Parkour

*Umění pohybu/umění přemístění v městském i přírodním terénu.*

*Jejím základem je schopnost dostat se z bodu A do bodu B a dostat se zpět bezpečně plynule a efektivně za použití vlastního těla. ☺*

Parkour je fyzická aktivita, ke které lze jen těžko přiřadit kategorii. Není to extrémní sport, ale spíše umění nebo disciplína

