

PARKOUR



BASIC TIPS

➤ Link every sentence with its translation.

Land on your toes

Corre en vertical de manera eficient ...

Use your whole body

Utiliza tot el teu cos

Balance carefully

Sigues ambidextre

Be aware of your surroundings

Roda quan sigui necessari

Be decisive

Equilibrat acuradament

Roll when necessary

Segueix el teu propi camí

Be ambidextrous

Aterra en els dits dels peus

Run up efficiently

Sigues conscient del teu entorn ...

Follow your own path

Sigues decidit.

