

ÚLTIMA HORA

(Video) Conozca a Kalena Blanco, la simpática seleccionada nacional de parkour que a sus 21 años arrasa en TikTok

[Walter Herrera](#) | wherrera@larepublica.net

Viernes, 26 abril 2024



Kalena Blanco, una joven talentosa de 21 años, está dejando una huella significativa en el mundo del parkour como la primera mujer **seleccionada**

*@flipthebucketlist Recordatorio: a veces caemos y está en uno levantarse y volverlo a intentar; posiblemente no será fácil, pero todo esfuerzo vale la pena! @Aura Athleisure #fyp
シ #parkour #sportslife 🎵 sonido original - Flipthebucketlist*

Sin embargo, puede que usted la haya visto en redes sociales. Con más de 54 mil seguidores en TikTok bajo el nombre de usuario @flipthebucketlist, ha cautivado a una audiencia con sus habilidades y carisma.

Su reciente anuncio de que formará parte de la **Selección Nacional de Parkour** ha generado un gran revuelo en TikTok, con su video alcanzando impresionantes 230 mil vistas. Detrás de esta sensación en las redes sociales se encuentra una atleta dedicada y apasionada, cuyo viaje en el mundo del deporte ha sido inspirador y lleno de determinación.

Originaria de Costa Rica, Kalena tuvo una trayectoria deportiva diversa antes de sumergirse en el mundo del parkour. Comenzó como gimnasta y luego incursionó en el porrismo, representando a Dinamarca en el mundial.

perseguir el parkour a nivel competitivo.

Cuando no está desafiando los límites físicos en el mundo del parkour, Kalena se encuentra estudiando psicología en la universidad. Su horario riguroso incluye cuatro días de entrenamiento de parkour, dos días de ejercicio físico y un día de descanso. A pesar de las demandas académicas y deportivas, Kalena abraza cada momento con pasión y gratitud.

@flipthebucketlist Primera Seleccionada Nacional de Parkour en Costa Rica #parkour?? #fyp 𠄎 #vidauniversitaria #costarica 🎵 sonido original - Flipthebucketlist

Kalena practica en MC Academia de Parkour y competirá este junio del 10 al 19 en los Panamericanos en nuestro país, en City Mall en Alajuela.

¿QUÉ ES EL PARKOUR?

El parkour requiere saltar, trepar, correr, rodar, balancearse, caminar en cuatro patas y cualquier otro tipo de movimiento que demande la situación. Quienes lo practican —los llamados traceurs— deben combinar fuerza, velocidad, agilidad, coordinación, control y abundante creatividad.

En cierto sentido, el parkour se parece a las clásicas carreras de obstáculos.

¿En dónde se practica? Si bien existe el parkour indoor, que utiliza pistas especialmente condicionadas (los parkour park), en general los traceurs prefieren entornos naturales y/o urbanos (el parkour street).

0 comentarios

Ordenar por **Más antiguos**



Agrega un comentario...

Plugin de comentarios de Facebook

M

ÚLTIMA HORA

SUSCRÍBASE A LA REPÚBLICA

CONTÁCTENOS

MEDIA KIT

¿QUIÉNES SOMOS?

MAPA DE SITIO

SUSCRÍBASE