

### Què és el *Parkour*?

El *parkour*, o art del desplaçament, és una disciplina que consisteix a desplaçar-se pel medi urbà o natural, superant els obstacles que es presenten en el camí (tanques, murs, espais buits...) de la forma més fluida i eficient possible, i servint-se únicament del propi cos. Aquesta activitat requereix una gran preparació física per a realitzar els diferents moviments (salts, passavalles, escalada, etc.), però a més és necessari tenir empenta i decisió, afrontant les pròpies pors en el moment de l'acció, en el qual és precís tenir una gran concentració.



Es va originar a Llisses un districte parisenc . És per aquest motiu que el vocabulari relacionat amb aquesta disciplina prové de paraules franceses: '*parcours*' que significa recorregut; '*traceurs*' que són els practicants de *parkour*, persones que tracen línies. Realment és aquest l'objectiu dels '*traceurs*', traçar una línia recta des d'un punt A a un punt B i superar tots els obstacles que es trobin, de manera àgil i tècnica. L'autosuperació és una altra característica del *parkour*. És a dir, hom ha de superar les pròpies possibilitats, buscar la millora personal, sense establir rivalitats amb els altres practicants. Aquesta és una de les regles més importants del *parkour*. I una altra premissa fonamental és el respecte envers el mobiliari urbà.

El va crear David Belle. El seu pare, exmilitar i bomber de professió, va ensenyar a Belle l'anomenat "Mètode Natural de Georges Hébert", una disciplina usada en l'exèrcit que consisteix a superar els obstacles naturals usant solament el propi cos. Des que era petit va ser deixeble d'aquesta pràctica i va estar sotmès a un entrenament militar. Belle va adaptar aquesta tècnica als seus recorreguts per la seva ciutat de Lisses, França, creant-ne la seva particular versió urbana. Després d'entrar al cos d'infanteria de l'exèrcit francès, Belle s'adonà que aquell no era el desig que perseguia, sinó que necessitava la llibertat del carrer. Més endavant sorgiren deixebles que seguirien els seus entrenaments, entre els quals hi ha Sébastien Foucan i altres membres d'aquest primer grup de *traceurs*. Foucan va emigrar al , on va sorprendre a tothom amb les seves habilitats, allà continuà amb aquesta pràctica.

Per a tots ells, el *parkour*, no és un simple espectacle, no el practiquen per diners, ni tampoc és, en cap tipus de cas, una activitat que els apassiona i la realitzen, fonamentalment, per posar a prova les pròpies possibilitats.