



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA

## Università degli Studi di Padova

Dipartimento di Studi Linguistici e Letterari

Corso di Laurea Triennale in Lettere

Tesina di Laurea

# *Raccontare il parkour: storie di corpi nello spazio urbano*

Relatore  
Dott.ssa Giada Peterle

Laureanda  
Michela Ortile  
n° matr. 1199745 / LT

Anno Accademico 2021 / 2022

*A ciò che è stato, a ciò che è, a ciò che sarà*

# Indice

## 1. Introduzione

## **2. Il parkour come pratica urbana: la storia e le prime rappresentazioni**

2.1. Le origini, lo sviluppo della disciplina e l'aspetto valoriale

2.2. Il parkour approda sul piccolo e grande schermo

## **3. Le narrazioni**

3.1. Supporti visuali per la fruizione, la documentazione e l'apprendimento del parkour

3.2. *Jump London*: il parkour alla conquista della Gran Bretagna e poi del mondo

3.3. Disegnare una pratica urbana: *Parkour nel borgo del mistero. Un fumetto per Rosazza*

## 4. Conclusioni

## Introduzione

Il parkour è una delle pratiche metropolitane del Novecento, che nasce più o meno ufficialmente alla fine degli anni Ottanta e consiste nell'attraversare uno spazio urbano superando gli ostacoli che si possono presentare, creando un percorso (in francese *parcours*)<sup>1</sup>. In pochi decenni la disciplina è passata dal totale anonimato ad una discreta fama a livello internazionale e a causa delle sue origini poco convenzionali continua spesso ad essere percepito come eversivo, a tratti addirittura disturbante. La sua nascita è dovuta all'apporto di diverse fonti, tra cui metodi di allenamento militare e osservazioni compiute sulle capacità fisiche delle popolazioni indigene; fin dalle sue origini non vuole essere solo una metodologia di fitness: da Georges Hébert a David Belle, l'attenzione è sempre rivolta alla persona nella sua interezza, in una prospettiva quasi orientale. I praticanti si spostano nei luoghi meno apprezzati come le periferie, nei momenti meno frequentati e arrivano e se ne vanno senza lasciare traccia: si fanno chiamare *traceurs*, e né i loro ritrovi, né i loro movimenti hanno l'obiettivo di attirare l'attenzione, per quanto fuori dal comune possano sembrare.

Le difficoltà nell'accettare una simile attività, come per molte altre recenti pratiche urbane tra cui ad esempio lo *skateboarding*, sono legate anche alla presenza di un insieme di valori sottesi che vengono minacciati dalle stesse. Ogni *vault* veicola un certo messaggio, così come con ogni salto o movimento si concretizza una nuova possibilità di vivere la città, nonché di cambiare la propria visione del mondo; vengono offerte alternative laddove tutto sembra già trito e ritrito, incasellato all'interno di un *pattern* culturale già delineato a priori, e che viene spesso percepito come una trappola dagli abitanti. La maggior parte dei tracciatori sono giovani e giovanissimi, e la ragione non è solo legata alle capacità fisiche: di solito chi si avvicina ad una pratica di questo tipo, soprattutto partendo da un contesto sociale medio-borghese, lo fa con mente aperta, per confrontarsi con nuove opportunità e per sfuggire alla ripetitività, ponendosi attivamente alla ricerca di quel "qualcosa" percepito come mancante.

Questa dissertazione intende individuare nella maniera più precisa possibile, tra le nebulose fonti disponibili, le origini ed i presupposti della disciplina, per poi analizzare come sembra essersi trasformata nel corso del tempo fino ai modi in cui è stata rappresentata e percepita, attraverso l'analisi del documentario *Jump London*<sup>2</sup>, diretto dal regista Mike Christie nel 2003 e del fumetto

---

<sup>1</sup> Treccani

<<https://www.treccani.it/vocabolario/parkour/#:~:text=%E2%80%93%20Pratica%20ludico%20sportiva%20inventata%20nel,arampicate%20e%20varie%20altre%20acrobazie>, visitato il 17/02/22

<sup>2</sup> *Jump London*, diretto da M. Christie, Optomen Television, 2003

*Parkour nel borgo del mistero. Un fumetto per Rosazza*<sup>3</sup> del fumettista Alessio Zonno, pubblicato nel 2020.

Il modo in cui il *freerunning* viene raccontato e quali aspetti ne vengono messi in luce evidenziano come i valori iniziali che hanno dato vita a questa disciplina si siano mantenuti nel corso del tempo, e allo stesso tempo come evolvano grazie a nuove pratiche, inclusioni e significati. Le due opere analizzate per questo confronto, un documentario e un fumetto, sono differenti nella struttura e nel linguaggio pur presentando alcuni aspetti in comune, tra cui la centralità della visualità e l'intento promozionale: in un caso della pratica di per sé, nell'altro della cittadina di Rosazza. Sono quindi tenuti in considerazione, all'interno dell'analisi: la struttura peculiare del linguaggio di ciascuna di queste due opere e come la disciplina viene rappresentata al suo interno sulla base delle sue possibilità e limiti; l'aderenza o meno agli ideali iniziali che hanno dato vita al parkour e quindi la tendenza complessiva della rappresentazione all'interno delle due opere; le somiglianze e le differenze tra ciò che uno o l'altro evidenziano in maniera particolare, senza dimenticare il tempo intercorso tra la messa in onda del documentario e la pubblicazione del fumetto e considerandolo, almeno parzialmente, un sintomo della direzione della pratica. Infine, questo elaborato prova ad affrontare alcuni dei grandi quesiti relativi all'abitare la città e la posizione del parkour in relazione ad ognuno di essi, considerando ciò che viene messo in luce dai due supporti e da altre fonti.

Il lavoro è suddiviso in due capitoli: il primo riguarda una ricostruzione della storia del parkour sulla base di una selezione delle fonti disponibili, ripercorrendo le origini e i personaggi che hanno fornito un apporto significativo allo sviluppo della disciplina, tra cui Georges Hébert, Raymond Belle, il figlio David e Sébastien Foucan, evidenziando i valori alla base della pratica, fino alla sua inclusione all'interno di pellicole e videogiochi. Il secondo capitolo, preceduto da un'introduzione sul tipo di opere analizzate, riguarda invece il modo in cui il parkour è rappresentato all'interno del documentario televisivo e del fumetto e quali aspetti della disciplina risultano sottolineati.

---

<sup>3</sup> A. Zonno, *Op. cit.*

# 1. Il parkour come pratica urbana: la storia e le prime rappresentazioni

## 1.1. Le origini, lo sviluppo della disciplina e l'aspetto valoriale

Il termine “parkour” deriva da *parcours du combattant* (in francese “percorso ad ostacoli”), il metodo di addestramento militare a ostacoli proposto e sviluppato dall'ufficiale della marina francese Georges Hébert nel corso dei primi anni del Novecento. I movimenti si ispiravano al modo di spostarsi delle popolazioni che Hébert aveva incontrato nel corso delle navigazioni attorno al globo e comprendevano locomozione a quattro zampe, salti, arrampicate e combattimento<sup>4</sup>. Raymond Belle, pompiere parigino addestrato secondo questa metodologia, ha utilizzato poi il termine *les parcours* per definire il suo allenamento che includeva arrampicata, salti, corsa, equilibrio oltre ad altri movimenti aggiunti durante la sua pratica personale, che il figlio David Belle ha sviluppato ulteriormente, portando la disciplina alla fama mondiale<sup>5</sup>. Nel corso dei numerosi incarichi di quest'ultimo come *stuntman*, il regista Hubert Koundé gli suggerì di cambiare la “c” di *parcours* in una “k” perché più incisiva e dinamica e di eliminare la “s” finale, formando così l'attuale “parkour”<sup>6</sup>. I praticanti sono chiamati *traceur* oppure *tracer*, al femminile *traceuse*, entrambi dal verbo francese *tracer* ovvero “tracciare” (e dall'inglese *to trace*), come “tracciare un percorso” riferito per esempio al disegno<sup>7</sup>; gli incontri dei praticanti si chiamano *jam* e sono ritrovi che possono durare da qualche ora a qualche giorno: il primo “ufficiale” venne organizzato nel luglio 2002 da Romain Drouet e vi parteciparono circa una dozzina di persone<sup>8</sup>.

Un precursore del parkour è stato quindi il metodo sviluppato dall'ufficiale Georges Hébert, che nel periodo precedente la Prima guerra mondiale promosse abilità atletiche basate sui modelli delle tribù indigene che aveva incontrato in Africa: in particolare notò che “i loro corpi erano splendidi, flessibili, agili, abili, durevoli e resistenti, ma non avevano altro insegnante di ginnastica se non le loro vite nella natura”<sup>9</sup> differentemente dalle popolazioni europee, le quali abilità fisiche inutilizzate, con poche eccezioni, a partire dall'età adulta, si atrofizzavano nel corso del tempo.

---

<sup>4</sup> J. Herrmann, *Parkour/Freerunning as a Pathway to Prosocial Change: A Theoretical Analysis*, Victoria University of Wellington (Nuova Zelanda), 2016, p. 11

<sup>5</sup> N. Browne, *The art of displacement*, Parkour Generations <[http://www.parkourgenerations.com/articles.php?id\\_cat=2&idart=21](http://www.parkourgenerations.com/articles.php?id_cat=2&idart=21)>, 2007, pp. 2-3

<sup>6</sup> J. Angel, *Ciné Parkour*, s.l., Julie Angel, 2011

<sup>7</sup> M. Ferrari, *From 'Play to Display': Parkour as Media-Mimetics or Nature Reclamation?*, Flow.TV <<https://www.flowjournal.org/2010/05/from-%E2%80%9Cplay-to-display%E2%80%9D-parkour-as-media-mimetics-or-nature-reclamation-matthew-ferrari-university-of-massachusetts-amherst/>>, 2010, p. 11

<sup>8</sup> Wikipedia <<https://en.wikipedia.org/wiki/Parkour>>, visitato il 04/11/2021

<sup>9</sup> N. Browne, *Op. cit.*, pp. 2-3

Durante l'eruzione del 1902 del Monte Pelée a Saint-Pierre, a Martinica, si rafforzò la sua convinzione che proprio quelle abilità atletiche, sebbene di per sé insufficienti, fossero fondamentali e necessarie ad affinare non solamente il fisico ma anche la mente del soggetto: sviluppavano infatti coraggio, altruismo insieme ad altri valori socialmente utili e riconosciuti. Durante la sua esperienza come insegnante di educazione fisica al college di Reims in Francia, Hébert creò sessioni di *méthode naturelle* (“metodo naturale”), composte dai dieci gruppi fondamentali che era riuscito ad individuare: camminata, corsa, salto, movimento a quattro zampe, arrampicata, equilibrio, lancio, sollevamento, autodifesa e nuoto il cui scopo era sviluppare le tre forze principali, ovvero energetica (forza di volontà, coraggio, fermezza), morale (benevolenza, assistenza, onore e onestà) e fisica (muscolare e circolatoria)<sup>10</sup>. Durante la Prima e la Seconda guerra mondiale, l'insegnamento continuò ad evolversi e a diffondersi, divenendo ben presto il sistema ufficiale di addestramento militare francese. Ispirandosi ad Hébert, un architetto svizzero sviluppò uno dei primi *parcours du combattant*, un percorso a ostacoli, quelli che al giorno d'oggi sono lo standard nell'addestramento militare in tutto il mondo, oltre che il fondamento di molti corsi fitness di tipo funzionale. Nelle immagini che seguono vediamo un esempio di salto la cui meccanica veniva insegnata nell'ambito degli allenamenti di *méthode naturelle* (figura 1) e alcuni movimenti base del parkour attuale, ritratti dal fumettista Alessio Zonno all'interno di *Parkour nel borgo del mistero. Un fumetto per Rosazza*<sup>11</sup>, spesso impiegati ed insegnati per superare degli ostacoli in maniera efficiente e migliorare coordinazione e propriocezione (tavola 522).

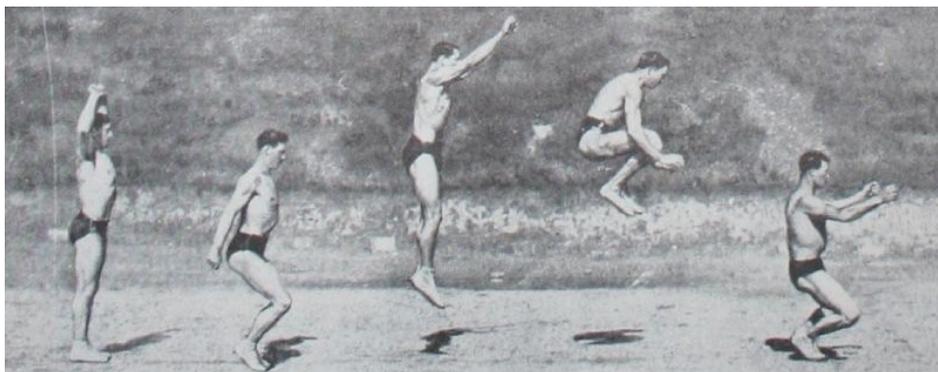


Figura 1: il metodo naturale di Georges Hébert<sup>12</sup>.

---

<sup>10</sup> R. C. González, *Parkour, del origen a la perspectiva de género*, Universidade da Coruña (Spagna), 2012-2013, pp. 44-45

<sup>11</sup> A. Zonno, *Op. cit.*

<sup>12</sup> Hora do Treino <<https://horadotreino.com.br/george-hebert-o-metodo-natural/>>, visitato il 05/02/2022

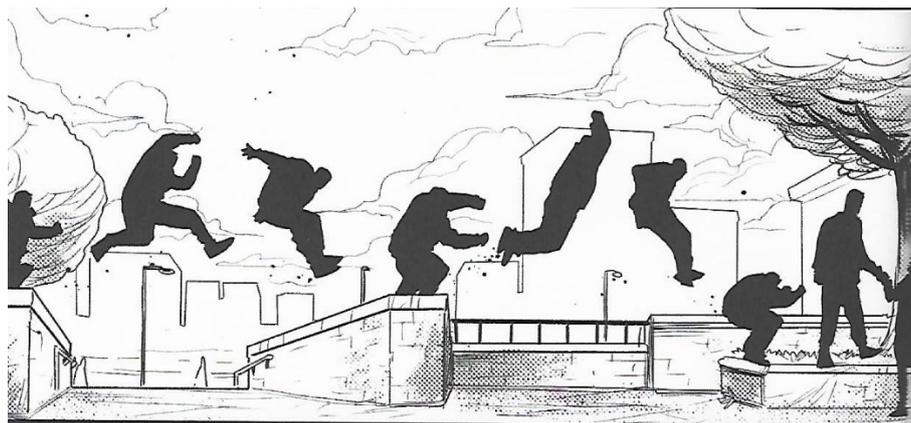


Tavola 522: il fumettista Alessio Zonno disegna un percorso di parkour all'interno di *Parkour nel borgo del mistero*. Un fumetto per Rosazza<sup>13</sup>.

Raymond Belle, figlio di un medico francese e madre vietnamita, nasce nel 1939 in Vietnam. All'età di sette anni, dopo la morte del padre nella prima guerra dell'Indocina, fu separato dalla madre e mandato all'orfanotrofio militare di Da Lat. Da allora promise a sé stesso che non sarebbe mai stato una vittima e di notte, mentre tutti dormivano, continuava ad allenarsi secondo i principi dell'addestramento militare inventando anche nuovi metodi personali per migliorare forza, resistenza e flessibilità. Nel 1954, dopo la battaglia di Dien Bien Phu tornò in Francia e continuò l'educazione militare fino all'età di 19 anni, quando si unì ai vigili del fuoco di Parigi, una delle unità dell'esercito francese<sup>14</sup>.

David Belle, il figlio di Raymond nato nel 1973, è considerato da molti il fondatore dell'attuale parkour: durante l'infanzia sperimenta con la ginnastica e l'atletica, restando sempre più insoddisfatto sia dei programmi scolastici che degli allenamenti che venivano proposti nei club sportivi e nelle palestre. Con il tempo realizza che ciò che desiderava davvero era un mezzo per sviluppare abilità che gli sarebbero state utili soprattutto nella vita reale, e non solo in ambienti protetti come l'interno di una palestra. Attraverso le conversazioni con il padre conosce questa metodologia chiamata *parcours* e ascoltandolo parlare dei tentativi fatti per sviluppare quel sistema, oltre alle motivazioni tutt'altro che ginniche che l'avevano spinto a crearlo, inizia ad allenarsi in questo modo trovandolo molto più formativo della scuola stessa e più importante di qualsiasi altro impegno<sup>15</sup>. Inizialmente si allena solo, ma dopo il suo trasferimento a Lisses trova altri ragazzi, tra cui i cugini, con cui praticare: il gruppo che si forma nel tempo comprende David

<sup>13</sup>A. Zonno, *Op. cit.*, tav. 522

<sup>14</sup>J. Herrmann, *Op. cit.*, pp. 7-8

<sup>15</sup> M. D. Lamb, *Tracing the Path of Power through the Fluidity of Freedom: The Art of Parkour in Challenging the Relationship of Architecture and the Body and Rethinking the Discursive Limits of the City*, Graduate College of Bowling Green (Stati Uniti), 2011, p. 112

Belle, Sébastien Foucan, Châu Belle Dinh, Williams Belle, Yann Hnautra, Laurent Piemontesi, Guylain N'Guba Boyeke, Malik Diouf e Charles Perrière<sup>16</sup>. Nel loro immaginario, riescono a trasformare i negletti sobborghi parigini da una prigione ad un parco giochi. Presto questo tipo di allenamento diventa sempre più importante all'interno delle vite di tutti i membri del gruppo: lo spazio pubblico della città, ignorato dai più ed usufruito unicamente come passaggio da un'attività all'altra, racchiudeva per loro infinite possibilità che si impegnavano a scoprire dopo la scuola e nel tempo libero. Il gruppo trae ispirazione anche dalla cultura asiatica e dalle arti marziali orientali, in particolare dalle acrobazie di Jackie Chan e dalla filosofia di Bruce Lee, oltre che da pellicole occidentali quali *The Matrix*<sup>17</sup> o *Star Wars*<sup>18</sup>, e nel tempo le loro idee diventano sempre più radicali: non si tratta più di un gioco, ma di un vero e proprio stile di vita. David e i suoi amici si sottopongono a sfide come allenamenti senza cibo né acqua, oppure passano le notti dormendo a terra senza neanche una coperta per imparare a sopportare il freddo. Era richiesto il massimo rigore: non erano permessi ritardi agli allenamenti, perché ciò avrebbe bloccato l'intero gruppo, e non c'era tempo né per lamentare finì a sé stesse né per le scuse; se uno di loro riusciva a completare una sfida atletica che si era imposto, tutti gli altri dovevano fare lo stesso e se qualcuno si rimaneva ferito durante o dopo l'esecuzione di un qualsiasi movimento, questo era considerato un fallimento. L'esecuzione di una mossa una volta soltanto non era considerata una conquista, e questa doveva essere ripetuta almeno dieci volte di seguito senza errori per definirsi acquisita: se uno qualsiasi di loro avesse commesso errori nel processo, avrebbero dovuto ricominciare tutti dall'inizio. Altri principi cardine erano l'umiltà e la sincerità: a nessuno era permesso di sentirsi superiore agli altri e la menzogna non era in alcun modo tollerata; se qualcuno affermava di aver completato una sfida difficile e pericolosa, spesso doveva dimostrare la veridicità delle sue affermazioni ripetendo il movimento. Chiaramente non veniva ammesso chiunque all'interno del gruppo e per entrare a farne parte gli aspiranti dovevano essere raccomandati da un tracciatore effettivo, oltre che superare una selezione basata sulla loro motivazione. Tra i membri del gruppo c'era una fiducia incondizionata: se qualcuno avesse violato uno qualsiasi dei principi, avrebbero deciso assieme una eventuale punizione o addirittura l'espulsione, qual ora il soggetto non fosse più stato ritenuto adatto a farne parte. Ad ogni modo, nonostante l'enorme enfasi sul collettivo e l'importanza della vita comunitaria, la maniera in cui un praticamente progrediva o meno dipendeva, in fin dei conti, da lui stesso e dalla sua motivazione<sup>20</sup>.

---

<sup>16</sup> M. D. Lamb, *Op. cit.*, p. 113

<sup>17</sup> *The Matrix*, diretto da The Wachowskis, Warner Bros., 1999

<sup>18</sup> *Star Wars: Episode I – The Phantom Menace*, diretto da George Lucas, Lucasfilms, 1999

<sup>19</sup> N. Browne, *Op. cit.*, p. 2

<sup>20</sup> J. Herrmann, *Op. cit.*, pp. 9-10

Il punto di svolta avviene nel 1997 quando il fratello di Belle, Jean-François, invita il gruppo ad esibirsi per il pubblico in uno spettacolo di vigili del fuoco a Parigi. Per questa occasione decidono di darsi il nome Yamakasi, dal congolese *lingala ya makasi*, che significa “uomo forte, spirito forte”. Alcuni dei membri erano preoccupati di come il pubblico avrebbe visto la loro disciplina, dato che la performance dimostrava solo gli aspetti più spettacolari della pratica, tralasciando il loro duro allenamento ed i valori fondanti, a cui tenevano molto.



Figura 1: gli Yamakasi all'interno della pellicola *Yamakasi – Les samouraïs des temps modernes*<sup>21</sup>.

L'esibizione viene accolta sia positivamente che negativamente. Jean-François invia subito dopo foto e video a un programma televisivo francese che ne aveva fatto richiesta e la popolarità del parkour aumenta velocemente: presto vari programmi televisivi, anche esteri, iniziano a riprodurre sui loro canali i video del gruppo e le richieste di esibizioni aumentano. Durante questo periodo di crescente celebrità, nascono anche interessi contrastanti all'interno del gruppo: Sébastien Foucan preferisce insegnare piuttosto che allenarsi o esibirsi, David Belle sogna invece di diventare attore e lavorare nel mondo cinematografico. Presto i due scelgono di lasciare il gruppo: Belle continuò ad utilizzare il nome “parkour” per designare la sua pratica, mentre Sébastien Foucan comincerà da quel momento ad utilizzare il termine “*freerunning*”, cercando così di renderlo più attraente per il pubblico anglofono. I sette membri rimanenti mantennero invece il termine *l'art du déplacement*<sup>22</sup>, in italiano “arte dello spostamento”. Riferirsi ad una pratica come “arte” significa

---

<sup>21</sup> *Yamakasi – Les samouraïs des temps modernes*, diretto da Ariel Zeitoun, Luc Besson, 2004

<sup>22</sup> J. Herrmann, *Op. cit.*, p. 11

distinguerla dal mero fitness o passatempo comunemente inteso: l'Enciclopedia Treccani riporta, per quanto riguarda l'arte in senso lato,

“arte come *téchne*, complesso di regole ed esperienze elaborate dall'uomo per produrre oggetti o rappresentare immagini tratte dalla realtà o dalla fantasia, si evolve solo attraverso un passaggio critico nel concetto di arte come espressione originale di un artista, per giungere alla definizione di un oggetto come opera d'arte”<sup>23</sup>

Essendo “spostamento” un termine generico, ogni gesto può rientrare all'interno di quest'arte: l'invito è a porre in ogni movimento la stessa attenzione e cura che si avrebbe nella creazione di un oggetto, trasformando in opera d'arte il fatto stesso di essere nel mondo, di spostarci in esso. Questo eccesso di scissioni e differenze terminologiche ha spesso creato, almeno in passato, diatribe anche piuttosto importanti: ma le differenze sono così difficili da discernere, a patto che ve ne siano, che i praticanti continuano a descriversi alternativamente sia come *traceurs* che come *freerunners* ed il parkour che viene insegnato nelle scuole è definito con uno qualsiasi dei termini, in maniera del tutto intercambiabile.

L'aspetto valoriale è quindi cardine alla base della pratica e dell'insegnamento del parkour: Belle dice che addestra le persone perché vuole che “sia vivo” e “che le persone lo usino”<sup>24</sup>; il fine è imparare e progredire non solo nella conoscenza del proprio corpo e delle sue possibilità, ma anche e soprattutto come persone. Nel libro che pubblica nel 2009<sup>25</sup> il parkour è più “uno stato mentale” che un insieme di movimenti, e riguarda il superamento e l'adattamento agli ostacoli mentali ed emotivi oltre che alle barriere fisiche<sup>26</sup>. Belle non è l'unico a sottolineare questo aspetto della pratica: il *freerunner* Dylan Baker afferma che “il parkour influenza anche i processi di pensiero, migliorando la fiducia in se stessi e le capacità di pensare criticamente consentendo di superare gli ostacoli fisici e mentali quotidiani”<sup>27</sup>, e questi risvolti sono stati poi confermati attraverso studi scientifici, tra cui alcuni condotti dalla Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence (Neuropsychiatria dell'infanzia e dell'adolescenza) in Francia che comprova come i *traceurs* sembrano più propensi a trovarsi in situazioni di leadership rispetto agli altri sportivi, oltre a

---

<sup>23</sup> Treccani <<https://www.treccani.it/enciclopedia/arte/>>, visitato il 14/11/2021

<sup>24</sup> *Generation Yamakasi*, diretto da Mark Daniels, Api Production, 2007

<sup>25</sup> D. Belle, *Parkour*, s.l., GLENAT, 2009

<sup>26</sup> *Ibidem*.

<sup>27</sup> J. Mai, *Students on campus are mastering parkour, an art of self-awareness and body control*, The Lantern <<https://www.thelantern.com/2008/04/students-on-campus-are-mastering-parkour-an-art-of-self-awareness-and-body-control/>>, 2008

dimostrare grandi capacità di gestire le situazioni stressanti a differenza, ad esempio, dei ginnasti<sup>28</sup>. Il *traceur* Andy Tran di Urban Evolution parla anche di “bonifica umana”, intesa come

mezzo per reclamare cosa significa essere un essere umano. Ci insegna a muoverci usando i metodi naturali che avremmo dovuto imparare dall'infanzia. Ci insegna a toccare il mondo e ad interagire con esso, invece di esserne al riparo<sup>29</sup>

Sempre secondo Belle, i tracciatori devono essere consapevoli delle loro capacità e dei loro limiti e svilupparsi autonomamente:

Quando un giovane mi chiede: ‘Puoi mostrarmi come si fa?’ Rispondo semplicemente: ‘No, ti mostrerò come faccio. Poi dovrai imparare con la tua tecnica, il tuo modo di muoverti, il tuo stile, le tue capacità e i tuoi limiti. impara ad essere te stesso, non qualcun altro lungo la strada’<sup>30</sup>

In un'intervista con *The New Yorker*, sostiene:

C'è una citazione di Bruce Lee che è il mio motto: ‘Non ci sono limiti. Ci sono altipiani, ma non devi restarci, devi andare oltre. Un uomo deve costantemente superare il suo livello.’ Se non sei migliore di come eri il giorno prima, allora cosa stai facendo, qual è il punto?<sup>31</sup>

Infatti, la competitività nel parkour si limita a sé stessi ed al proprio progresso personale<sup>32</sup>, cercando il modo di essere migliori di ieri, peggiori di domani. Una campagna è stata avviata nel 2007 dal portale Parkour.NET<sup>33</sup> per preservare la filosofia del parkour proprio dalla competizione sportiva e dalla rivalità: nelle parole di Erwan Le Corre, la competizione spinge le persone a combattere contro gli altri ed il parkour non può diventare uno sport senza rinnegare i valori alla base della sua pratica. Sempre secondo Le Corre, una delle difficoltà, infatti, sarà proprio insegnare e diffondere il *freerunning* in una maniera che non lo trasformi in qualcos'altro. L'atleta Ryan Doyle, sponsorizzato dalla Red Bull, sostiene che le persone che chiedono chi sia il migliore nel

---

<sup>28</sup> N. Cazenave, *La pratique du parkour chez les adolescents des banlieues: Entre recherche de sensation et renforcement narcissique*, <<Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence>>, 55, 3, 2007, pp. 154–159

<sup>29</sup> A. Tran, *Two Theories on Parkour Philosophy*, Parkour North America <[http://web.archive.org/web/20120712091605/http://parkournorthamerica.com/plugin\\_s/content/content.php?content.17](http://web.archive.org/web/20120712091605/http://parkournorthamerica.com/plugin_s/content/content.php?content.17)>, 2007

<sup>30</sup> D. Belle, *Op. cit.*, p. 69

<sup>31</sup> A. Wilkinson, *No Obstacles. Navigating the world by leaps and bounds*, <<The New Yorker>>, 2007

<sup>32</sup> F. P. Masterman, *Appropriation of Urban Space: A Phenomenological Study of the Alternative Appropriation of Urban Space by Parkour Practitioners*, ARCC Conference Repository <<https://doi.org/10.17831/rep:arcc%y516>>, 2018, p. 6

<sup>33</sup> Parkour.net <<http://parkour.net/forum/index.php?showtopic=9539>>, visitato il 01/04/2007

parkour è perché non capiscono cosa sia, dato che è quello che si chiederebbe di uno sport ed il parkour è invece una disciplina<sup>34</sup>. Questo punto continua ad essere di comune accordo tra la maggior parte dei *traceurs*, anche professionisti, che spesso rigettano l'insieme di trucchi spesso reso popolare dall'esposizione mediatica e lo vedono ancora come lo stile di vita che era originariamente. Comunque, nonostante il giudizio negativo dei più, le competizioni di parkour continuano: il "North America Parkour Championships" della Sport Parkour League ospita una serie di eventi di qualificazione locali e regionali che culminano in un evento finale a Vancouver (Canada) e un altro evento di portata mondiale è l'Art of Motion di Red Bull, la competizione professionale di più alto profilo esistente<sup>35</sup>.

## 1.2. Il parkour approda sul piccolo e grande schermo

Inizialmente presente nei film d'azione del regista e produttore francese Luc Besson, il parkour è stato presentato ufficialmente come disciplina al pubblico britannico del piccolo schermo attraverso il canale televisivo BBC One, che nell'aprile 2002 vede un giovane David Belle percorrere il tragitto dal suo ufficio a casa saltando tra i tetti, nel tentativo di arrivare in tempo per non perdersi il suo programma televisivo preferito<sup>36</sup>. Questa pubblicità, insieme ad altre per Coca-Cola, Nike e Toyota ed alla creazione di *show-reel* e documentari sulla materia, ha avuto un impatto su larga scala per quanto riguarda la consapevolezza pubblica dell'esistenza del parkour ed è stata cruciale per la sua diffusione: *Jump London*<sup>37</sup> è un documentario del 2003 diretto dal regista britannico Mike Christie che delinea le origini della disciplina e ne spiega alcuni retroscena, terminando con Sébastien Foucan, Johann Vigroux e Jérôme Ben Aoues che dimostrano le loro abilità tra i tetti di Londra. Probabilmente è questo il documentario che ha cambiato la visione del parkour nel Regno Unito, seguito da *Jump Britain*<sup>38</sup> nel 2005, sempre sotto la direzione di Christie. Entrambi sono stati proiettati in più di ottanta paesi, introducendo così la disciplina e la sua filosofia ad un pubblico globale senza precedenti ed ispirando milioni di persone, soprattutto giovani e giovanissimi: nel 2010 il New York Times ha pubblicato un breve video con tre giovani della Striscia di Gaza membri attivi della comunità di *traceurs*, comprovandone il successo mondiale dal Duemila in poi, mentre nel 2014 la BBC ha documentato proprio in quelle zone,

---

<sup>34</sup> YouTube <<https://www.youtube.com/watch?v=z1NzOqfW7z4>>, visitato il 07/02/2022

<sup>35</sup> J. Cheung, *Space and Subversion: An Analysis of Authenticity in London Parkour*, Academia <[https://www.academia.edu/11758855/Space\\_and\\_Subversion\\_An\\_Analysis\\_of\\_Authenticity\\_in\\_London\\_Parkour](https://www.academia.edu/11758855/Space_and_Subversion_An_Analysis_of_Authenticity_in_London_Parkour)>, 2015, pp. 39-40

<sup>36</sup> M. D. Lamb, *Op. cit.*, pp. 113-114

<sup>37</sup> *Jump London*, diretto da M. Christie, Optomen Television, 2003

<sup>38</sup> *Jump Britain*, diretto da M. Christie, Carbon Media, 2005

tristemente conosciute per le loro situazioni politiche difficili, la fondazione della Kashmir Freerunning and Parkour Federation.

Presto il parkour è diventato una costante delle sequenze d'azione, con registi che assumono professionisti del parkour come *stuntman* ed attori: il primo a farlo è appunto Luc Besson con *Taxi 2*<sup>39</sup> nel 1998, seguito da *Yamakasi*<sup>40</sup> nel 2001 e dal sequel *Les fils du vent*<sup>41</sup> nel 2004. Sempre nel 2004, Besson ha scritto *Banlieu 13*<sup>42</sup>, un altro lungometraggio con David Belle e Cyril Raffaelli, seguito da *Banlieu 13: Ultimatum*<sup>43</sup> nel 2009. Il desiderio di rendere il parkour appetibile al mondo dell'intrattenimento si vede facilmente nelle scene e nelle locandine di questi film (figura 3): sequenze rocambolesche dove gli atleti sono presentati quasi come superuomini, in situazioni al limite del verosimile, nel tentativo di lasciare gli spettatori a bocca aperta.



Figura 3: sequenza d'azione dal film *Banlieu 13: Ultimatum*<sup>44</sup>.

Nel 2006 il film *007: Casino Royale*<sup>45</sup> ha visto Sébastien Foucan in un inseguimento spettacolare, suscitando un rinnovato interesse dei media per il parkour e le sue possibilità di applicazione all'interno del cinema, ed assieme a *The Bourne Ultimatum* (2007)<sup>46</sup> è il punto di partenza per il rilancio della disciplina. Il parkour è stato protagonista anche di *Live Free or Die Hard* (2007)<sup>47</sup>, con lo stuntman e attore Cyril Raffaelli, e *Prince of Persia: The Sands of Time* (2010)<sup>48</sup> con la

<sup>39</sup> *Taxi 2*, diretto da G. Krawczyk, Luc Besson, 2000

<sup>40</sup> *Yamakasi – Les samourais des temps modernes*, diretto da A. Zeitoun, Luc Besson, 2004

<sup>41</sup> *Les fils du vent* (“The sons of the wind”), diretto da J. Seri, Yves Marmion, 2004

<sup>42</sup> *Banlieu 13* (“District 13”), diretto da P. Morel, Luc Besson, 2004

<sup>43</sup> *Banlieu 13: Ultimatum* (“District 13: Ultimatum”), diretto da P. Alessandrin, Luc Besson, 2009

<sup>44</sup> *Idem*.

<sup>45</sup> *007: Casino Royale*, diretto da M. Campbell, Michael G. Wilson, 2006

<sup>46</sup> *The Bourne Ultimatum*, diretto da P. Greengrass, Frank Marshall, 2007

<sup>47</sup> *Live free or die hard* (anche “Die Hard 4.0”), diretto da L. Wiseman, Michael Fottrell, 2007

<sup>48</sup> *Prince of Persia: The Sands of Time*, diretto da M. Newell, Jerry Bruckheimer, 2010

coreografia di movimenti ideata dallo stesso David Belle. Altre pellicole sono *Breaking and Entering* (2006)<sup>49</sup>, *Traceurs* (2015)<sup>50</sup>, *Freerunner* (2011)<sup>51</sup>, *Dhoom 3* (2013)<sup>52</sup>, *Bang Bang!* (2014)<sup>53</sup> e il più conosciuto *6 Underground* (2019)<sup>54</sup>, per la presenza del gruppo di *traceurs* inglese Storrer<sup>55</sup>. Nel 2009 ha luogo lo spettacolo di MTV Ultimate Parkour Challenge con protagonisti atleti della World Freerunning & Parkour Federation, seguito nel 2010 da una serie di episodi con lo stesso nome. I *freerunners* professionisti vengono impiegati anche per insegnare agli attori stessi alcuni movimenti: ne sono un esempio l'attore Stephen Amell e la collega Caity Lotz, che apprendono il parkour alla Tempest Academy preparandosi per i loro ruoli nella celebre serie televisiva *Arrow*<sup>56</sup>.

Ma la presenza del parkour non si limita solo al cinema o alla televisione ed interessa anche i videogiochi, dalla più nota serie di *Assassin's Creed*<sup>57</sup> (figura 4) a *Tomb Raider*<sup>58</sup> dove i personaggi si muovono attorno e sopra a edifici, tetti e altri ostacoli, da *Prince of Persia* (2008)<sup>59</sup> a *Dying Light*<sup>60</sup>, con prese e volteggi da sporgenze ed altri oggetti, ed anche il combattimento di *Tron Evolution*<sup>61</sup> è basato su un misto di parkour e capoeira<sup>62</sup>.



Figura 4: scena di fuga tra i tetti dal videogioco *Assassin's Creed Unity*<sup>63</sup>.

<sup>49</sup> *Breaking and Entering*, diretto da A. Minghella, Timothy Bricknell, 2006

<sup>50</sup> *Traceurs*, diretto da D. Benmayor, Marty Bowen, 2015

<sup>51</sup> *Freerunner*, diretto da L. Silverstein, Warren Ostergard, 2011

<sup>52</sup> *Dhoom 3*, diretto da V. K. Acharya, Aditya Chopra, 2013

<sup>53</sup> *Bang Bang!*, diretto da S. Anand, Fox Star Studios, 2014

<sup>54</sup> *6 Underground*, diretto da M. Bay, Michael Bay, 2019

<sup>55</sup> Storrer <<https://www.storrer.com/>>, visitato il 16/11/2021

<sup>56</sup> *Arrow*, diretto da J. P. Finn, Warner Bros. Television, 2019-2020

<sup>57</sup> *Assassin's Creed*, Ubisoft Montreal, Ubisoft, 2007-2021

<sup>58</sup> *Lara Croft: Tomb Raider*, Eidos Interactive-Microsoft Studios, Square Enix, 2001-2008

<sup>59</sup> *Prince of Persia*, Ubisoft Montreal, Ubisoft, 2008

<sup>60</sup> *Dying Light*, Techland, Warner Bros. Interactive Entertainment, 2015

<sup>61</sup> *Tron Evolution*, Propaganda Games-GameStard Ltd.-SuperVillain Studios-Disney Interactive Studios, 2010

<sup>62</sup> Wikipedia <<https://en.wikipedia.org/wiki/Parkour>>, visitato il 4/11/2021

<sup>63</sup> *Assassin's Creed Unity*, Ubisoft Montreal, Ubisoft, 2014

### 3. Le narrazioni

#### 3.1. Supporti visuali per la fruizione, la documentazione e l'apprendimento del parkour

Analizzare il modo in cui il parkour viene raccontato non può prescindere dalla lettura e dalla comprensione dei supporti necessari alla sua comunicazione, né dal modo in cui vengono fruiti ed utilizzati dalla comunità globale di praticanti e non praticanti: quando si tratta di pratiche corporee, queste finiscono spesso per appiattirsi alla dimensione visiva attraverso disegni, foto e video caricati sui social network e nelle piattaforme online. Tuttavia, non si può considerare un difetto o un limite dei supporti utilizzati, dato che anche nella realtà è l'aspetto visuale ad essere preponderante sia nella pratica che nell'apprendimento del parkour e, per la piccola folla di passanti curiosi che a volte si ferma ad osservare i tracciatori, anche nella sua fruizione in qualità di spettatori<sup>64</sup>. Tra i vari ausili visuali che si possono utilizzare per registrare la disciplina vi sono differenze tra immagini statiche, come disegni o materiale fotografico, ed immagini in movimento, come i video: per ovvi motivi si riscontra nella maggior parte dei casi una preferenza per questi ultimi<sup>65</sup>, più aderenti alla realtà e capaci di rendere oltre al singolo movimento anche la situazione d'insieme, nella maniera più completa e vera possibile. I filmati realizzati, soprattutto a livello amatoriale, vengono utilizzati non solo per diffondere la disciplina, celebrare la sua spettacolarità o il superamento di un ostacolo: molti *freerunners* sostengono come spesso alla base vi sia l'intenzione di auto esaminarsi e comprendere cosa funziona o non funziona in un determinato movimento, servendosi della registrazione per osservarsi dall'esterno. Tutto ciò non ha nulla a che vedere con il pubblico se non in un secondo momento<sup>66</sup>, quando le riprese di questi tentativi vengono pubblicate come *fails*, video che risultano spassosi anche per i non praticanti e possono divenire oggetto di studio e riflessione per i *traceurs*, che hanno la possibilità di vedere ciò che può accadere eseguendo un determinato movimento e in che modo gestire gli inconvenienti. Altro modo di utilizzare questi video è l'insegnamento, ed infatti i minicorsi online sul parkour sono numerosi: video-routine facilmente reperibili ovunque nel Web, tra blog e piattaforme come YouTube o Instagram con le sue *Stories* e *Reels* dedicati, semplificazioni dei movimenti in piccoli passaggi che ne facilitano la memorizzazione e la comprensione della meccanica in filmati di pochi secondi. Spesso l'intento promozionale o celebrativo non è quindi la motivazione primaria per cui queste foto o questi video vengono creati, ma consapevolmente o

---

<sup>64</sup> I. Braune, 8. *Body-Space-Relation in Parkour: Street Practices and Visual Representations*, <<Media and Mapping Practices in the Middle East and North Africa>>, Amsterdam: Amsterdam University Press, 2021, p. 186

<sup>65</sup> *Ibidem*.

<sup>66</sup> *Ivi*, p. 13

inconsapevolmente, anche solo la divulgazione di una differente fruizione degli spazi ne promuove l'utilizzo in maniera alternativa<sup>67</sup>.

Di seguito alcuni esempi di risultati che YouTube propone cercando “parkour fails” (fotogramma 1; fotogramma 2): compilation amatoriali spesso create dai *freerunners* stessi unendo i filmati dei tentativi che non hanno avuto un esito positivo, senza risparmiare neanche le conseguenze spiacevoli.



Fotogramma 1: un esempio di risultato su YouTube<sup>68</sup>.



Fotogramma 2: un altro esempio di risultato su YouTube<sup>69</sup>.

### 3.2. *Jump London*: il parkour alla conquista della Gran Bretagna e poi del mondo

Il documentario *Jump London*<sup>70</sup>, diretto da Mike Christie e prodotto da Optomen Television, andò in onda per la prima volta nel settembre 2003 sul Channel 4 della BBC e, assieme ai film di Besson,

<sup>67</sup> J. Toscano, *Parkour as a Visual Urban Subculture: An Aesthetic Understanding of its Performative Scope*, <<Liminalities: A Journal of Performance Studies>>, 16, 4, 2020, p.14

<sup>68</sup> YouTube <<https://www.youtube.com/watch?v=WLM4V7NM8DI&t=12s>>, visitato il 04/02/2022

<sup>69</sup> YouTube <<https://www.youtube.com/watch?v=ntv0p0DlyxE&t=60s>>, visitato il 04/02/2022

<sup>70</sup> *Jump London*, diretto da M. Christie, Optomen Television, 2003

ebbe un ruolo fondamentale per la conoscenza del parkour prima nella zona anglosassone e poi nel mondo.

I protagonisti dell'azione sono Sébastien Foucan, uno dei primi codificatori e membro del gruppo degli *Yamakasi* ed alcuni compagni e l'inizio è equiparabile ad un film d'azione, tra musica incalzante e riprese scenografiche degli aspetti più spettacolari e performativi, con l'intento di rendere il tutto apprezzabile al grande pubblico che è di solito molto attratto dagli effetti speciali e dal rischio. Viene poi sottolineata la partecipazione alla rappresentazione di marchi prestigiosi, tra cui anche Nike, con la pubblicità che vede protagonista proprio un giovane Sébastien Foucan che si sposta tra le strade e i palazzi di Londra con i movimenti caratteristici del parkour, inseguito da una gallina "arrabbiata", come la definisce il titolo dello spot (*Le poulet en colere – The angry chicken*)<sup>71</sup>: lo scopo è dimostrare l'affidabilità e la confortevolezza delle nuove scarpe prodotte dalla nota azienda<sup>72</sup>.



Fotogramma 3 (1:58): Foucan fugge dalla gallina nello spot per Nike.

Foucan chiama il parkour metodo di spostamento alternativo, "anarchico": qualcosa che è sempre esistito ma a cui nessuno aveva ancora assegnato un nome; un'arte antica che nasce dal desiderio di cacciare ed inseguire. Infatti, questo era proprio ciò che Foucan e i suoi amici facevano quando incontravano dopo la scuola a Lisses: giocavano a rincorrersi, muovendosi negli spazi a disposizione, oppure si davano delle piccole sfide da compiere tra gli edifici, e ognuno cercava la maniera più efficace e veloce per superarle. Il modo di guardare il mondo che hanno i bambini, dice Foucan, è molto simile alla "*parkour vision*"<sup>73</sup>, una dimensione in cui ci si confronta con l'ambiente come per

---

<sup>71</sup> YouTube <<https://www.youtube.com/watch?v=KoLABOAwB7Q>>, visitato il 04/02/2022

<sup>72</sup> *Ibidem*.

<sup>73</sup> F. P. Masterman, *Op. cit.*, pp. 88-89

la prima volta, si entra in relazione con l'altro e con la città attraverso il gioco<sup>74</sup> e dove gli ostacoli non sono inconvenienti scomodi che si incrociano nella propria traiettoria, ma possibilità di scoperta ad ogni livello: di sé stessi, del proprio corpo, dell'ambiente e di tutte queste parti in relazione che ha luogo attraverso il gioco; Foucan afferma infatti che “il *freerunning* non è solo un gioco, è diventato uno stile di vita”<sup>75</sup>.

Questo utilizzo poco convenzionale degli spazi urbani inizia lentamente a preoccupare gli adulti di Lisses, che vedono ragazzini compiere azioni per loro sempre più estreme e pericolose: seguono i contrasti con il primo cittadino, preoccupato per la loro salute, e con gli adulti del quartiere in genere e tutt'ora la pratica del parkour viene spesso vista dai non praticanti come inutilmente rischiosa<sup>76</sup>. Tuttavia, neanche tutto questo è sufficiente a fermare Foucan e i suoi compagni, che crescendo continuano a muoversi in questi modi inconsueti, sviluppando una precisione e perfezione dei movimenti invidiabile: mentre per i comuni cittadini gli spazi urbani restano un sottofondo monotono, luogo di passaggio trascurato e di secondo piano, per i tracciatori diventano il centro della pratica, che fa degli ostacoli la regola, delle difficoltà il movente principale. Più l'architettura urbana si fa complessa, più le sfide aumentano e la pratica del parkour si rende degna di nota sia per i *traceurs* che per gli eventuali spettatori e quando queste diminuiscono, i tracciatori le creano: si muovono di notte, con la pioggia o con la nebbia, alla ricerca di quell'ostacolo che li porterà fuori dalla loro zona di comfort.

La città è luogo di convivenza facilitata, almeno a livello architettonico, tra i cittadini, spazio che accoglie le loro differenze di genere, classe sociale, origine e pratiche di vita: marciapiedi, recinzioni, rampe, ringhiere segnano il percorso più sicuro per spostarsi nella giungla urbana. Il praticante di una disciplina come il parkour nasce osservatore attento e lo diventa sempre di più con il tempo, imparando a vedere possibilità dove prima non c'erano; presto sviluppa uno sguardo critico inizialmente legato al movimento in senso stretto, ma che presenta la concreta possibilità di estendersi ad ogni aspetto del quotidiano, dal privato al sociale<sup>77</sup>. Anche la percezione estetica<sup>78</sup> della città e dello spazio urbano ne risulta profondamente modificata: non sono solo gli spazi visivamente piacevoli ad essere apprezzati, ma anche e soprattutto quelli che rendono possibile la disciplina,

---

<sup>74</sup> L. J. Rotawisky, *El arte del extravío: corporalidades y afectos en el Parkour*, <<Corpo-grafías: Estudios críticos de y desde los cuerpos>>, 2, 2, 2015, p. 200

<sup>75</sup> *Jump London*, diretto da M. Christie, Optomen Television, 2003

<sup>76</sup> F. P. Masterman, *Op. cit.*, p. 81

<sup>77</sup> *Ivi*, p. 90

<sup>78</sup> M. B. Wallace, *Determining the social and psychological reasons for the emergence of parkour and free running – An interpretive phenomenological analysis*, University of Salford (Gran Bretagna), 2013, pp. 23-25, p. 252

perché presentano caratteristiche particolari che rendono la sua pratica complessa e stimolante<sup>79</sup>. Nel tempo si va a creare un repertorio di possibilità che, pur continuamente integrato, sembra inesauribile<sup>80</sup> e la relazione con la città si trasforma radicalmente, da passiva ad attiva: da osservatori si diventa creatori<sup>81</sup>, tracciatori di nuovi orizzonti, pronti a crescere e ad imparare mettendosi in gioco, esprimendo sé stessi nel movimento e lasciando che la città plasmi a sua volta ogni livello, dal fisico all'emotivo al mentale<sup>82</sup>. L'approccio del parkour viene avvicinato a molte filosofie orientali proprio per questo aspetto di compenetrazione tra la città ed il praticante al punto che avviene una sorta di fusione, di creazione di un unico organismo, quasi un essere vivente<sup>83</sup> e spesso si crea un legame emotivo e di familiarità con questi spazi, incentivato dall'interazione fisica e diretta con l'ambiente, diversa dal semplice osservare<sup>84</sup> perché legata al tatto, da alcuni considerato il primo senso a svilupparsi<sup>85</sup>.



Fotogramma 4 (41:43): Foucan salta tra i tetti di Londra<sup>86</sup>.

---

<sup>79</sup> I. Braune, *Op. cit.*, p. 182

<sup>80</sup> L. J. Rotawisky, *Op. cit.*, p. 202

<sup>81</sup> J. A. Velasco-Arboleda, *La producción del espacio: relaciones entre la ciudad edificada y los practicantes de parkour en Cali*, <<Revista de Antropología y Sociología: Virajes>>, 20, 2, 2018, p. 137

<sup>82</sup> J. M Muñoz, *El cuerpo y el espacio en la práctica del parkour*, Universidad del Valle (Colombia), 2015, p. 298

<sup>83</sup> J. C. Cortés-Murillo, I. del Pilar Perea-Baena, J. Sarmiento-Rojas, *Parkour y movimiento humano. Sentidos y significados de su práctica en Bogotá*, <<Convergencia Revista de Ciencias Sociales>>, 79, 2019, pp. 12-13

<sup>84</sup> F. P. Masterman, *Op. cit.*, pp. 91-92

<sup>85</sup> La Biennale <<https://www.labiennale.org/it/danza/2021/intervento-di-wayne-mcgregor>>, visitato il 26/11/2021

<sup>86</sup> *Jump London*, diretto da M. Christie, Optomen Television, 2003



Fotogramma 5 (41:30): ragazzo gioca ai videogiochi, rappresentando uno stile di vita sedentario<sup>87</sup>.

Il parkour nasce per essere praticato all'aperto, dove l'imprevedibilità regna sovrana ad ogni livello: dalle condizioni meteorologiche ai possibili incontri, dalla manutenzione delle strutture, tutt'altro che scontata, alla diversità dei materiali impiegati. Tutt'ora, trent'anni dopo, l'idea di allenarsi in strutture pubbliche o private dedicate è per molti in contraddizione con i suoi valori di adattamento, creatività e libertà. Di solito si pratica in aree sia rurali che urbane come palestre, parchi, campi da gioco, uffici e strutture abbandonate<sup>88</sup>, tanto che spesso anche ora che la disciplina è più riconosciuta ed accettata vengono sollevate preoccupazioni per quanto riguarda l'intrusione, il danneggiamento delle proprietà private e l'utilizzo di luoghi considerati inappropriati, come ad esempio i cimiteri.

Per aumentare il consenso, ma anche per motivazioni etiche e sociali, svariate comunità di *tracers* nel mondo aderiscono a iniziative che supportano un utilizzo coscienzioso degli spazi comuni e ne promuovono la pulizia e salubrità. Degna di nota è l'iniziativa *Leave No Trace*: una versione urbana dell'etica della conservazione dei luoghi aperti creata dall'organizzazione no profit di Seattle Parkour Visions nel 2008, che promuove il rispetto per gli spazi utilizzati e gli altri utenti oltre ad invitare i *freerunners* a lasciare le aree utilizzate per gli allenamenti nelle stesse condizioni trovate, se non migliori, per esempio attraverso la raccolta dei rifiuti<sup>89</sup>. A differenza di ciò che molti oppositori della disciplina credono, la cura per gli ambienti della pratica sta a cuore a molti *traceurs*, e ciò riguarda anche i luoghi negletti dalla comunità magari perché marginali o soggetti a cattiva frequentazione: spesso questi diventano cari e importanti per i *freerunners*, perché li utilizzano per muoversi<sup>90</sup>, e con la loro presenza questi luoghi cambiano volto, liberandosi dai rifiuti e dalle frequentazioni criminali<sup>91</sup>.

---

<sup>87</sup> *Idem*.

<sup>88</sup> J. C. Cortés-Murillo, I. del Pilar Perea-Baena, J. Sarmiento-Rojas, *Op. cit.*, p. 15

<sup>89</sup> Parkour visions <<https://parkourvisions.org/leave-no-trace-seattle>>, visitato il 21/11/2021

<sup>90</sup> M. B. Wallace, *Op. cit.*, pp. 27-29

<sup>91</sup> J. A. Velasco-Arboleda, *Op. cit.*, pp. 140-141

Nonostante questo tipo di iniziative e il rispetto dimostrato dalla maggior parte dei tracciatori nei confronti della città, le forze dell'ordine e le squadre di vigili del fuoco e di soccorso si sono spesso espresse contro il parkour<sup>92</sup>, riferendosi soprattutto ai rischi elevati inerenti di saltare e muoversi in altezza, oltre al fatto che i praticanti spesso rischiano inutilmente di danneggiare gli edifici. In un'indagine sulle visite al pronto soccorso negli Stati Uniti tra il 2009 e il 2015, la maggior parte delle lesioni legate al *freerunning* sarebbe causata dall'atterraggio oppure dall'impatto con oggetti ma Lanier Johnson, direttore esecutivo dell'American Sports Medicine Institute, ha osservato che la maggior parte degli incidenti non vengono riportati. Ad ogni modo, dato che la filosofia del parkour consiste anche nell'imparare a controllare la propria interazione con l'ambiente, molti *traceurs* considerano lesioni gravi e debilitanti dimostrazione di incapacità di assimilare i precetti della disciplina, ignoranza rispetto ai propri limiti fisici e mentali legati alla percezione e alla gestione del rischio, a volte perfino di arroganza. Il *traceur* americano Mark Toorock afferma che i numeri degli infortuni dovuti al *freerunning* sono molto più contenuti rispetto ad altri sport o discipline, “perché i partecipanti non si affidano a ciò che non possono controllare - ruote o superfici ghiacciate dello snowboard e dello sci - ma alle proprie mani e piedi”, sostenendo implicitamente che riuscire a controllare il proprio corpo dovrebbe essere scontato. E il punto di partenza di ogni neo-*freerunner* è infatti la propriocezione, ovvero la scoperta o riscoperta di ciò che si è concretamente capaci di fare a livello fisico, mentale ed emotivo; e l'affinamento di questa capacità non si esaurisce mai ma varia in base alle proprie abilità che migliorano o peggiorano nel corso del tempo e della pratica. Sapere non coincide con saper fare, ed il percorso comincia dall'infrangere queste credenze, confrontandole con la realtà dei fatti e dando loro consistenza, magari scoprendo che quello che sembrava un movimento semplice ed elementare non riesce affatto mentre si è capaci di superare un determinato ostacolo in un modo mai provato prima. Lontano dalla radicalità iniziale, l'ideale di crescita personale persiste, e migliorare è possibile solo spingendosi oltre il proprio limite: nel parkour gli ostacoli mentali, oltre che fisici, sono all'ordine del giorno ed è uno dei motivi che lo rendono qualcosa di unico nel suo genere. Praticando e muovendosi si impara a conoscere i propri limiti fisici e mentali, ad avere fiducia nelle proprie possibilità anche quando la mente vorrebbe convincere del contrario, a correre quel rischio che permette di crescere, consapevoli delle possibilità sia in positivo che in negativo racchiuse in ogni scelta.

“La città è troppo stressante così com'è, noi la vediamo come un parco giochi” dice Foucan, denunciando la follia dell'uomo contemporaneo incapace di vedere la possibilità concreta di vivere

---

<sup>92</sup> F. Masterman, *Op. cit.*, pp. 153-154

in maniera differente, trovando una via di fuga dalla routine, trappola mentale ma anche sociale: l'orario scelto per le riprese conclusive del documentario coincide con le *rush hour*, dove la congestione nelle strade londinesi raggiunge il suo apice, ovvero le sette della mattina e le cinque del pomeriggio ed il contrasto con Foucan e i suoi compagni non potrebbe essere più marcato. Il movimento diventa “modo di esprimersi, un modo di scappare, uscire” liberandosi dalla sensazione di oppressione, possibilità concreta di vivere la città attivamente invece che passivamente, “felicità di creare, fare qualcosa bene”: non si tratta quindi di ribellione, ma di partecipazione e coinvolgimento.

L'eleganza dei loro movimenti è importante tanto quanto la spettacolarità. Nell'armonia tra te e l'ostacolo, lunghezza e distanza si aggiungono alla bellezza del movimento. Se sei capace di sorpassare l'ostacolo... elegantemente è bellissimo, invece di dire solamente 'ho completato il salto'. Qual è il punto di fare una cosa del genere?<sup>93</sup>

Come è già stato detto più volte, il parkour non è solo superare ostacoli o rompere pregiudizi. Questo è solamente il punto di partenza: dopo il “*break the jump*”, ovvero la rottura di quel pregiudizio e il superamento della paura che ci trattiene dall'oltrepassare un ostacolo mentale o materiale che sia, subentra la cura per il dettaglio e la bellezza di muoversi con cura nell'ambiente; un'eleganza del movimento che non è innata, ma prodotto del controllo, della padronanza del proprio corpo e della profondità della relazione che si viene a creare con l'ambiente. Ad essere coinvolti sono in particolare la propriocezione e la capacità di controllo dei movimenti: troppo spesso infatti, danni all'ambiente<sup>94</sup> o infortuni sono causati da valutazioni errate delle proprie capacità e delle situazioni esterne<sup>95</sup>, oppure da movimenti bruschi, meccanici e disarticolati rispetto a un movimento più sinuoso e cosciente, spesso capace di salvare anche il più pericoloso degli errori, come viene predicato dal *mover* Ido Portal e dai *guru* della Movement Culture<sup>96</sup>, anch'essi ispirati dalle arti marziali e dallo yoga orientale. Conoscere il modo di correggere la traiettoria di un movimento rispetto al movimento stesso è coscienzioso oltre che necessario, dato che in certe situazioni non esistono seconde possibilità e non c'è spazio né per l'errore né per i tentativi: ogni movimento deve essere eseguito con mente vigile e chiara; ne è un esempio il momento in cui, all'interno del documentario, un compagno di Foucan tenta un salto complicato in un momento di stanchezza, muovendosi con poca attenzione e finendo per procurarsi un infortunio.

---

<sup>93</sup> *Jump London*, diretto da M. Christie, Optomen Television, 2003

<sup>94</sup> F. P. Masterman, *Op. cit.*, pp. 79-80

<sup>95</sup> *Ivi*, pp. 115-117

<sup>96</sup> Ido Portal <<https://www.idoportal.com/>>, visitato il 26/11/2021

Il documentario si chiude con le riflessioni di Foucan e degli altri praticanti sul *freerunning*. Foucan sostiene che “i monumenti di Londra potrebbero non essere più gli stessi”, aprendo la questione del dialogo tra movimento e città, una trasformazione che si innesca dall’interazione tra i due e che ha valore per entrambi. Alcuni interrogativi sono: “a cosa serve la città?” “a cosa potrebbero essere utili tutte quelle cose?”<sup>97</sup>. Tutti esprimono poi il desiderio di rendere il parkour una disciplina riconosciuta, con luoghi appositamente creati per praticarlo ed un clima di tolleranza da parte dei cittadini; auspicano alla nascita di più scuole di parkour, in cui imparare in un modo che sia fruibile e sicuro per tutti, anche per i meno giovani, la cui situazione è più complessa: spesso infatti questi si sentono inadatti al resto della comunità giovanile oppure faticano a fidarsi del proprio corpo e delle sue possibilità. Un dato positivo è che grazie alla nascita di queste scuole ed agli eventi di sensibilizzazione, spesso addirittura patrocinati dalle realtà comunali e provinciali, anche la partecipazione nelle fasce d’età più avanzate sta, lentamente, crescendo<sup>98</sup>.

### **3.3. Disegnare una pratica urbana: *Parkour nel borgo del mistero. Un fumetto per Rosazza***

Il fumetto *Parkour nel borgo del mistero. Un fumetto per Rosazza*<sup>99</sup> si situa all’interno del concorso indetto dal sindaco di Rosazza, cittadina del Piemonte, in collaborazione con la Scuola Internazionale di Comics di Torino e con l’intento di promuovere la cittadina in modo inconsueto e particolare. Il vincitore è Alessio Zonno, autore di questo *graphic novel*, con un progetto che colpisce la giuria proprio per la sua originalità: l’utilizzo del parkour. Uno dei giudici, Manfredi Toraldo, commenta: “Quale modo migliore di raccontare una città se non attraverso coloro che ne studiano e ne scoprono ogni centimetro quadrato per poterla percorrere in maniera unica?” e continua: “Questo vuole essere la dimostrazione che si può promuovere un territorio in modi ancora inesplorati”<sup>100</sup>.

All’interno del fumetto, trattandosi di un *graphic novel* il cui intento è la promozione di una cittadina realmente esistente, nulla è lasciato al caso: i disegni sono dettagliati e reali sia per quanto riguarda la topografia di Rosazza, del tutto corrispondente al centro abitato, che per la rappresentazione dei movimenti del parkour. Infatti, sebbene non esista un elenco ufficiale ed esaustivo di movimenti impiegati nel *freerunning*, alcuni di essi sono universalmente conosciuti e riconoscibili, oltre che allenati da tutti i *traceurs*: alcuni di questi sono la *roll*, ovvero un

---

<sup>97</sup> *Jump London*, diretto da M. Christie, Optomen Television, 2003

<sup>98</sup> UISP <<http://www.uisp.it/veneto2/pagina/padova-playground-22-settembre>>, visitato il 05/02/2022

<sup>99</sup> A. Zonno, *Op. cit.*

<sup>100</sup> *Ivi*, p. 124

rotolamento in diagonale su una spalla per assorbire gli impatti da grandi cadute, il *precision*, che prevede il saltare e atterrare sui piedi con precisione ed il *wall run*<sup>101</sup>, ovvero correre verso un muro alto per poi saltare e spingere via dal muro per raggiungere la cima (appendice 2).



Tavola 127: Rosazza rappresentata da Alessio Zonno<sup>102</sup>.

<sup>101</sup> F. P. Masterman, *Op. cit.*, p. 7

<sup>102</sup> *Ivi*, tav. 127



Tavole 1-5: la cittadina di Rosazza rappresentata da Alessio Zonno con uno dei protagonisti che pratica il parkour<sup>103</sup>.



Appendice 1: gli studi di Alessio Zonno sul parkour e le sue movenze all'interno di *Parkour nel borgo del mistero*. Un fumetto per Rosazza<sup>104</sup>.

<sup>103</sup> *Ivi*, tav. 1-5

<sup>104</sup> *Ivi*, app. 2

Spesso le comunità di *traceurs* vengono dipinte come realtà esclusivamente maschili dato che, in effetti, la maggior parte dei praticanti sono uomini: per questo motivo la presenza femminile di Alice all'interno del fumetto non è affatto e ribadisce come il parkour, in gran parte *freestyle* e movimento libero<sup>105</sup>, sia praticabile da chiunque senza differenze né d'età né di genere. Nel gruppo originario degli Yamakasi non si riscontrano presenze femminili, anche per motivazioni culturali<sup>106</sup>, e certamente nel passato la maggioranza maschile dei praticanti non ha incoraggiato la partecipazione delle donne; inoltre, lo spazio aperto e pubblico della città è sempre stato considerato più “maschile” e lo spazio interno e privato delle case più “femminile”<sup>107</sup>. Ultimamente il numero delle *traceuses* sta comunque crescendo esponenzialmente, in particolare nelle fasce dei più giovani, dove spesso il numero delle bambine supera di molto quello dei bambini: il parkour sta finalmente, anche se lentamente, cambiando volto e lo dimostrano le tante iniziative a sostegno della comunità femminile, come ad esempio le pagine a loro dedicate sui social network<sup>108</sup> o la creazione di *jam* completamente “al femminile” in varie città d'Italia<sup>109</sup>.



Tavola 43: Alice, *traceuse* all'interno della comunità di tracciatori dei personaggi del fumetto *Parkour nel borgo del mistero*. Un fumetto per Rosazza<sup>110</sup>.

Dato l'intento pubblicitario, ad essere accentuato è spesso l'aspetto spettacolare e visivo della disciplina tra salti, atterraggi e pericolose evoluzioni: nel fumetto, un nutrito pubblico assiste anche

<sup>105</sup> J. M. Muñoz, *Op. cit.*, p. 305

<sup>106</sup> J. L. Kidder, *Parkour, Masculinity, and the city*, <<Sociology of Sport Journal>>, 2013, p. 15

<sup>107</sup> R. C. González, *Op. cit.*, p. 51

<sup>108</sup> Instagram <<https://www.instagram.com/traceuses.italy/>>, visitato il 17/02/22

<sup>109</sup> Instagram <<https://www.instagram.com/p/CUdIYeUsYun/>>, visitato il 17/02/22

<sup>110</sup> A. Zonno, *Op. cit.*, tav. 43

alla disputa di una competizione tra due tracciatori, anticipata dal commento “comincia lo spettacolo”<sup>111</sup>. In realtà, anche in quel momento, a confrontarsi è soprattutto ognuno con sé stesso. Infatti, l’ostacolo più grande che Simone, uno dei protagonisti, si trova ad affrontare nel corso della narrazione non è una competizione, ma la paura di salire sulla torre di Rosazza: per lui si tratta di un “*break the jump*”, letteralmente “rompere il salto”, ovvero un movimento che si è consapevoli di riuscire a compiere fisicamente ma la paura, dovuta ad una percentuale di rischio elevata o ad una valutazione scorretta, prende il sopravvento impedendo di saltare<sup>112</sup>.



Tavole 482-487: Simone affronta la sua paura, il “break the jump”<sup>113</sup>.

E l’importanza di questi momenti, che sono all’ordine del giorno per il tracciatore inesperto, è capitale: in queste situazioni che si ha l’occasione di stare di fronte a sé stessi e spingersi oltre ai pregiudizi della propria mente<sup>114</sup>. L’ostacolo esterno è neutro di per sé e ostruisce il nostro cammino solo nel momento in cui si oppone alla direzione che abbiamo deciso di seguire, diventando la proiezione di un ostacolo interiore: superare un impedimento di questo tipo

<sup>111</sup> *Ivi*, tav. 50

<sup>112</sup> F. P. Masterman, *Op. cit.*, p. 114

<sup>113</sup> A. Zonno, *Op. cit.*, tav. 482-487

“combattendo con le nostre paure”, imparare in che modo farlo, rende capaci gestire efficientemente non solo questi tipi di scenari ma soprattutto situazioni più comuni, alla portata di tutti i giorni<sup>115</sup>. L’importanza della presenza dei compagni in questo processo è spesso sottovaluta, dato che l’ostacolo è personale come lo è il suo superamento, tuttavia non è da dimenticare né sottovalutare il supporto che ci si può dare a vicenda in questi momenti, che seppur minimo è in realtà fondamentale: al protagonista viene detto “fai qualche prova, così per sbloccarti”<sup>116</sup>, invitandolo ad avvicinarsi con attenzione e apertura per vedere con i propri occhi l’infondatezza della paura e visualizzare ciò che serve per superarla. Come già ribadito in precedenza, non è importante solo il superamento dell’ostacolo, ma anche la valutazione delle conseguenze: “provo il punto dove atterrare”<sup>117</sup>. In base all’esperienza del tracciatore una valutazione di questo tipo può essere più o meno difficile da compiere e sicuramente è avvantaggiato il più esperto, che già conosce i materiali della città tramite un contatto diretto e riesce a prevedere i cambiamenti che subiscono in base alle condizioni atmosferiche o all’usura; infatti come viene riportato nelle conversazioni dei tracciatori quando affermano “unica debolezza di questo sport è la pioggia”<sup>118</sup>, i cambiamenti sono spesso una difficoltà aggiunta, un esercizio di attenzione e presenza indesiderato, che se vissuto con lo spirito giusto non può che dare valore al percorso di un *freerunner*.

Rosazza: una città, molte città, tutte le città. Lo spazio urbano è sempre stato luogo concreto di attuazione del potere<sup>119</sup>, un insieme di linee di cemento e mattoni che si intersecano con le stratificazioni di genere. La sua costruzione è sempre anche interpretazione, e l’urbanistica ha un ruolo che non è mai unicamente architettonico ma anche sociale: suggerendo l’utilizzo dei luoghi<sup>120</sup>, la forma di una città promuove inclusione oppure esclusione, aggregazione o divisione e di fatto “fa politica”, impattando direttamente la società. La fratturazione interna al tessuto sociale, soprattutto riguardo alle differenze di genere, apre uno scenario che non può essere trascurato. Ne è un esempio la dicotomia tra spazio pubblico e privato: il primo considerato già dai secoli passati a cura e tutela da parte della donna sia nelle culture occidentali che in quelle orientali, e lo spazio pubblico o aperto esclusiva prerogativa dell’uomo. Queste differenze hanno

---

<sup>115</sup> F. P. Masterman, *Op. cit.*, p. 119

<sup>116</sup> A. Zonno, *Op. cit.*, tav. 217

<sup>117</sup> *Ivi*, tav. 223

<sup>118</sup> *Ivi*, p. 54

<sup>119</sup> J. A. Velasco-Arboleda, *Op. cit.*, p. 131

<sup>120</sup> *Ivi*, pp. 131-132

avuto ripercussioni culturali, sociali, valoriali<sup>121</sup>: tutt'ora non c'è da stupirsi se la maggioranza degli sportivi che si servono degli spazi esterni, in particolare per quanto riguarda pratiche minori come lo *skateboarding*, il *calisthenics* o il parkour siano di sesso maschile e le donne che li praticano queste discipline o usufruiscono di questi spazi, come le *traceuses*, sono costrette ad assumere accortezze particolari.

A queste differenze di genere va aggiunta l'alienazione dei cittadini portata dal capitalismo, dalla società di massa e dal consumismo, che si riflette sull'uso degli spazi, nella strutturazione delle nuove città, ma anche nell'utilizzo che i cittadini fanno degli ambienti già esistenti ed in particolar modo di quelli comuni: da un lato vediamo luoghi ricchi di significato quali gli ambienti privati o i luoghi di aggregazione, dall'altro i cosiddetti "non luoghi"<sup>122</sup>, abbandonati a sé stessi oppure utilizzati come spazi lavorativi od area di passaggio, tra cui ritroviamo anche centri commerciali, cinema e teatri, spazi di aggregazione quasi forzata attorno all'epicentro del consumismo sfrenato. La visione senza pregiudizi del *traceur* opera alla radice: rifiutando di creare distinzioni tra uno spazio ed un altro, riesce a frequentare e riqualificare qualunque ambiente anche senza averne nessuna intenzione, soprattutto quelli che gli altri definiscono non luoghi che è dove la pratica stessa ha inizio<sup>123</sup>. Inoltre, così facendo, è capace di unire spazi anche geograficamente distanti tra loro attraverso il movimento e nel suo immaginario, finalmente, la città torna ad essere un organismo unico ed integro<sup>124</sup>.

---

<sup>121</sup> C. A. Gutiérrez Rodríguez, *El parkour como práctica cultural, un análisis desde las relaciones de poder*, <<Cuerpo, Cultura Y Movimiento>>, 7, 2018, pp. 71-72

<sup>122</sup> Treccani <[https://www.treccani.it/enciclopedia/nonluogo\\_%28Enciclopedia-Italiana%29/](https://www.treccani.it/enciclopedia/nonluogo_%28Enciclopedia-Italiana%29/)>, visitato il 18/02/22

<sup>123</sup> L. J. Rotawisky, *Op. cit.*, p. 203

<sup>124</sup> J. M. Muñoz, *Op. cit.*, p. 312



Tavole 55-65: la nonna mostra ai ragazzi i luoghi utili alla pratica del parkour<sup>125</sup>.

Queste zone abbandonate dai più sono abitualmente frequentate da classi sociali marginali, escluse o da minoranze, che portano poi alla nascita di pratiche di “ribellione”, anche pacifica, di cui le nuove discipline metropolitane sono il prodotto. Anche se spesso esse vengono definite in questo modo unicamente perché lontane dal modo di vivere degli altri cittadini, o considerate incompatibili con lo stile di vita della maggior parte delle persone: tra di esse ritroviamo anche il parkour<sup>126</sup>. Una delle questioni fondamentali è quindi se l’utilizzo degli spazi possa essere deciso democraticamente, “dal basso”, invece che a priori. Le DIY cities (“do it yourself cities”)<sup>127</sup> rappresentano una risposta affermativa a questo quesito: città i cui spazi vengono definiti in larga parte dal loro utilizzo. Il parkour, con la sua forza rinnovatrice, rappresenta una grande possibilità in questa direzione, e non è nemmeno necessario che tutti i tracciatori condividano apertamente questa valenza sociale: consapevolmente o inconsapevolmente, la pratica incarna di per sé questa potenza trasformativa e rinnova gli ambienti a prescindere. Per relazionarsi agli spazi in maniera differente è necessario liberarsi delle congetture e delle opinioni che si hanno al riguardo, abbandonare gli imperativi categorici e vivere davvero nel momento presente. Quest’ultimo

<sup>125</sup> A. Zonno, *Op. cit.*, tav. 55-65

<sup>126</sup> M. B. Wallace, *Op. cit.*, p. 29

<sup>127</sup> Unlimited Cities DIY <<http://www.unli-diy.org/EN/index.php>>, visitato il 18/02/22

aspetto rinnova la somiglianza tra il parkour e le filosofie orientali<sup>128</sup>, oltre al fatto che alla base delle “DIY cities” c’è la necessità di un radicale ritorno al “qui e ora”: non a caso lo stato che si raggiunge nella pratica è definito come stato di “*flow*”<sup>129</sup>, dall’inglese “scorrere”<sup>130</sup>, condizione che si ritrova anche nella meditazione ed in tutte le pratiche spirituali, necessaria al dispiegamento della totalità delle proprie possibilità grazie alla concentrazione<sup>131</sup> e alla liberazione dal passato, che offuscherebbe la retta visione con i pregiudizi. Per il tracciatore i luoghi perdono il significato che era stato dato loro al momento della costruzione e lasciano che sia il loro uso a determinarne la funzione: in questo modo non si creano né fratture di tipo gerarchico né segregante o alienante tra gli spazi e chi li abita<sup>132</sup>. E il modo in cui vi riesce è peculiare, perché alla base non c’è la scintilla di una protesta bellicosa: il cambiamento esteriore altro non è che lo specchio della rivoluzione interiore del praticante e, proprio per questo, può definirsi un atto forse ancora più trasgressivo<sup>133</sup> dell’aperta opposizione.

Spesso la pratica del parkour viene avvicinata al camminare del *flâneur*, poiché vi sono diversi punti di contatto tra le due pratiche: anche la *flânerie* apre una dimensione in apparenza più voyeuristica che sovversiva ed il loro potenziale risiede nella descrizione di ciò che è, dell’utilizzo dello spazio in quanto tale, come una verità che si denuncia da sola nello stesso istante in cui il nostro occhio si posa su di essa. Questi modi di raccontare la città puntano il dito senza farlo di proposito, sottolineano le contraddizioni e così facendo aprono a nuove e diverse possibilità<sup>134</sup>; non si limitano a defraudare il vecchio, ma tornando alla radice offrono concretamente orizzonti differenti, in maniera garbata ed elegante. Gli stessi protagonisti del fumetto si prestano al camminare, come turisti senza una meta, per visitare la città e trovare i punti migliori per girare le scene del documentario: quasi una forma di turismo lento<sup>135</sup> in una città che non si ritrova nelle guide turistiche ma che ha molto da offrire, se non a livello architettonico, di sicuro a livello storico e sociale; oltre che dare una grandissima possibilità, con le piccole sfide che solo il *traceur* è capace di individuare, di conoscere meglio noi stessi nella misura in cui ognuno, personalmente, decide di mettersi in gioco.

---

<sup>128</sup>M. B. Wallace, *Op. cit.*, p. 251

<sup>129</sup> Word Reference <<https://www.wordreference.com/enit/flow>>, visitato il 26/11/2021

<sup>130</sup> M. B. Wallace, *Op. cit.*, pp. 32-33

<sup>131</sup> *Ivi*, p. 23

<sup>132</sup> J. M. Scatuerchio, M. Veiga, *Nuevas formas de entender el cuerpo y el espacio a través del parkour*, <<Actas de Periodismo y Comunicación>>, 3, 2, 2017, pp. 414-415

<sup>133</sup> J. O. Castro, *Vivir el Parkour: Cartografías de imágenes y experiencias de la desigualdad*, <<Question/Cuestión>>, 2, 66, 2020, p. 9

<sup>134</sup>G. Nuvolati, *L’interpretazione dei luoghi*, Firenze, Firenze University Press, 2013, pp. 1-3

<sup>135</sup>Slow Tourism <<http://www.slowtourism-italia.org/en/>>, visitato il 17/02/22

## 4. Conclusioni

Nel momento in cui si racconta e rappresenta un argomento vasto come il parkour, per esempio attraverso un documentario o un fumetto, vengono inevitabilmente effettuate delle scelte riguardo agli aspetti che vengono evidenziati. Queste scelte non dipendono unicamente dal linguaggio utilizzato e dai suoi limiti, ma anche da chi se ne occupa, sia esso fumettista, regista o qualsivoglia narratore. La natura della disciplina, non troppo definita fin dalle sue origini, non rende molto sensata la questione della legittimità di una sua qualsiasi rappresentazione: l'interesse riguarda invece l'interpretazione, legata alla prospettiva personale, alle opinioni ed esperienze del soggetto, all'immaginario comune e alla visione collettiva del parkour, che in base alla direzione presa può svelare molto sul singolo e sulla società. Una delle questioni è se le persone che si avvicinano al parkour o decidono di utilizzarlo in qualche modo nei loro lavori siano consapevoli della portata filosofica su cui si fondava all'inizio la pratica; altro tema è cosa viene narrato e quindi se, come spesso sembra trasparire dal modo in cui il *freerunning* viene rappresentato ultimamente, in esso finiscano per vedere unicamente una declinazione un poco più originale del fitness, pericolosa e volta al puro esibizionismo. Nelle opere prese in questione questa affermazione viene smentita più volte, dalle parole di Foucan nel documentario e più velatamente all'interno del fumetto: non si tratta di negare l'aspetto scenografico, ma di non oscurare con esso la portata trasformativa della pratica.

E le domande non si esauriscono qui. Indagando ulteriormente, ci si può chiedere se esista la pratica sportiva di per sé stessa, e in questo caso il parkour in quanto tale separato dal suo significato, dalla sua intenzione e dalla motivazione che spingono a praticarlo, oltre che dai presupposti originari: quando il movimento si può chiamare parkour? È questa la direzione potenzialmente rivoluzionaria che apre *l'art du déplacement*: la corruzione delle certezze, la possibilità di questionare ogni azione quotidiana per trovarne la radice, il significato essenziale. L'insieme dei molteplici temi che soggiacciono a questa pratica apparentemente spontanea schiude enormi opportunità che possono essere colte e il punto di partenza sono proprio i nostri gesti più semplici e quotidiani, il livello più superficiale della profondità della nostra interiorità, che nascondono le nostre motivazioni, il significato delle nostre azioni, le strutture mentali che pregiudicano la nostra relazione con l'ambiente che ci circonda, con gli altri e con la società. Vedere nel parkour più di un'attività motoria, praticarlo in questa prospettiva, permette di sviluppare una criticità che si espande fino alla concreta e terribile possibilità di mettere in gioco

noi stessi in quanto persone con limiti e opportunità, creando il germoglio di una responsabilità, ma soprattutto di una libertà, più ampia.

Alcune domande sorgono spontanee, nella conclusione di questo lavoro. Quale sarà l'evoluzione del parkour nei prossimi decenni? Manterrà la sua portata rivoluzionaria e catartica che i fondatori hanno cercato di definire, trasmettere, proteggere oppure diventerà sterile prodotto di mercato, a suo agio all'interno della sfera del tempo libero? Non ci sono risposte a queste domande: le pagine della storia del *freerunning* restano bianche, e ancora da scrivere.

## Bibliografía

- A. Tran, *Two Theories on Parkour Philosophy*, Parkour North America  
<<http://web.archive.org/web/20120712091605/http://parkournorthamerica.com/plugin/s/content/content.php?content.17>>, 2007
- A. Wilkinson, *No Obstacles. Navigating the world by leaps and bounds*, <<The New Yorker>>, 2007, p. 6
- A. Zonno, *Parkour nel borgo del mistero. Un fumetto per Rosazza*, s. l., ManFont, 2020
- C. A. Gutiérrez Rodríguez, *El parkour como práctica cultural, un análisis desde las relaciones de poder*, <<Cuerpo, Cultura Y Movimiento>>, 7, 2018, pp. 71-72
- D. Belle, *Parkour*, s. l., GLENAT, 2009
- F. P. Masterman, *Appropriation of Urban Space: A Phenomenological Study of the Alternative Appropriation of Urban Space by Parkour Practitioners*, ARCC Conference Repository  
<<https://doi.org/10.17831/rep:arcc%y516>>, 2018, pp. 6-7; p. 81; pp. 79-80; pp. 88-89; p. 114; p. 119
- G. Nuvolati, *L'interpretazione dei luoghi*, Firenze, Firenze University Press, 2013, pp. 1-3
- I. Braune, *8. Body-Space-Relation in Parkour: Street Practices and Visual Representations*, <<Media and Mapping Practices in the Middle East and North Africa>>, Amsterdam: Amsterdam University Press, 2021, p. 182; p. 186
- J. A. Velasco-Arboleda, *La producción del espacio: relaciones entre la ciudad edificada y los practicantes de parkour en Cali*, <<Revista de Antropología y Sociología: Virajes>>, 20, 2, 2018, p. 131; p. 137; pp. 140-141
- J. C. Cortés-Murillo, I. del Pilar Perea-Baena, J. Sarmiento-Rojas, *Parkour y movimiento humano. Sentidos y significados de su práctica en Bogotá*, <<Convergencia Revista de Ciencias Sociales>>, 79, 2019, pp. 12-13; p. 15
- J. Herrmann, *Parkour/Freerunning as a Pathway to Prosocial Change: A Theoretical Analysis*, Victoria University of Wellington (Nuova Zelanda), 2016, pp. 7-11
- J. L. Kidder, *Parkour, Masculinity, and the city*, <<Sociology of Sport Journal>>, 2013, p. 15
- J. M. Muñoz, *El cuerpo y el espacio en la práctica del parkour*, Universidad del Valle (Colombia), 2015, p. 305; p. 312
- J. M. Scatuerchio, M. Veiga, *Nuevas formas de entender el cuerpo y el espacio a través del parkour*, <<Actas de Periodismo y Comunicación>>, 3, 2, 2017, pp. 414-415

- J. Mai, *Students on campus are mastering parkour, an art of self-awareness and body control*, The Lantern < <https://www.thelantern.com/2008/04/students-on-campus-are-mastering-parkour-an-art-of-self-awareness-and-body-control/>>, 2008
- J. O. Castro, *Vivir el Parkour: Cartografías de imágenes y experiencias de la desigualdad*, <<Question/Cuestión>>, 2, 66, 2020, p. 9
- J. Toscano, *Parkour as a Visual Urban Subculture: An Aesthetic Understanding of its Performative Scope*, <<Liminalities: A Journal of Performance Studies>>, 16, 4, 2020, p. 14
- J. Cheung, *Space and Subversion: An Analysis of Authenticity in London Parkour*, Academia < [https://www.academia.edu/11758855/Space\\_and\\_Subversion\\_An\\_Analysis\\_of\\_Authenticity\\_in\\_London\\_Parkour](https://www.academia.edu/11758855/Space_and_Subversion_An_Analysis_of_Authenticity_in_London_Parkour)>, 2015, pp. 39-40
- J. Angel, *Ciné Parkour*, s.l., Julie Angel, 2011
- L. J. Rotawisky, *El arte del extravío: corporalidades y afectos en el Parkour*, <<Corpo-grafías: Estudios críticos de y desde los cuerpos>>, 2, 2, 2015, p. 200; pp. 202-203
- M. B. Wallace, *Determining the social and psychological reasons for the emergence of parkour and free running – An interpretive phenomenological analysis*, University of Salford (Gran Bretaña), 2013, pp. 23-25; pp. 27-29; pp. 32-33; pp. 251-252
- M. D. Lamb, *Tracing the Path of Power through the Fluidity of Freedom: The Art of Parkour in Challenging the Relationship of Architecture and the Body and Rethinking the Discursive Limits of the City*, Graduate College of Bowling Green (Stati Uniti), 2011, pp. 112-114
- M. Ferrari, *From 'Play to Display': Parkour as Media-Mimetics or Nature Reclamation?*, Flow.TV < <https://www.flowjournal.org/2010/05/from-%E2%80%9Cplay-to-display%E2%80%9D-parkour-as-media-mimetics-or-nature-reclamation-matthew-ferrari-university-of-massachusetts-amherst/>>, 2010, p. 11
- N. Browne, *The art of displacement*, Parkour Generations <[http://www.parkourgenerations.com/articles.php?id\\_cat=2&idart=21](http://www.parkourgenerations.com/articles.php?id_cat=2&idart=21)>, 2007, pp. 2-3
- N. Cazenave, *La pratique du parkour chez les adolescents des banlieues: Entre recherche de sensation et renforcement narcissique*, <<Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence>>, 55, 3, 2007, pp. 154-159
- R. C. González, *Parkour, del origen a la perspectiva de género*, Universidade da Coruña (Spagna), 2012-2013, pp. 44-45; p. 51

## Sitografia

Hora do Treino <<https://horadotreino.com.br/george-hebert-o-metodo-natural/>>, visitato il 05/02/2022

Ido Portal <<https://www.idoportal.com/>>, visitato il 26/11/2021

Instagram <<https://www.instagram.com/p/CUdIyeUsYun/>>, visitato il 17/02/22

Instagram <<https://www.instagram.com/traceuses.italy/>>, visitato il 17/02/22

La Biennale <<https://www.labiennale.org/it/danza/2021/intervento-di-wayne-mcgregor>>, visitato il 26/11/2021

Parkour visions <<https://parkourvisions.org/leave-no-trace-seattle>>, visitato il 21/11/2021

Parkour.net <<http://parkour.net/forum/index.php?showtopic=9539>>, visitato il 01/04/2007

Slow Tourism <<http://www.slowtourism-italia.org/en/>>, visitato il 17/02/22

Storror <<https://www.storror.com/>>, visitato il 16/11/2021

Treccani <<https://www.treccani.it/enciclopedia/arte/>>, visitato il 14/11/2021

Treccani <[https://www.treccani.it/enciclopedia/nonluogo\\_%28Enciclopedia-Italiana%29/](https://www.treccani.it/enciclopedia/nonluogo_%28Enciclopedia-Italiana%29/)>, visitato il 18/02/22

Treccani  
<<https://www.treccani.it/vocabolario/parkour/#:~:text=%E2%80%93Pratica%20ludico%20Dsp%20inventata%20nel,arrampicate%20e%20varie%20altre%20acrobazie>>, visitato il 17/02/22

UISP <<http://www.uisp.it/veneto2/pagina/padova-playground-22-settembre>>, visitato il 05/02/2022

Unlimited Cities DIY <<http://www.unli-diy.org/EN/index.php>>, visitato il 18/02/22

Wikipedia <<https://en.wikipedia.org/wiki/Parkour>>, visitato il 04/11/2021

Wikipedia <<https://en.wikipedia.org/wiki/Parkour>>, visitato il 4/11/2021

Word Reference <<https://www.wordreference.com/enit/flow>>, visitato il 26/11/2021

YouTube <<https://www.youtube.com/watch?v=KoLABOAwB7Q>>, visitato il 04/02/2022

YouTube <<https://www.youtube.com/watch?v=ntv0p0DlyxE&t=60s>>, visitato il 04/02/2022

YouTube <<https://www.youtube.com/watch?v=WLM4V7NM8DI&t=12s>>, visitato il 04/02/2022

YouTube <<https://www.youtube.com/watch?v=z1NzOqfW7z4>>, visitato il 07/02/2022

## Altre fonti

*007: Casino Royale*, diretto da M. Campbell, Michael G. Wilson, 2006

*6 Underground*, diretto da M. Bay, Michael Bay, 2019

*Arrow*, diretto da J. P. Finn, Warner Bros. Television, 2019-2020

*Assassin's Creed*, Ubisoft Montreal, Ubisoft, 2007-2021

*Bang Bang!*, diretto da S. Anand, Fox Star Studios, 2014

*Banlieu 13* ("District 13"), diretto da P. Morel, Luc Besson, 2004

*Banlieu 13: Ultimatum* ("District 13: Ultimatum"), diretto da P. Alessandrin, Luc Besson, 2009

*Breaking and Entering*, diretto da A. Minghella, Timothy Bricknell, 2006

*Dhoom 3*, diretto da V. K. Acharya, Aditya Chopra, 2013

*Dying Light*, Techland, Warner Bros. Interactive Entertainment, 2015

*Freerunner*, diretto da L. Silverstein, Warren Ostergard, 2011

*Generation Yamakasi*, diretto da M. Daniels, Api Production, 2007

*Jump Britain*, diretto da M. Christie, Carbon Media, 2005

*Jump London*, diretto da M. Christie, Optomen Television, 2003

*Lara Croft: Tomb Raider*, Eidos Interactive-Microsoft Studios, Square Enix, 2001-2008

*Les fils du vent* ("The sons of the wind"), diretto da J. Seri, Yves Marmion, 2004

*Live free or die hard* (anche "Die Hard 4.0"), diretto da L. Wiseman, Michael Fottrell, 2007

*Prince of Persia*, Ubisoft Montreal, Ubisoft, 2008

*Prince of Persia: The Sands of Time*, diretto da M. Newell, Jerry Bruckheimer, 2010

*Star Wars: Episode I - The Phantom Menace*, diretto da G. Lucas, Lucasfilms, 1999

*Taxi 2*, diretto da G. Krawczyk, Luc Besson, 2000

*The Bourne Ultimatum*, diretto da P. Greengrass, Frank Marshall, 2007

*The Matrix*, diretto da The Wachowskis, Warner Bros., 1999

*Traceurs*, diretto da D. Benmayor, Marty Bowen, 2015

*Tron Evolution*, Propaganda Games-GameStard Ltd.-SuperVillain Studios-Disney Interactive Studios, 2010

*Yamakasi – Les samourais des temps modernes*, diretto da A. Zeitoun, Luc Besson, 2004