



Быть ли школе паркура в Горловке? Паркур - это стиль жизни, философия или просто возможность выплеснуть лишнюю энергию, когда нечем заняться? Насколько популярно данное движение в нашем городе? Об этом и многом другом мы решили узнать, пообщавшись с одним из первооткрывателей данного вида экстремальных увлечений в Горловке, трейсером (*человек, занимающийся паркуром - авт.*) Антоном Kamikadzza.

Для тех, кто не знаком с этим экстремальным видом спорта, поясняем: паркур (фр. parkour, искаженное от parcours, parcours du combattant — дистанция, полоса препятствий) - искусство перемещения и преодоления препятствий.

Был основан французами Давидом Беллем (снявшимся в главной роли в фильме «13-й район») и Себастьяном Фуканом. Главной идеей паркура является выраженный Давидом Беллем принцип «нет границ, есть лишь препятствия», а любое препятствие можно преодолеть. Причем это может быть не только физическое препятствие, а и моральное, психологическое и др. виды препятствий, мешающие человеку реализовать себя в том или ином виде деятельности.

О горловском «камикадзе» писали неоднократно. Коротко напомним, Антон занимается паркуром уже 5 лет, за это время успел войти в пятерку лучших трейсеров Украины. Также в списке его увлечений: рукопашный бой, акробатика, Ghetto Workout (упражнения на турнике и брусках), а так же брейк-данс. С 11 лет занимался восточными единоборствами, имеет разряд по парашютному спорту, осваивает каскадерское искусство. Одним из последних достижений Антона, стала победа в составе брейк-данс команды «Ультиматум» в конкурсе «Минута славы в Горловке» и вступление в Ассоциацию каскадеров Украины.

Похоже, ты всерьез взялся за популяризацию паркура не только в родном городе, но и в Украине в целом. Чем теперь, лично для тебя, является это экстремальное увлечение?

- Однажды просто попробовал, получилось, понравилось, затянуло. Затем увлечение переросло в стиль жизни, ежедневные тренировки, не менее пяти часов в день и ежедневная победа над самим собой. Мне это нравится, сама идея является «допингом» для достижения новых поставленных целей. Зачастую ребята приходят в паркур для того, чтобы покрасоваться перед девчонками, совершив какой-нибудь головокружительный прыжок с большой высоты, и лишь немногие в нем остаются, поняв и приняв истинную философию, которая гласит: «Быть сильным, чтобы быть полезным». Прежде всего, необходимо познать себя, стремясь создать гармонию между телом и духом, оценить свои нынешние возможности и начать бороться со своими недостатками и

страхами. В Горловке паркур пока еще слабо развит, в основном оттого, что людей сейчас спорт мало интересует, нынешней молодежи интереснее проводить свободное время дома за компьютером, или где-нибудь в баре с бутылочкой пива, нежели в спортзале. Также проблема состоит в том, что у нас нет хорошего зала для тренировок, из-за финансовых разногласий с хозяевами был вынужден покинуть старое место для занятий. Летом можно заниматься и под открытым небом, но все же хотелось бы иметь и крышу над головой. Думаю, этот вопрос в скором времени постараюсь решить.

Есть ли среди ребят, которых ты тренировал, те, кто достиг уже определенных успехов? Существуют ли чемпионаты по паркуру?

- В нашем городе есть ребята, которые организовали команду «Next World». Это молодые и перспективные трейсеры, которые уже успели побывать не на одном фестивале и проявить себя. Так как в паркуре практически отсутствует соревновательный момент, то каких-то чемпионатов нет, здесь больше важна взаимопомощь. В основном, это фестивали, проходящие в больших городах, таких как: Харьков, Киев, Львов; слеты, дружеские встречи и показательные выступления.

Девушки паркуром интересуются, или это все-таки чисто мужское увлечение?

- В Европе девушка-трейсер не редкость, есть также несколько и в Украине. Совсем недавно изъявила желание попробовать себя в этом виде «экстрима» моя возлюбленная, Маша. Несмотря на то, что занимается она всего лишь несколько месяцев, уже есть определенные успехи. Так что не исключено, что и в Горловке скоро будет своя «jumping lady».

Насколько травмоопасно это увлечение? Что можешь посоветовать и пожелать начинающим трейсерам?

- Не скрою, опасно. Но к паркуру, как и к любому экстремальному увлечению, нужно подходить, что называется, «с головой», тщательно продумывать каждое действие. Не нужно спешить выполнить увиденный по ТВ или в интернете трюк, выполняемый профессионалом, который тренировался для этого не один месяц или даже год, не стараться сразу «объять необъятное», это может быть чревато для здоровья и даже жизни. Начинайте с малого, с укрепления тела, духа, находите гармонию и, конечно же, тренируйтесь. Только упорным трудом можно достичь чего-либо. Кстати, лень или плохое настроение - это тоже препятствия на пути к самосовершенствованию, которые необходимо преодолевать.

Ну, а пожелать хочу больше прыжков и меньше падений, уверенности в себе, развития, как в физическом, так и в духовном плане и помните ... «Вижу цель – не вижу препятствий».

Антон Дерюгин, "Горловский Медиа Портал"