



Van Helmont de retour sur les parquets LaCapitale.be

# Bruxelles

## Brabant wallon

www.lacapitale.be/

© DR

PARKOUR - FREE RUNNING

# L'art du déplacement, un « Parkour » à suivre

Le Parc de la Jeunesse de Schaerbeek a accueilli des acrobates tout au long du week-end

**D**e vendredi à dimanche, le premier événement de Parkour s'était arrêté dans le Parc de la Jeunesse de Schaerbeek. Organisé par Xtreme Team Parkour ASBL, il mettait en avant la discipline du Parkour, sport en plein essor, présenté au grand public durant le dernier weekend de septembre. Petits et grands ont pu prendre part à des initiations de la discipline ainsi qu'à des entraînements collectifs.

Ils sont un peu fous ou du moins, ont un certain brin de folie en eux. Des acrobates d'un nouveau genre se retrouvaient ce week-end au parc de la Jeunesse de Schaerbeek pour une durée de trois jours dans le cadre de la semaine européenne du sport. Le « Parkour » a été mis à l'honneur afin de faire découvrir cette discipline méconnue du grand public. Ce ne sont pas seulement des « Yamakasi » qui sautent de toit en toit ou de building en building, c'est bien plus que ça. Pour Francisco De La Riva, à la tête de l'organisation et également président du club Xtreme Team Parkour, il est important de démontrer les a priori que la communauté se fait sur ce sport en pleine évolution. « L'objectif – évidemment – ce n'est pas d'aller sur les toits ! Avant cela, il y a un repérage à faire mais surtout, des entraînements pour éviter les accidents. Il y a aussi toute une philosophie, une manière, une méthode, un cadre. Il ne suffit pas de regarder une vidéo pour ensuite essayer de la reproduire. Les professionnels, ils doivent calculer les distances entre les obstacles pour ensuite, progressivement, pouvoir repousser leurs limites », explique cet homme originaire du Mexique et arrivé en Belgique à l'âge de 18 ans.

Né en France, le « Parkour » est très vite apparu en Belgique. Une discipline acrobatique – plutôt impressionnante – qui consiste à franchir une série d'obstacles sur un site urbain. Un sport teinté de

liberté, un art de se déplacer rapidement. Et une discipline qui tend à se professionnaliser. « Lors de ces trois jours, nous avons voulu mettre en place le premier événement de « Parkour - free running » à Bruxelles. Le premier jour était consacré aux écoles de Bruxelles afin de les initier à notre sport. Le deuxième jour, c'était essentiellement destiné aux clubs, pour qu'ils puissent rencontrer les professionnels de la discipline. Nous avons accueilli 25 invités internationaux, qui donnaient des conseils aux plus jeunes. Enfin, le dimanche était ouvert au grand public », raconte Francisco, qui a ouvert son ASBL

**Une discipline acrobatique qui consiste à franchir une série d'obstacles sur un site urbain. Un sport teinté de liberté, un art de se déplacer rapidement**

sur la commune de Schaerbeek. Avant de se lancer dans le grand bain, en extérieur, il est important de d'abord jongler entre les poutres, les barres et les trampolines. Mais ce ne sont pas spécialement des gymnastes qui performant dans cette épreuve. Oscar, 8 ans, jeune footballeur, était curieux d'apprendre. « J'aime bien le « Parkour », on bouge beaucoup ! En plus, j'aime monter sur les obstacles. Pour certaines choses, il ne faut pas avoir peur et même parfois, il faut être un peu fou. Ici, on est plus libre que sur un terrain de football et il n'y a pas de point. »

Un sport qui permet également d'insuffler un leitmotiv : « Franchir les obstacles dans le sport, comme dans la vie. » Un véritable art de vivre. Un véritable « Parkour » à suivre. ●

NOÉMIE LINS



Jeremy Lorisignol - vice champion du Monde de Parkour - fait découvrir son sport au public. © N.L.

Jérémy Lorisignol s'est lancé à 18 ans

## Un Belge vice-champion du Monde de la discipline

Le Parkour a déjà un champion en Belgique. À 32 ans, Jérémy Lorisignol est vice champion du Monde de la discipline. Pour celui qui a débuté cette épreuve à 18 ans, il affirme que depuis le plus jeune âge, sans s'en rendre compte, on s'y attarde déjà. « Tout le monde, un jour, a déjà grimpé à un arbre mais sans vraiment savoir à quoi tout cela pouvait servir. »

Issu de la première génération de traçeurs (le nom qu'on donne aux pratiquants), Jere-

my n'avait pas vraiment d'exemple et ses mouvements « ne ressemblaient pas à grand chose ». Le natif de Charleroi a fait du chemin et a ouvert sa salle à Montigny-le-Tilleul pour montrer la voie aux plus jeunes. « Au début j'étais gymnaste, mais j'étais coincé à faire des choses d'une certaine manière. Dans le Parkour, on fait ce qu'on veut. »

Le Parkour, ce n'est pas de la gymnastique. Tout se fait de manière instinctive. ●

N.L.

Parkour ou free running ?

## Pas encore de fédération



© N.L.

Cette discipline ne possède pas (encore ?) de fédération, mais a tout récemment été reconnue en Belgique par la Fédération francophone de gymnastique. Un « art du déplacement » qui comprend le Parkour et le free running. « Le Parkour est une nouvelle discipline qui consiste à se déplacer d'un

point A à un point B de la manière la plus rapide et efficace possible. On fait ça en franchissant des obstacles » explique Francisco. Mais il est important de dissocier les deux épreuves, comme l'explique Jérémy. « Le free running possède un côté spectacle, d'amusement, de créativité. Un salto ne va pas me faire avancer plus vite. Le Parkour, c'est l'efficacité et la rapidité du mouvement. »

À l'origine, le Parkour était la manière de bouger la plus pratique et le free running la plus libre. Les traçeurs aiment être pratiques mais aiment aussi ajouter l'aspect esthétique. Une belle combinaison. ●



Le Parkour, c'est joindre deux points le plus vite possible.



Le côté spectacle du free running est aussi de la partie.



Les traçeurs, les pratiquants, sont de plus en plus nombreux.



Jeremy Lorisignol en pleine démonstration ce week-end.



Oscar, 8 ans, découvre aussi ce sport pas comme les autres.