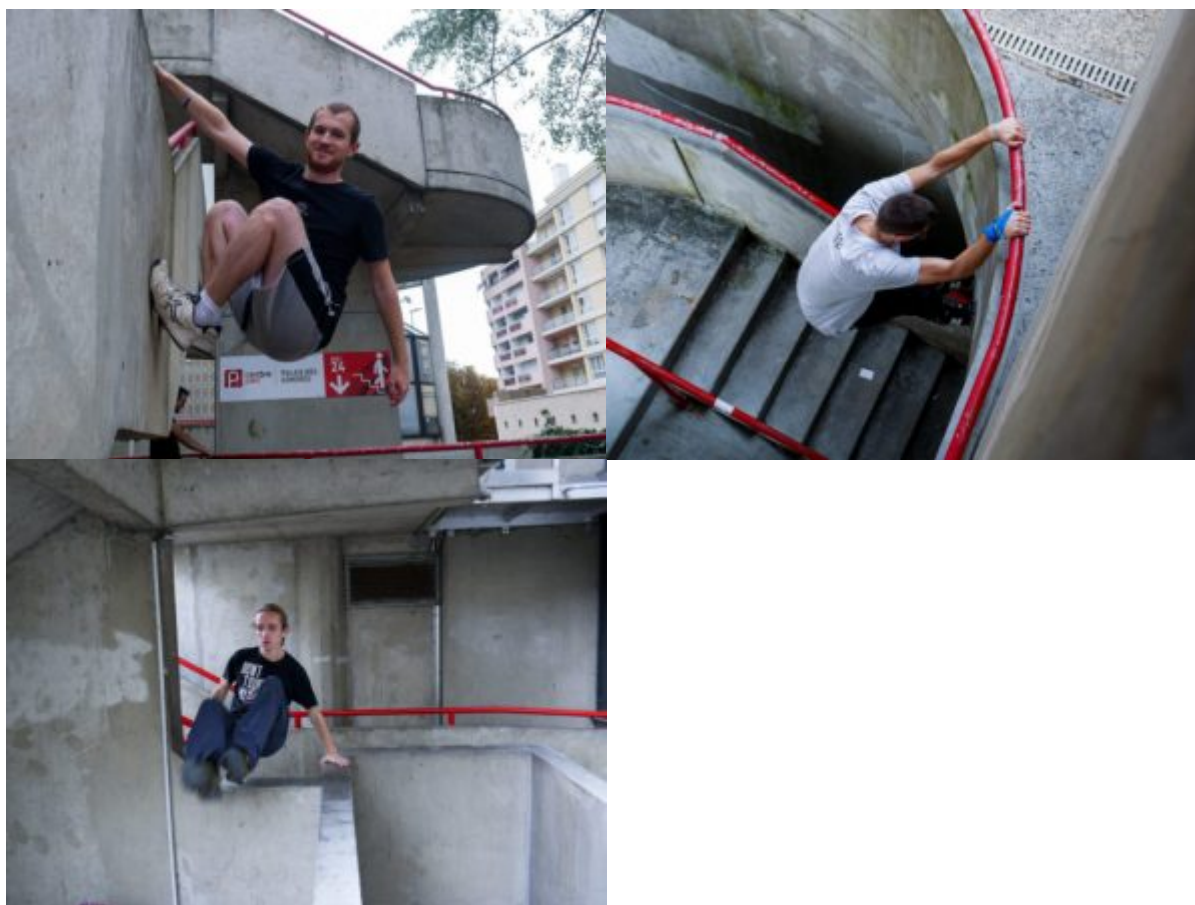


Entre escalade, sauts et déplacements rapides, ces jeunes passionnés ont créé une association en décembre 2019. Ce groupe sportif composé d'une quarantaine de personnes, dont 20 jeunes réguliers, se réunit deux fois par semaine sur différents spots de la ville du Mans pour pratiquer cette discipline émergente.

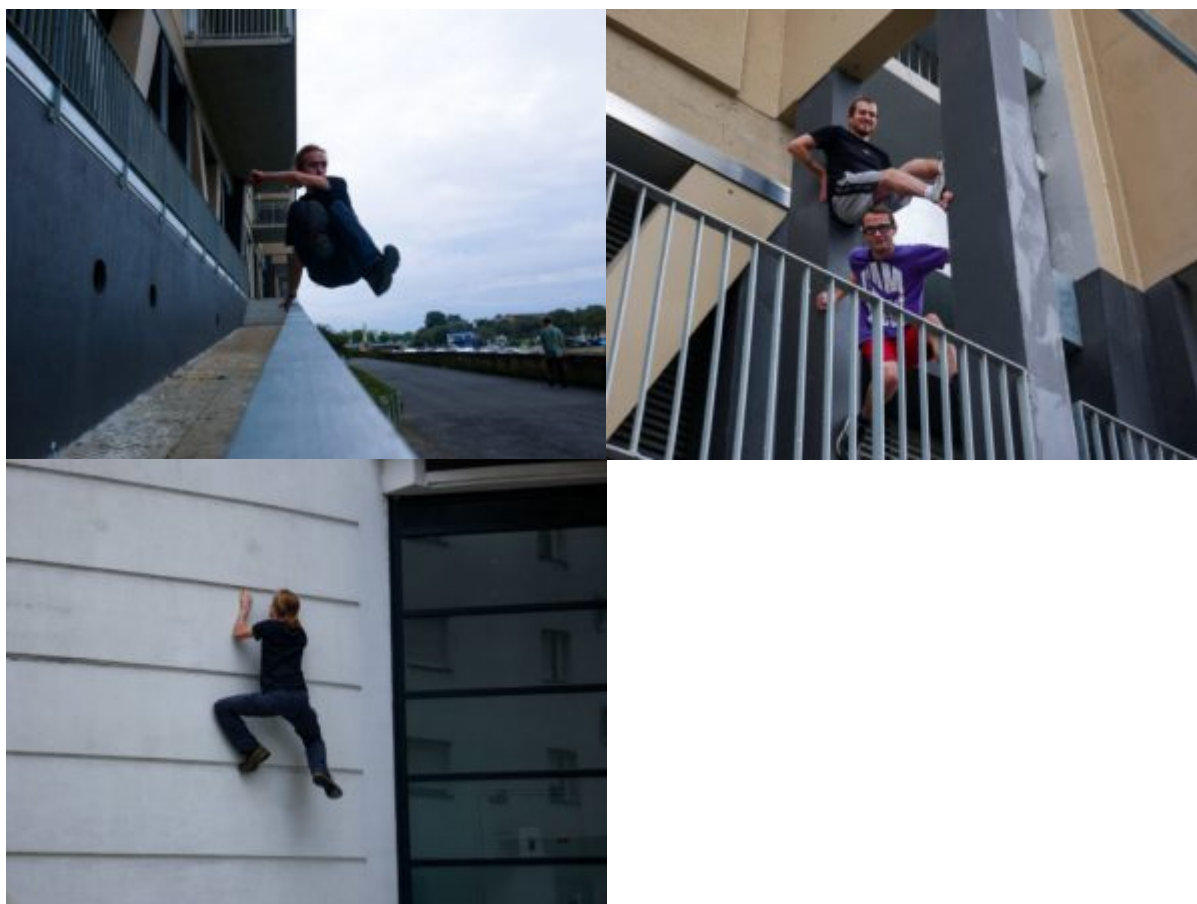


Esteban et Rafaël, deux frères qui partagent l'amour du sport, ont lancé ce projet d'association de Parkour basée au Mans. « **Notre but est de faire découvrir cette discipline au plus jeune et d'apporter des conseils pour se surpasser dans une dynamique collective** », avancent les deux traceurs. Grâce à leurs années d'expérience, ils assurent sécurité et encouragement aux novices. La bonne pratique de ce sport passe par un entraînement régulier ainsi qu'une force mentale qui permet à chacun de nous de se dépasser physiquement.

« On voulait être pris au sérieux par le service jeunesse de la ville. On

s'est donc lancé dans des cours réguliers avec toute une team solide pour faire évoluer notre structure » (Esteban)

Ce projet a été lancé grâce à un budget participatif en lien avec la municipalité du Mans. Avec leur association, les deux frères et leurs adhérents souhaitent créer une salle (Parkour Park) et avoir un accès régulier dans un gymnase, avec du matériel à leur disposition pour recréer l'environnement extérieur.



Les cours durent en deux et trois heures. L'approche de cette discipline est libre, chacun pratique à sa manière, selon son style, ses envies et son niveau. La cohésion de groupe fait partie des valeurs de Parkour 72 dont les membres sont âgés au minimum de 14 ans.

« Le Parkour me permet d'être dans le respect de mon corps aujourd'hui.

Mais, même à 40 ans, je pourrais encore pratiquer ce sport. Après trois années de pratique, j'ai eu une vraie prise de conscience sur mon environnement et sur mes réflexes » (Germain)

La pratique en solo reste appréciée par beaucoup, mais le fait d'intégrer une communauté favorise la progression physique et mentale pour gagner en autonomie tout en se sentant à l'aise avec son corps et l'environnement urbain.

Texte / Photos : Mathys PARIENTE.



Partager :

- [Cliquez pour partager sur Twitter\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)



- [Cliquez pour partager sur Facebook\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)
- [Cliquez pour partager sur Google+\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)