

Félix, fan de parkour¹⁾



(1) Félix adore le parkour depuis qu'il a 9 ans. Le parkour, c'est une discipline sportive acrobatique. Les jeunes qui pratiquent ce sport, s'appellent des « traceurs ». Ils se déplacent en ville d'une façon spéciale (*voir photo*). Ils sautent des bâtiments de la ville, font des saltos, ils courent et grimpent sur les murs...
5
10 Pour eux, toute la ville est un grand terrain de sport !

(2) Des jeunes ont commencé à pratiquer le parkour au début des années 1990. C'était à Évry, en banlieue parisienne. Aujourd'hui, ce sport est très populaire. Non seulement en France, mais aussi dans beaucoup d'autres pays, comme par exemple en Angleterre.
15
20 Pour pratiquer le parkour, il faut avoir beaucoup de confiance en soi, du courage et de la concentration. Les capacités physiques sont aussi très importantes, par exemple la vitesse
25 et la force musculaire.

(3) « Ce que j'adore dans ce sport », dit Félix, « c'est qu'on développe la créativité et l'imagination. » Et il a de la chance car pas loin de sa maison, on a créé un lieu pour les fans de sauts acrobatiques. Là-bas, des professionnels aident les jeunes qui veulent apprendre les différentes techniques du parkour. Félix y va tous les jours pour s'entraîner. Son rêve : devenir professionnel du parkour.
30
35

(4) Et ses parents ? Son père l'encourage tandis que sa mère a toujours un peu peur. Elle dit à Félix de faire bien attention, parce que selon elle, le parkour est un sport dangereux. Félix reconnaît que pratiquer le parkour n'est pas sans risques. « C'est un sport extrême, mais c'est surtout dangereux si on ne le pratique pas régulièrement. Il est donc nécessaire de s'entraîner souvent. Et puis, il faut bien
40
45
50 connaître ses limites et savoir

s'arrêter à temps. Enfin, on ne doit pas avoir peur de quelques bleus et des blessures ! »

(5) Félix rencontre sa bande de
55 copains deux à trois fois par
semaine. Pour Félix, Alexy, Jude et
Léandre, la ville est un grand terrain
de jeux. « Entre nous, on essaie
60 réaliser des performances de plus en

plus spectaculaires. » Ils s'entraînent souvent à Pantin, le long du canal ou à Paris, au parc de la Villette. Les quatre garçons postent les photos de
65 leurs performances sur Instagram et Facebook. Ils reçoivent beaucoup de réactions sympas de leurs fans.

*d'après Le Monde des ados
le 7 octobre 2020*

noot 1 le parkour = de freerunning