

**Zeitschrift:** Horizons : le magazine suisse de la recherche scientifique  
**Herausgeber:** Fonds National Suisse de la Recherche Scientifique  
**Band:** 25 (2013)  
**Heft:** 97

**Artikel:** Renaître grâce au "street workout"  
**Autor:** Pellegrini, Xavier / Müller, Alain  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553973>

#### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



L'ethnologue Alain Müller (ci-dessous) se penche sur le «street workout» et ses adeptes à Los Angeles (Justin Cruz en pleine action).

## Renaître grâce au «street workout»

**Une nouvelle forme de gymnastique urbaine conquiert le monde.**  
L'ethnologue de Neuchâtel Alain Müller, qui la pratique lui-même, est allé à la rencontre de ses adeptes, notamment à Los Angeles.

«J'achève deux ans de recherches postdoctorales à Los Angeles. Venant d'un pays qui n'a pas accès à la mer, les sensations procurées par l'océan me ravissent. Je suis également impressionné par l'offre culturelle de cette ville si particulière et par le sentiment de liberté que l'on y ressent ... à condition de disposer d'une voiture.

Mais je ne suis pas en Californie pour étudier les dauphins ou l'art contemporain. Mon quotidien, c'est celui du «street workout», une forme de sport urbain née dans les parcs publics de New York et qui - par la médiation de YouTube et des réseaux sociaux - s'étend rapidement non seulement aux autres régions du pays, mais à l'ensemble de la planète. Dans le cadre de ma recherche, j'ai moi-même entrepris l'apprentissage du «street workout», et ce fait est central dans ma démarche.

Par rapport à l'entraînement en salle auquel elle s'oppose, cette nouvelle discipline, également appelée «freestyle calisthenics» ou «barhitting», se pratique sans poids additionnels, en plein air, fréquemment dans des parcs. De ce fait, sa pratique est gratuite. Mélange de body-building et de gymnastique, elle allie généralement les «pompes», les tractions à la barre et, quand cette possibilité se présente, les flexions-extensions des coudes aux barres parallèles. Au besoin, le mobilier urbain (installations de jeux pour enfants ou barres d'échafaudage) est utilisé.

On pourrait penser à un entraînement militaire. Mais le style est également de mise: pour que la performance soit réussie, il faut que les enchaînements d'exercices soient harmonieux. Le «street workout»

emprunte aussi au «breakdance», et par ce biais à l'improvisation free-style. Il y a donc un bricolage de diverses influences qui créent une nouvelle sous-culture.

Via les réseaux sociaux, j'ai pu entrer en contact avec les premiers groupes de Los Angeles, qui se sont montrés réticents. Ils me considéraient comme un universitaire froid, très éloigné de leur univers. Mais quand ils ont vu que je m'étais moi-même mis à pratiquer ce sport, leur attitude a complètement changé. Ils m'ont accepté, et nous avons pu partager.

En fait, cet engagement personnel est pour moi bien davantage qu'un moyen de créer le contact. Allant au-delà de la participation qu'on attend de tout anthropologue sur le terrain, je me suis transformé en matériel auto-anthropographique issu de mon propre apprentissage. Mon engagement corporel n'est pas un sous-produit de la recherche, mais se situe au centre de ce travail. Par ailleurs, un blog ([typewriterz.org](http://typewriterz.org)), où l'ethnographe et les pratiquants peuvent dialoguer, fait partie intégrante de la recherche.

Ma démarche exclut des conclusions critiques et généralistes sur ce mouvement. Je me borne à rendre compte des discours et logiques des personnes que j'ai interviewées. Il en ressort une ambivalence. Chez les précurseurs surtout, l'image du gangster, du «bad boy», est très présente, du moins en apparence, ce qui exerce une certaine fascination sur la classe moyenne dont certains savent jouer. Mais pour la plupart des pratiquants, l'essence du «street workout» est au contraire une forme d'auto-réinsertion: on tourne le dos aux mauvais coups, à la drogue, à la prison par une reprise en main du corps

procurant force et beauté. En exhibant ce résultat sur YouTube, on peut acquérir une reconnaissance que n'offre pas forcément le milieu professionnel. L'ampleur prise par le mouvement a créé des superstars, à qui l'on demande des autographes.

D'un point de vue politique, les propos des pratiquants sont également ambiguës. D'une part, ils ont un discours très à gauche, dénonçant les injustices sociales. Ce positionnement a des conséquences directes sur le développement de ce mouvement naissant, notamment dans la population féminine. Alors qu'au début de ma recherche, ce sport était essentiellement l'apanage des hommes, aujourd'hui, les femmes sont de plus en plus nombreuses à le pratiquer et elles y sont encouragées par les hommes. Je n'ai perçu aucun machisme malgré la masculinité apparente de cette pratique. D'autre part, les adeptes du «street

workout» se montrent plus conformistes en faisant du sport une métaphore de la vie, exigeant de la discipline, de la rigueur et du travail.

Même si je suis basé au Center for Ethnography de l'Université de Californie, à Irvine, ma recherche est multi-située. J'ai observé sur place la scène new-yorkaise et j'ai beaucoup échangé avec le groupe de Saint-Gall ([street-workout.com](http://street-workout.com)). Et naturellement, j'écoute les sites qui renseignent sur la manière dont, grâce au Net, le mouvement devient de plus en plus global. C'est en fait le cœur de mon travail. L'anthropologie classique s'intéressait à des sociétés cloisonnées. Aujourd'hui, il faut penser connectivité. Ma démarche s'inscrit ainsi dans une nouvelle approche de l'anthropologie, attentive à l'interconnexion des sociétés contemporaines.»

Propos recueillis par Xavier Pellegrini

