

info2466



INFORMATIONSBLATT FOLGE 2466

FREESTYLE MOVES



Ort:

Universitätssport- & Seminarzentrum Dientnerhof, 5652 Dienten am Hochkönig, Dorf 36, Salzburger Land

Termin:

So., 14.07. (Anreise bis 18 Uhr) – Sa., 20.07.2013 (nach dem Frühstück)

„more than jumps“

„Freerunning“, „Parkour“, „Freestylemoves“... **all das ist nicht nur geprägt durch spektakuläre Sprünge und faszinierende Akrobatik. Es ist viel mehr Ausdruck einer Lebenseinstellung und eines Lifestyles, den man mit Hilfe kreativer Bewegungen ausleben kann.**

Parkour und Freerunning sind mittlerweile auch außerhalb des Insiderkreises immer bekannter werdende Sportarten. Kaum jemand, der noch nicht auf einem der zahlreichen Internetplattformen ein selbstgedrehtes Freerunningvideo gesehen hat. Dass es sich hierbei um eine eigenständige Sportart handelt die sich seit Mitte der 90er schnell verbreitet wissen die wenigsten. **Freestylemoves**. Die Prinzipien hierbei sind die komplette Freiheit in der Bewegung und sich selbst weiterzuentwickeln, indem man seinen eigenen Weg geht. Freestylemoves verbindet die spektakulären Körperbewegungen diverser Sportarten wie Akrobatik, Breakdance, Capoeira, Turnen und Parkour und verbindet diese mit dem Style und dem Lifestyle des Skatens, Snowboardens, etc.

from the city into the nature

Der urbane Background der Sportart ist definitiv ein wichtiger Bestandteil der daraus entstandenen Kultur. Das strukturierte Training in der Halle oder im Turnsaal ist zwar ein durchaus vorteilhafter Weg, sein Können in gesichertem Umfeld zu steigern, jedoch sollte die Sportart ihren Ursprung nicht verlieren. Mit dem Seminar „more than jumps“, bieten wir nun eine Möglichkeit, den Spirit und die Philosophie dieser Sportart, in die Natur zu bringen.

Inhalte:

Neben dem Erlernen von Parkour-, und Freerunningtechniken stehen diverse Outdooraktivitäten am Programm, wie zB: Slacklines, Klettern, Capoeira, Skateboarden, Yoga, Wasserspringen, ... Besonders wichtig ist zu lernen wie man sein Blickfeld öffnet um zu erkennen wie viele Möglichkeiten uns die Natur bietet, den kreativen Bewegungsdrang auszuleben. In der Anlage steht ein Turnsaal zu Verfügung, um auch bei Schlechtwetter dementsprechend trainieren zu können.

„Do what you can, with what you have, where you are.“ ~Theodore Roosevelt

Teilnehmer:

max. 40 TeilnehmerInnen

Kursleitung:

Svetozar Popovic, Bakk.

Leistung:

Kurskosten, Halbpension, Nächtigung in 2- oder Mehrbettzimmern.

*Kurskosten:*Studentenpreis: € 265,- / Normalpreis: € 315,-

Anmeldung:

Anmeldeschluss: Fr. 28.06.2012 Anzahlung: € 150,-, Restzahlung bis 28.06.2012, danach nur nach telef. Rücksprache Tel.Nr. 01/4277/17001 (Nicht beim Kurs möglich!!) oder christof.wenzl@univie.ac.at

Anzahlung:

€ 150,-, Restzahlung bis Fr. 28.06.2012 (Nicht beim Kurs möglich!!)
Nach Anmeldeschluss verfällt die Anzahlung!!

weitere Fragen:

Svetozar Popovic lolo@footbag.at
bzw. www.usi.at unter Sommerakademie Dienten

Wien, im Januar 2013/info466