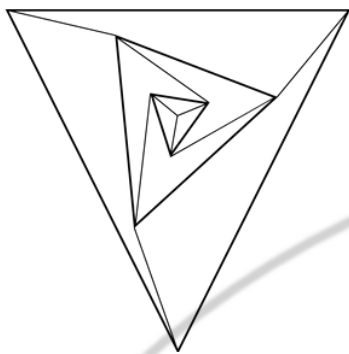




Toph'a'Pk
 Vincent Succu - Indépendant Parkour
 Tél : 06.34.15.37.88
 n°siret : 842 289 928 00017

Planning indépendant 2025-2026

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche	
10h	Entraînement particulier 1h30 Aubagne Formation parent/enfant 1h	Entraînement particulier 1h30 Aubagne Formation parent/enfant 1h	Entraînement particulier 1h30 - Aubagne Formation parent/enfant 1h - Aubagne	Entraînement particulier 1h30 Aubagne Formation parent/enfant 1h	Entraînement particulier 1h30 Aubagne Formation parent/enfant 1h	Entraînement collectif 10h - 12h Terrain Saint-Pierre les Aubagnes	Entraînement particulier 1h30 Aubagne Formation parent/enfant 1h	
11h								
12h								
13h30								
14h30								
15h								
16h								
16h15				Entraînement collectif 16h15 - 17h15 RDV E.A.J - 5 à 7 ans			Anniversaire Terrain Saint Pierre les Aubagnes 1h30 de pratique / 1h30 libre	
17h15						Entraînement collectif 18h15 - 19h45 La Ciotat - 12 ans +		
19h45								
20h								

Entraînement particulier : Seul ou entre amis, cette séance est destinée à apprendre ou améliorer vos techniques de Parkour. Sur Aubagne & alentours ou sur un terrain aménagé. Possibilité de forfait

Formation Parent/Enfant : Séances destinées aux parents voulant apprendre le Parkour à leurs enfants de 4 à 6 ans. Découvrez des techniques de parades pour permettre à votre enfant de faire les passements en toute sécurité auprès de vous.

Entraînement collectif:

Séances pour les 5 à 7 ans : Groupe de 6-8 maximum. Inscription à l'année. Découverte et approfondissement des mouvements de Parkour.

Séances La Ciotat : Groupe de 10 maximum. Inscription à la demi-année. Découverte et approfondissement des mouvements de Parkour sur La Ciotat.

Séances Terrain Saint-Pierre les Aubagnes : Groupe de 15 maximum. Inscription au trimestre - Réservé aux membres ou ancien membres de l'association Aubagne Parkour

Séances Terrain Saint-Pierre les Aubagnes : Inscription à la séance pour les non membres de l'association Aubagne Parkour

Anniversaire Parkour : Dans le terrain situé à Saint-Pierre les Aubagnes avec aménagement d'un parkour parc artificiel, 1h30 de découverte à la pratique du Parkour et 1h30 de pratique libre avec petit jeux Parkour.