

PARKOUR

TÉCNICAS BÁSICAS

- 1 SALTOS DE PRECISIÓN
- 2 RECEPCIONES
- 3 WALL RUN
- 4 ROLIDOS (TÉCNICA DE CAÍDA)

MÁXIMOS EXPONENTES

- 1 DAVID BELLE
- 2 SEBASTIEN FOUCAN
- 3 PASHA PETKUNS
- 4 DOMINIC DI TOMMASO

MODALIDADES

- 1 SPEED-RUN
- 2 FREESTYLE

HISTORIA

EL PARKOUR, UNA DISCIPLINA QUE FUSIONA DEPORTE Y ARTE, SURTIÓ EN FRANCIA A FINALES DE LA DÉCADA DE 1980, GRACIAS A LA INFLUENCIA DE RAYMOND BELLE Y SU HIJO DAVID BELLE.

COMPETICIONES



1



2

Camisa sin mangas

Shorts

Zapatos deportivos

EQUIPAMIENTO