

Il Parkour UISP

Cos'è il Parkour

Il parkour è una disciplina metropolitana nata in Francia agli inizi degli anni '90. Consiste nell'eseguire un percorso, superando qualsiasi genere di ostacolo vi sia presente con la maggior efficienza di movimento possibile, adattando il proprio corpo all'ambiente circostante. Spesso questa disciplina è confusa con il free running, il quale si discosta dal Parkour in quanto l'efficienza viene messa in secondo piano. Oggi il termine Parkour è inflazionato, viene usato per chiunque si improvvisi a "zompare". Il primo nome coniato (dagli Yamakasi) per descrivere la disciplina è stato Art du Déplacement (arte dello spostamento, Add). Nel 1998 nasce la parola Parkour, David Belle e Hubert Koundé usano l'espressione parcours du combattant (percorso del combattente). Alla parola parcours, sostituirono la "c" con la "k", per suggerirne più aggressività, e hanno fatto cadere la "s" muta. Il parkour trae ispirazione dal metodo naturale ed indubbiamente ha subito metodologicamente contaminazioni dallo spirito e dai sistemi di allenamento militari e delle arti marziali. Nel 2003 Foucan usa per la prima volta il termine "Freerun", oggi utilizzato per sottolineare il fine estetico della disciplina. Quello che accomuna queste diverse espressioni è il padroneggiare il movimento del corpo nello spazio.

La diffusione del Parkour

La diffusione del Parkour avvenne in primo luogo tramite passaparola, ricevendo in seguito l'attenzione di internet: da diversi anni, infatti, il principale mezzo di diffusione del Parkour è stata la rete, grazie ai numerosi video caricati su YouTube e siti affini, che contribuiscono all'ulteriore diffusione e conoscenza di questa pratica. Proprio alcuni di questi video, però, tendono a diffondere una immagine fuorviante del Parkour, poiché contengono spezzoni di allenamento e movimenti superflui che tendono a scontrarsi con l'idea di percorso continuo, di efficienza, di essenzialità, teorizzata dai *fondatori*.

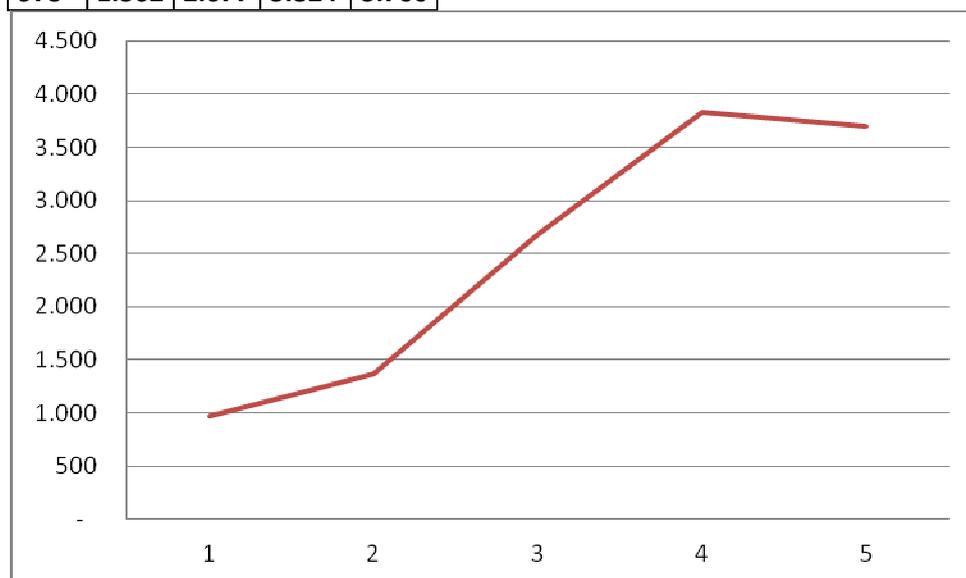
Il contesto in cui nasce il Parkour

È utile comprendere qual è l'humus nel quale nasce e si sviluppa il Pk. La fine del XX secolo e l'inizio del XXI hanno inaugurato una nuova stagione "post-sportiva", che ha visto il nascere ed il diffondersi di nuove forme di attività ludico-sportiva che assumono come proprio terreno di incontro e di gioco lo spazio urbano. Questo caleidoscopio di attività, pur assumendo proprie caratteristiche peculiari distintive, sono accomunate dall'intreccio di dimensione fisica, ricreativa e ludica, che le distanzia dal modello sportivo novecentesco incentrato su forza e prestazione a favore di un modello che valorizza piacere, abilità espressive, creatività, sperimentazione e partecipazione. La pluralità di pratiche comprese sotto questa etichetta (che vanno dagli sport della glisse come lo skateboarding, il rolleblading, lo snowboard, alla bmx e varianti, al parkour, alle street dance, alle evoluzioni urbane di sport agonistici più classici, come lo street basket e e altri sport da strada), pur mantenendo una certa autonomia tra loro e implicando differenti forme di strumenti e di movimenti, hanno come tratto comune l'origine nella cultura urbana e nel rapporto con lo spazio urbano, che è oggetto di riappropriazione e risignificazione. Al tempo stesso, queste pratiche riconfigurano il rapporto con il corpo che, da mero strumento per una pratica sportiva finalizzata al risultato, diventa luogo di sperimentazione e di espressione di sé: esse promuovono quindi nuovi modi di "vedere", "sentire" e "vivere" se stessi e la città, stimolando nuove forme di relazioni, di partecipazione sociale e di cittadinanza attiva.

Il Pk in Italia e nella Uisp

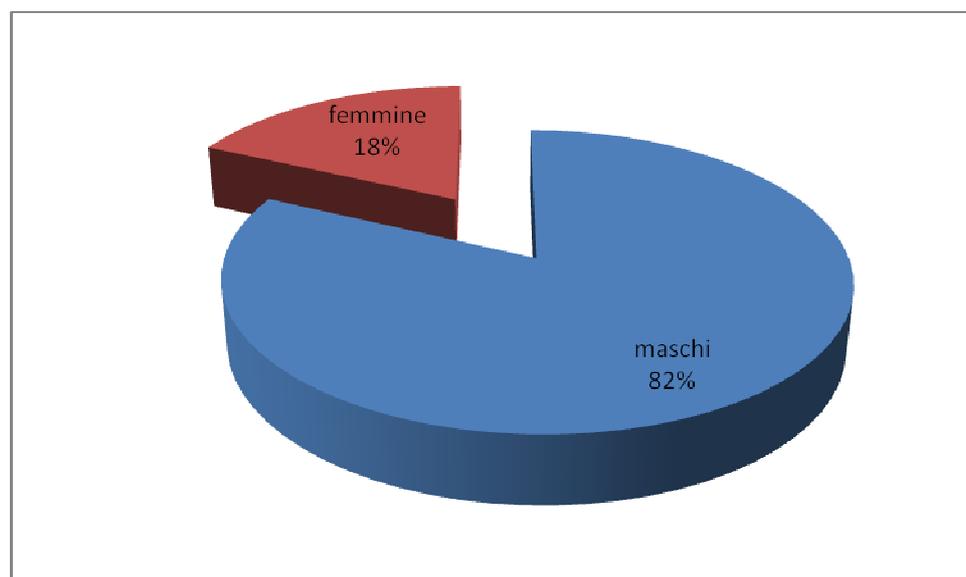
In Italia il Pk fa la sua comparsa attorno al 2004, prima si sviluppa lentamente, poi sempre più velocemente. Nella UISP il Pk nasce nel 2012 quando l'Associazione mette l'attenzione su diverse discipline di nuova generazione, destrutturare, freestyle... Nei 4 anni da quando la Uisp si è occupata di Pk ha avuto una crescita esponenziale, merito certo della diffusione della disciplina, ma soprattutto della serietà con cui ce ne siamo occupati, sia sul terreno della formazione, che dell'attività.

2012	2013	2014	2015	2016
973	1.362	2.677	3.824	3.700



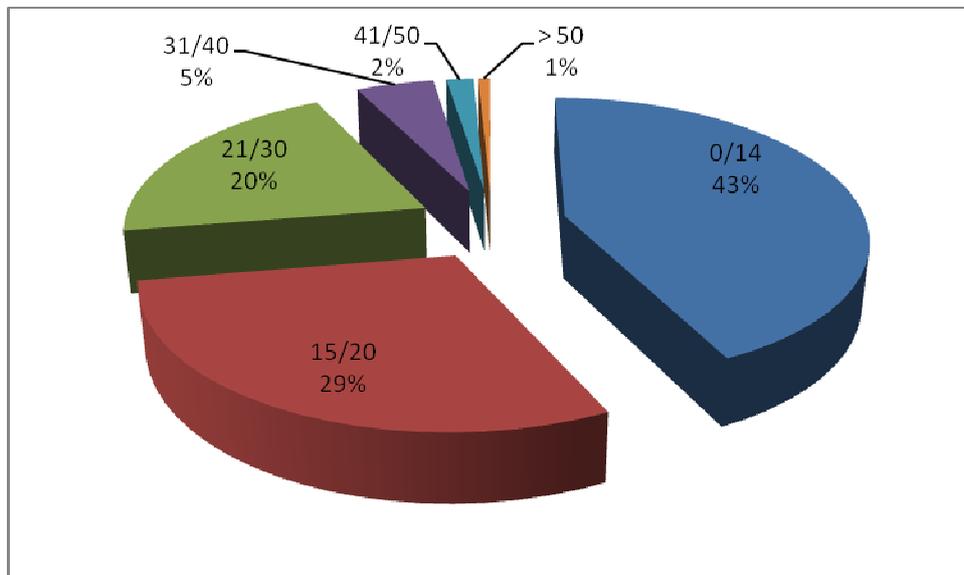
La presenza di genere

Siamo uno spaccato significativo del Pk italiano, quindi credo che i nostri dati rispecchino il dato generale. C'è uno sbilanciamento di genere molto forte. Le donne raggiungono solo il 18%, ma c'è una sempre maggior attenzione (costantemente in crescita) anche del popolo femminile verso questa disciplina.



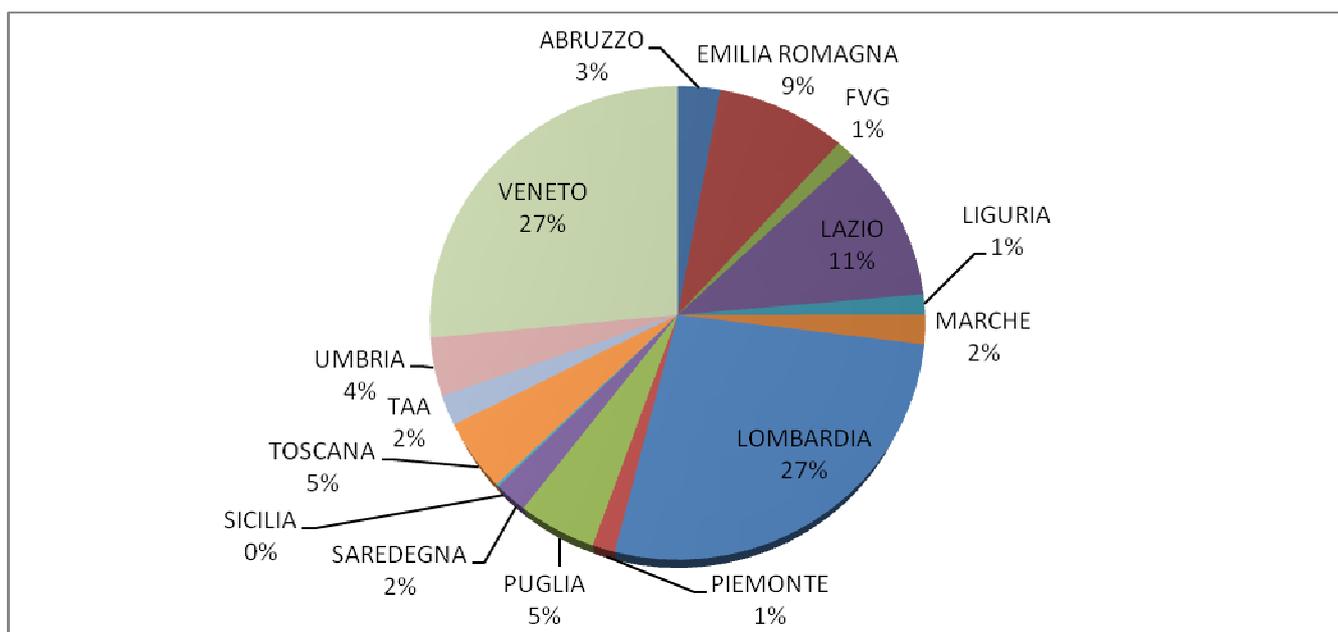
La presenza nelle età

Il Parkour è un'attività molto giovanile. Il 72% sotto i 20 anni, con un costante incremento verso il basso. Parimenti, anche se meno marcata aumenta nell'età adulta per effetto della diffusione e dell'invecchiamento dei praticanti.



La presenza sul territorio

La presenza nelle regioni è particolarmente polarizzata in due regioni (Veneto, Lombardia), che da sole rappresentano oltre il 50% del totale. Segue un 10% del Lazio ed Emilia Romagna poi le altre. Nelle prime due regioni ci sono Asd anche con molti iscritti.



L'attenzione delle Istituzioni

In Danimarca negli ultimi 10 anni sono stati costruiti 70 impianti dove praticare il parkour, che è lo sport più diffuso fra i giovani insieme al calcio. Viene praticato anche dai bambini a scuola nei 45 minuti di attività motoria che ogni giorno i danesi fanno a scuola. A Bruxelles la Municipalità ha riqualificato una piazza per far convivere sportivi e cittadini che frequentano uno spazio pubblico, costruendo uno spazio adatto per lo skate con una pavimentazione speciale per ottenere il migliore scivolamento possibile. Ovviamente non ovunque c'è questa sensibilità, tutt'altro. In Italia gli spazi per il Pk sono grazie ad iniziative private; il pubblico ad oggi si è attivato solo per qualche skate park. C'è curiosità, talora attenzione delle amministrazioni, ma che ancora non si sostanzia con iniziative concrete.

L'attrattiva del Parkour

Il Pk si diffonde molto tra i giovani e sempre più tra i giovanissimi, tra coloro che fino a poco tempo fa stazionavano nelle statistiche classificati come sedentari, a-sportivi, maniaci dei videogiochi, generazione del drop-out. Perché il Pk piace così tanto ai giovani? È un'espressione completa dei movimenti umani di base, istintiva ed accattivante. Con il parkour si sviluppano la coordinazione, l'equilibrio, i salti, la corsa, ma anche abilità cognitive come la consapevolezza visuo-spaziale e i processi decisionali. L'educazione tramite queste forme di movimento migliora la connessione tra se stessi e l'ambiente fisico. Insegna anche a prendersi dei rischi calcolati, a sapere ciò che si può fare in un determinato momento con il livello di abilità motoria che si possiede e questa è una componente essenziale dell'autostima mentale e corporea di un giovane. C'è la fatica, la difficoltà e il rigore tecnico, ma vissuti in maniera libera, ludica, artistica, creativa... si incrocia con la loro sensibilità, la loro vision, il loro tempo. Inoltre, è l'attuazione in forma moderna di forme di attività che sono sempre esistite. In campagna i bambini hanno sempre saltato i muretti, giocato nei fienili, saltato i fossi e salito gli alberi. Gli scout hanno sempre fatto giochi e gare che prevedono queste attività. Oggi si propone la stessa cosa ma in città, sfruttandone gli spazi e le architetture. Lo scopo è di adattare le città al movimento umano libero e spontaneo. Quindi queste nuove espressioni motorie, in quanto ancora poco diffuse e poco accettate in molti paesi europei, rappresentano una forma di sviluppo di sport a misura di ognuno, aggiornando per la vita cittadina attività che hanno sempre fatto parte della storia dell'uomo e cioè camminare, correre, saltare e se è il caso fermarsi e tornare indietro se proseguire è pericoloso. Nelle forme più consapevoli, il Parkour esprime una filosofia ed uno stile di vita; una contestazione agli ambienti sado-antropici, ai modelli malsani, ai comportamenti non etici. Il ruolo dei Media nel Parkour Il rapporto con i media è ambivalente. È indubbio che l'attenzione dei media verso il Pk ne ha permesso la conoscenza di massa e la diffusione, per contro, come sempre accade quando qualcosa entra nel circuito mediatico, fa fatica a non essere condizionato, contaminato. Il tema che si pone oggi è come utilizzare i veicoli d'informazione e la visibilità senza danneggiare l'immagine e l'integrità valoriale della disciplina stessa.

L'agonismo nel Parkour

C'è una forte analogia tra il Pk e le Arti Marziali. Molti Maestri fondatori delle arti marziali hanno postulato che le discipline da loro "create" non contemplassero l'aspetto agonistico, perché questo inevitabilmente tende ad impoverire la disciplina e rischia di fuorviarla. A favore dell'agonismo si può dire che è un volano comunicativo, da visibilità, aggrega su un terreno competitivo/comparativo non solo esperienziale, formativo. Poiché non vi è un solo modo di fare agonismo, il tema è – come sempre – che tipo di agonismo? A che punto della pratica? Esclusivizza? Distorce la disciplina o permette di viverne un aspetto senza rideclarla completamente? Nella community del Pk questo è un tema aperto, dibattuto a tratti anche in maniera accesa. Il Pk oggi è anche un modo per fare business, per questo molti si stanno improvvisando insegnanti di Pk. Insegnanti di arti marziali o di ginnastica si stanno riciclando, ravvisando pascoli fertili, ma deve essere chiaro che il Pk non è solo un insieme di evoluzioni del corpo, se si riducesse a questo sarebbe ben poca cosa e perderebbe molta della sua profondità e nel tempo anche della sua attrattività.