

Übersetzung der Beschreibung von Freerunning durch Sébastien Foucan

In his youth Sébastien Foucan and his friends practiced an extension of childplay in their town, they called it 'Parkour' with reference to 'Parcours du combattant' (Obstacle courses developed by French military).

Soon Sébastien felt limited and noticed weaknesses, so started his own quest, reflecting on his practice and feeling what was right for him. He began to understand where the feeling of fear comes from and how to control it. He drew inspiration from the processes of Bruce Lee in his own practices. Sébastien structured his Parkour discipline by naming the different techniques and defining the fundamental elements. He felt there was another dimension to his way, a philosophy similar to Martial Arts and he began including it naturally in his work.

Quelle: www.foucan.com

In seiner Jugend praktizierten Sébastien Foucan und seine Freunde in ihrer Stadt eine Erweiterung der Kinderspiele, sie nannten es 'Parkour' mit Bezug auf 'Parcours du combattant' (durch das französische Militär entwickelte Hindernisbahn). Sehr bald fühlte sich Sébastien eingeschränkt und bemerkte Schwächen, also begann er seine eigene Suche, indem er über sein Training nachdachte und fühlte was das Richtige für ihn ist. Er fing an zu verstehen woher das Gefühl der Angst kommt und wie man es kontrollieren kann. Inspirationen von Bruce Lee liess er in sein Training einfließen. Sébastien strukturierte seine Parkour Disziplin, indem er verschiedene Techniken benannte und Grundelemente definierte. Er spürte, dass es eine andere Dimension zu seiner Art gab, eine Philosophie ähnlich der Kampfkunst und er begann diese wie selbstverständlich in seine Arbeit einzufügen.

- Sinngemässe Übersetzung durch ParkourONE

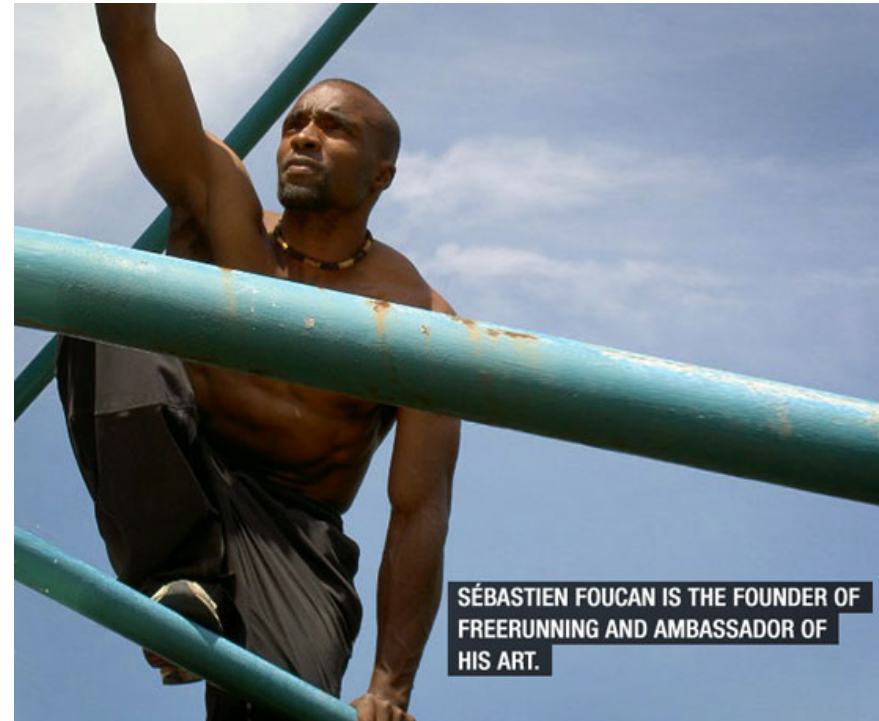


Bild: <http://www.parkour.com/category/news/people/sebastien-foucan/>