä tämä edullisesti ja mihin säilötään uudet välineet?

Parkour Akatemia on kehittänyt pieneen tilaan mahtuvia parkour-välineitä, jotka täydentävät monilta kouluilta löytyviä perustelinevoimisteluvälineitä.

Kaikki välineet ovat ammattilaisten suunnitteleamia ja testaamia. Tuotantokapasiteettimme on hyvin rajallinen ja eri kokoisia settejä on myynnissä vuonna 2021 vain muutamia.

Ulkovälineet:

Kiinteästi asennettavia välineitä löytyy Lappsetin parkour-ulkovälinesarjasta. Lisäksi voit tilata Parkour Akatemialta liikuteltavan peräkärryn sopivan ulkovälinesetin.



Kiitos!

Kysy lisätietoa

Suvi Ekroos, tuottaja, ohjaukset ja työpajat
050 4270827
suvi.ekroos@parkourakatemia.fi

Rasmus Kuvaja, Loikkakopla ja Parkourpolku
050 5533442
rasmus.kuvaja@parkourakatemia.fi

Perttu "Hämähäkki" Pihlaja, yleiset asiat
0503021696
perttu.pihlaja@parkourakatemia.fi