

Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport
Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école
Band: 12 (2010)
Heft: 1

Artikel: Une mode malgré elle
Autor: Di Potenza, Francesco
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-995314>

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: 25.02.2026

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



Une mode malgré elle

Les murs et les grillages n'arrêtent pas un «traceur». Habile, rapide et efficace, il les franchit sans problème. Le spectateur, quant à lui, en reste bouche bée. Récit sur les origines et le devenir du «Parkour».

Texte: Francesco Di Potenza; photos: Fabian Unternährer

Il ne se passe pas une semaine sans qu'un journal ne publie un article sur ce sport spectaculaire ou qu'une chaîne de télévision n'y consacre un documentaire. Beaucoup de choses sont racontées sur cette prétendue nouvelle activité. Le Parkour, ou l'art de se déplacer avec efficacité sans aide extérieure, constitue la forme la plus pure de mouvement. Celui qui le pratique, appelé le «traceur», se meut dans le paysage en suivant le chemin de son choix tout en franchissant les obstacles qui s'y trouvent. Il utilise uniquement ses capacités physiques et n'a droit à aucun équipement excepté de bonnes chaussures. L'efficacité de ses mouvements joue un rôle primordial. Il ne s'agit ni d'un spectacle ni d'acrobatie mais d'un jeu fluide avec l'environnement, de la poursuite d'une voie choisie par ses soins. Le Parkour, sous sa configuration actuelle, a été développé par le Français David Belle en banlieue parisienne. Cette discipline est toutefois indépendante du milieu, elle peut être pratiquée autant en pleine nature qu'au centre-ville.

Les premières traces du Parkour remontent à la guerre d'Indochine (1946-1954), lorsque les soldats cherchaient à optimiser leurs chances de fuite. Aujourd'hui, même si l'objectif premier de l'exercice n'est plus la fuite, celle-ci traduit bien l'esprit du Parkour: une forme de déplacement directement liée au contrôle et à la vitesse, qui suppose un bon entraînement et une bonne connaissance du corps ainsi qu'une réflexion approfondie sur ses propres capacités et sur l'environnement. Ni plus ni moins. Retour sur l'histoire d'un mouvement né en France avant de se propager en Europe, aux Etats-Unis et dans le monde entier, et qui compte un nombre croissant de pratiquants en Suisse depuis maintenant 10 ans.

Un jeu devenu sport

Les forêts du nord de la France constituent son terreau: David Belle y reçoit très tôt l'enseignement de son père, l'entraîneur et célèbre athlète Raymond Belle. Ce dernier, lorsqu'il était enfant soldat au



Vietnam, a développé des techniques de fuite efficaces. Des capacités qui lui ont servi, plus tard, à sauver des vies en tant que sapeur-pompier. Son objectif final. Petit déjà, en effet, il a entraîné sa force et optimisé ses performances dans le but de se rendre utile.

Dans les années 1980, la famille Belle déménage à Lisses, petite banlieue parisienne mi-urbaine, mi-campagnarde. A priori un terrain de jeu guère idéal pour les enfants. Peu décontenancé, David adapte ce qu'il a appris à ce nouveau décor et un groupe d'enfants découvre le Parkour. Se prenant pour des « ninjas », ils se poursuivent en surmontant les petits obstacles qu'ils rencontrent dans la cour d'école. Comme beaucoup d'autres camarades de leur âge. Leur jeu est pourtant différent. Sous l'influence de David Belle, il évolue au fil du temps. Les enfants découvrent progressivement le potentiel qui se cache derrière leur passe-temps; ils donnent une forme à leur art, le définissent par des mots et des mouvements. Le Parkour devient un sport.

Les garçons ne sont pas à la recherche de techniques particulières. Celles-ci apparaissent naturellement lors de leur interaction avec l'obstacle. Tout le monde peut ainsi apporter ses idées au groupe et étoffer le répertoire de mouvements, comme un puzzle. Le saut de précision, par exemple, confère un degré de difficulté supérieur ainsi qu'une élégance particulière au simple saut. Chaque découverte complète l'effet d'ensemble. Les obstacles deviennent plus importants avec le temps et, juste après avoir conquis le toit de l'école, le groupe s'attaque à la célèbre œuvre d'art de vingt mètres de hauteur, la « Dame du Lac ».

De la banlieue à la toile

Raymond Belle est une sorte de mentor pour David et son ami Sébastien Foucan. Outre les rudiments du Parkour, il leur enseigne que les possibilités sont infinies à condition de s'entraîner sérieusement et suffisamment. Le groupe s'agrandit; on commence à parler de

cette pratique comme d'une discipline. Les jeunes gens s'exercent et s'affublent du nom de « Yamakasi » (qui signifie « corps fort » ou « esprit fort » dans la langue centrafricaine lingala). Ils font une apparition à sept dans la comédie musicale « Notre Dame de Paris ». Puis, Foucan et Belle quittent les Yamakasi, qui tournent le film « Yamakasi – Les samourais des temps modernes » de Luc Besson. Avec d'autres combattants de la première heure, ils se rebaptisent les « traceurs ».

L'intérêt des médias est énorme, mais les objectifs des acteurs diffèrent. Foucan, voulant aller plus loin encore, développe le concept de « Free Running », qui contient plus d'éléments esthétiques et acrobatiques que son homologue, le Parkour, de David Belle. Les deux formes de déplacement se distinguent par leur idée de base: le Parkour vise l'efficacité et la rapidité alors que le Free Running recherche davantage l'expression personnelle. David Belle reste fidèle au Parkour et se tourne vers le cinéma.

Sous l'œil des médias

De plus en plus de gens, en particulier les jeunes et les enfants, s'intéressent au Parkour et cherchent à imiter les Yamakasi, bien que le film de Luc Besson ne soit pas parvenu à transmettre l'essence de cette discipline. Après le succès du premier film, l'argent joue un rôle prépondérant et les chemins des Yamakasi se séparent. Cela n'empêche pas la discipline d'augmenter sa présence dans les médias, notamment grâce au spot publicitaire de Nike pour la télévision. David Belle tourne le clip « Rush Hour » pour la BBC. Le Parkour s'exporte aux Etats-Unis. En février 2003, « Urban Freeflow » voit le jour en Angleterre et met en ligne un site Internet ainsi qu'un forum. Le nombre d'utilisateurs grimpe rapidement et UF devient la première communauté de Free Running en Angleterre.

L'intérêt médiatique se poursuit. En 2003, le documentaire « Jump London », sorti en DVD et destiné à un large public, contribue à répandre encore plus cette activité. A peu près au même moment, le Parkour commence à se propager dans l'espace germanophone. Dès 2006, les vidéos pullulent sur Internet, des stars comme Madonna et de grosses productions cinématographiques (« Banlieue 13 » avec David Belle ou « Casino Royale » avec Sébastien Foucan) contiennent des scènes de Parkour. Divers spots publicitaires s'inspirent de l'art des traceurs et plusieurs grandes chaînes de télévision diffusent des documentaires sur le sujet. Le nombre d'adeptes est passé en quelques années d'un petit groupe d'enfants de banlieue à une communauté importante à l'échelle internationale. Sans le vouloir, le Parkour est devenu une mode. ■

Filmographie:

Yamakasi – Les samourais des temps modernes, Ariel Zeitoun, Julien Seri. France, 2001.

Jump London (TV), Mike Christie. Royaume-Uni, 2003.

Banlieue 13, Pierre Morel. France, 2004.

Casino Royale (James Bond), Martin Campbell. Etats-Unis, Royaume-Uni, Allemagne, 2006.

Babylon A.D., Mathieu Kassovitz. Etats-Unis, 2008.