



Fla encara o Fogão no Engenhão, pela semi da Taça Guanabara, com a vantagem de ter vencido no estádio um jogo e empatado dois

Pág. 11

Correio Esportivo Aracaju Domingo 20.02.2011

Editor Chefe: Raimundo Brito • Jornalista Responsável: Anderson Araujo Leal



# SUPERANDO OBSTÁCULOS

“Parkour” (percurso) conquista jovens em Aracaju, que treinam em busca de um equilíbrio entre o fortalecimento corporal e mental

Págs. 06 e 07



ARACAJU SEDIARÁ “SUMMER RUN” DIA 27 DE FEVEREIRO | PÁG. 04

Fotos: Divulgação



Praticantes do parkour sempre realizam treinos regulares nos finais de semana em diversos bairros da capital sergipana



Um dos vários Encontros Amiguense de Parkour promovido para divulgar em Aracaju a prática da nova atividade física

# Prat levado

Atividade, que não nece

Anderson Araujo Leal  
andersonleal@correiodesergipe.co

**T**ransposição rápida e eficiente de dentro de um percurso através do próprio corpo. Esta é a principal característica do "Parkour" (percurso), uma atividade criada na década de 80 na França.

chegou a Aracaju no final de 2005. Hoje, essa modalidade reúne dezenas de jovens nos finais de semana em treinos regulares em diversos bairros da capital.

Um dos praticantes deste tipo de atividade em Aracaju é o técnico em Informática e concluinte em Letras (Inglês) da UFS (Universidade Federal de Sergipe) Eduardo Rodrigo Oliveira Rocha, de 25 anos, presidente da Associação Sergipana de Parkour (ASP). Antes de mais nada, Eduardo Rocha afirma que o parkour não deve ser simplesmente associado a um esporte radical praticado por moleques que pulam. "Normalmente as pessoas agem preconceituosas e só enxergam isso na referida atividade esquecendo toda a parte positiva que essa atividade revela".

Eduardo Rocha disse que começou a praticar em março de 2006, e desde então, esteve envolvido em diversos tipos de iniciativas sobre a prática. Ele também afirma que ainda, que tem participado ativamente de eventos em todo o país, e dessa forma, já visitou mais de 20 cidades.

**O que é parkour** – Eduardo Rocha explica que o parkour é uma atividade física onde os praticantes, conhecidos como "tracers", no masculino, ou "traceuses", no feminino, treinam em busca de um equilíbrio entre o desenvolvimento corporal e mental, e dessa forma, se tornam propensos a lidar com dificuldades tanto em situações de emergência quanto em sua vivência diária.

A atividade é uma das mais simples já criadas pelo homem. Não há necessidade de espaço próprio, uso de equipamento e nem dependência de outras pessoas para praticar. O parkour exige apenas que o praticante seja responsável pelo espaço que o cerca, pelas pessoas e pelo uso consciente do seu próprio corpo.

# Praticantes do parkour são capazes de lidar com dificuldades

... precisa de um espaço apropriado, as desenvolve habilidades motoras, mentais e capacidade de decisão

"O grande objetivo da atividade é despertar o interesse pelo deslocamento", enfatiza Eduardo Rocha, acrescentando que os praticantes treinam para se tornarem aptos a se mover da forma mais rápida, eficiente e segura que sua capacidade física permitir, preservando a tudo e a todos ao seu redor.

Dessa forma, os praticantes desenvolvem as mais variadas habilidades motoras como equilíbrio, força, velocidade, coordenação motora, agilidade e habilidades mentais esportivas, como raciocínio lógico, pensamento rápido, percepção de espaço e capacidade de decisão.

**Atividade causa impacto em Aracaju** - Eduardo Rocha relata que, assim como em várias outras cidades do Brasil, o parkour chegou em Aracaju no final de 2005, e na época não se tratava ainda de um ambiente organizado com cada praticante treinando de forma isolada e guiado somente por informações adquiridas em vídeos na Internet ou matérias na mídia.

Em 2006, com a maior difusão da atividade surgiram os primeiros grupos organizados por amigos, que começaram a manter treinos regulares na capital sergipana. Hoje, todos os finais de semana acontecem treinos regulares que recebem e orientam os praticantes de todos os bairros. Em relação a aceitação do parkour, Eduardo Rocha observa que a princípio houve um choque por parte da sociedade e das autoridades. Por se tratar de uma prática que utiliza o espaço público, mesmo com toda beleza estética da prática e o trabalho de "desconstrução do espaço" que os praticantes realizam, sempre foi constante a abordagem da Polícia Militar, Guarda Municipal e de pessoas que se sentem de alguma forma constrangidas com a forma como o espaço público é utilizado.

**Uma janela social** - Mas graças ao trabalho intensivo da ASPK para divulgar a modalidade, garante Eduardo, hoje o reconhecimento é bem maior e as próprias autoridades muitas vezes terminam por elogiar o trabalho que tem sido feito, já que o parkour abre uma janela social para a prática de atividades esportivas onde não se demanda vários custos para exercê-la.

"O parkour tenta sempre se manifestar como algo positivo dentro da sociedade, seja através de sua ação social

de acolher adolescentes e praticantes de todas as idades, credo, sexo, raça e condição social ou por meio de suas iniciativas de caráter humanitário como projetos de arrecadação de alimentos, limpeza de locais de treino (como o antigo Parque dos Cajueiros) e manifestos em prol da natureza e da manutenção do espaço público", destaca Eduardo Rocha.

**Aracaju sediará o 4º Encontro Nordestino de Parkour** - Eduardo Rocha, que também é presidente da Associação Brasileira de Parkour (ABPK), informa que do dia 21 a 24 de abril deste ano, a capital sergipana será a sede do 4º Encontro Nordestino de Parkour, maior evento da região para a atividade e que atrai praticantes de várias partes do Brasil. Um dos criadores e organizadores do Encontro Nordestino, Eduardo Rocha também promoveu o Encontro Amiguense de Parkour em Sergipe e foi o responsável pela direção do 5º Encontro Brasileiro de Parkour. Ele também é membro dos grupos nacionais Geração Tracer e Ibyanga.

Para melhor divulgar a nova atividade, os praticantes do parkour em Aracaju passaram a realizar diversos eventos na capital sergipana, dentre eles, o 1º e 2º Encontros Sergipanos, em abril e outubro de 2007; o Pentatlo Militar (Treino no 28º BC), em junho de 2008; o 1º, 2º e 3º Encontros Amiguense, em agosto de 2008, outubro de 2009, e agosto de 2010; o One Giant Leap (Evento Mundial em Prol da Natureza), em setembro de 2009; e o Juventude Ativa, em abril de 2010.

**Associação Sergipana** - Sobre a ASPK, Eduardo Rocha explica que a entidade tem como objetivo principal defender os interesses dos seus associados, bem como, os da prática em questão de forma que a disseminação do parkour no Estado de Sergipe seja feita de forma responsável, coerente e voltada para o seu pleno crescimento e reconhecimento. Ele enfatiza que atualmente, existe um projeto fixo que acontece todos os sábados, às 3h da tarde, em locais de treinos diferenciados na capital sergipana. São treinos orientados para iniciantes e veteranos, que acontecem em locais como a Praça Zilda Arns, a Orla da Atalaia, Praça da Juventude, Centro de Criatividade, entre outros. Os treinos podem ser consultados no site <http://www.aspk.org.br>.

## Da "arte do deslocamento" ao "parkour"



David Belle (1974), idealizador do Parkour e filho de renomado bombeiro francês, aprendeu com o pai as técnicas de deslocamento utilizadas pelo exército francês em batalhas como a do Vietnã e que posteriormente viriam a ser adaptadas para o uso em ambientes urbanos. Foi o que ocorreu na década de 80 quando, juntamente com amigos e primos, Belle simulava situações onde precisava ser colocado à prova para efetuar resgates de pessoas em perigo, e então passou a chamar sua "brincadeira" de "A arte do deslocamento" que em 1998 seria registrada com o nome "Parkour".

David acredita que o esporte deve desenvolver as habilidades do ser humano de modo que ele possa se transformar em algo útil para sua vida social, profissional e espiritual. "Ser e durar" - um lema entre tracers - retrata uma ideia básica: Ser forte em todas as formas (física e mental), e que essa força permaneça com você o mais que puder. Esse é um dos aspectos que remete à parte "filosófica" do Parkour: Desenvolver habilidades em treino de modo que te permita usar seu corpo de forma útil e possivelmente ajudar a outros.

Parkour envolve riscos como qualquer outra atividade, porém, diferente do que é visto nos meios de comunicação, não se trata de uma atividade radical. Seus praticantes treinam com bom senso e o ganho de habilidade é gradativo. Saltos como vistos em filmes são realizados por praticantes com mais de 10 anos de experiência que possuem plena certeza e confiança de suas aptidões físicas.

No Parkour não há competições homem à homem. A única luta existente é contra o obstáculo, medos, inquietações e dúvidas de caráter totalmente pessoal; o que na verdade diferencia a atividade de outros esportes onde se faz necessária a derrota do semelhante para o ganho pessoal. A atividade é um catalisador no que se refere a manter jovens longe de vícios nocivos e educá-los com princípios de preservação ao meio ambiente, respeito ao próximo e da boa execução de seu papel como cidadão.