




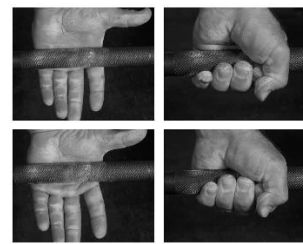


Podpisz obrazki używając fraz z listy

wspinać się, skakać, chwycić, wisieć, turlać się, utrzymywać równowagę

		
Turlać się	Wisieć	Wspinać się
		
Utrzymywać równowagę	Skakać	chwycić

Wpisz w puste pola rzeczowniki utworzone od podanych czasowników. Pamiętaj o odpowiednich końcówkach.

pokonywać przeszkody, skoczyć, wspinać się, pokonać, trenować, przemieszczać się

Za prekursora tej ekstremalnej formy **przemieszczania się** uchodzi David Belle. Główną ideą jest **pokonywanie przeszkód** na drodze w jak najprostszy i najszybszy sposób. Większość z nich normalny człowiek... po prostu obchodzi. Parkour - teoretycznie - może uprawiać każdy i wszędzie, bo, jak napisał David "Dave" Sedgley w artykule "What is parkour"?: "Nie wymaga żadnych specjalnych struktur ani akcesoriów do **trenowania** . Jedynym narzędziem jest ciało. Jest to dyscyplina sportowa dostępna dla każdego, ponieważ zawiera w sobie wszystkie naturalne zdolności ludzkiego ciała: bieganie, skakanie, **wspinanie się/ wspinaczkę**". Przeszkodami są głównie ściany i kraty, barierki i żywopłoty, drzewa i skały, samochody i dziury, rowy i kanały, zaś sposoby na ich **pokonanie** to **skoki/ skakanie**, turlanie się, chwytanie, wiszenie i utrzymywanie równowagi. Do popularyzacji dyscypliny przyczyniły się liczne filmy fabularne, z serią "Yamakasi" w reżyserii Luca Bessona na czele.

Źródło:

http://podroze.gazeta.pl/podroze/56,114158,12559015,Modne_sporty_ekstremalne__czyli_adrenalina__nie_tylko_.html

B2, Sport, Parkour, odpowiedzi

Sprawdź czy rozumiesz tekst. Zaznacz, czy zdania są prawdziwe czy fałszywe

	Prawda	Fałsz
1. Zadaniem sportowca uprawiającego parkour jest obchodzenie różnych elementów miasta		x
2. Nie potrzebujesz specjalistycznego sprzętu, żeby uprawiać ten sport.	x	
3. Parkour to dyscyplina sportowa, która wymaga sprawności fizycznej.	x	