

# Паркур: о языке сообщества трейсеров



# Трейсеры – сообщество любителей паркура

- Сообщество трейсеров существует не так уж давно: в 1987 году движение было основано французом Давидом Беллем.
- Оно использует для общения свои **термины**, имеет собственный **жаргон**.
- Представители паркура создали **фольклорные тексты** разных жанров:
  - крылатые фразы,
  - фразеологизмы,
    - советы,
    - поучения,
    - стихи,
    - песни,
  - анекдоды.
- Есть свои **приметы** и **легенды**, свой **девиз**.

## Что такое паркур и кто такой трейсер

- ▣ **Паркур** (от франц. parkour – «дистанция, полоса препятствий») – искусство перемещения и преодоления препятствий, как правило, в городских условиях.
- ▣ Стиль жизни.
- ▣ Слово «**трейсер**» пришло в русский язык из английского, куда в свое время попал французский термин, который происходит от глагола *tracer*, что значит «следить», «идти быстрее».

-----

-----

**Основатель паркура – француз Давид Белль.**

**Девиз паркура: «Границ не существует, есть лишь препятствия, и любое препятствие можно преодолеть».**



Соратник Давида Белля – Себастьян Фукан, позднее создал свое направление в паркуре *фриран* с акробатическими элементами.



**В Красноярске с 2009 года работает центр экстремального спорта «Спортэкс» на острове Отдыха.**



Интересно, что трейсеры в штыки принимают слова *паркурщик, паркуровец, паркуровщик.*

Они обижаются, когда их так называют.

Но легко понять, почему эти слова возникли. Существует много подобных пар:

*бокс – боксер;*

*футбол – футболист и т. п.*

Название спорта и название спортсмена имеют один общий корень. В случае с паркуром этого не произошло.

Но *паркурщик* не уходит из употребления. Наоборот, не все знают слово *трейсер.*



## Трейсеры выполняют сальто





# Официальные названия элементов паркура

## *Элементов очень много.*

*Вот несколько названий для примера.*

- ▣ **Drop (дроп)** – прыжок с высоты. Заканчивается приземлением на ноги, иногда с вспомогательным касанием земли.
- ▣ **Spring (сприн)** – инерционный прыжок с одной или двух ног через препятствие или с одной плоскости на другую.
- ▣ **Accuracy (аккураси)** – прыжок с одной или двух ног на ограниченную поверхность с удержанием равновесия.
- ▣ **Cat Leap (кэт лип)** – прыжок на стену с целью зацепиться руками за ее край, а ногами упереться в стену.
- ▣ **Tic-tac (тик-так)** – толчок ногой от стены с целью что-то преодолеть. Имеет множество вариаций.

## Спот – место тренировок трейсеров



# Народное творчество в среде трейсеров

## Афоризмы

- ▣ *Прежде чем летать, научись приземляться.*
- ▣ *Первое препятствие, которое преодолевает каждый трейсер, – это собственное тело.*
- ▣ *Когда мальчикам не хватает любви, они начинают искать боль.*
- ▣ *Паркур – это кампания длиною в жизнь, а не бурное сражение.*
- ▣ *«Я рисую пути... я художник по бетону и асфальту...»  
(Давид Белль).*

## Приметы

- ▣ *Например: нельзя скрещивать руки, это ведет к травмам спортсменов.*

## Песни

Трейсеры предпочитают рэп, r`n`b, дабстэп и т. п.  
Фрагмент песни про паркур в стиле рэп (читка – на жаргоне)

«Паркур»

Автор Михаил Holod Голиков

*Среди панков, растаманов, гопников и готики  
Один из тех, кому по жизни не нужны наркотики  
Среди течений сотни тысяч модных субкультур  
Я выбрал лишь одну, и имя ей – Паркур*

*Что не дает покоя мне тот ветер, Вы же знаете,  
Когда бежишь по городу один и где-то в памяти  
Мелькают прошлые ошибки, где-то мои планы  
Оставлю в прошлом все проблемы – я разжигаю пламя*

## Рядом с песнями идут стихи

*Паркур – это не спорт  
В нем нет соревнований  
Паркур – это полет  
Свободы всех желаний...*  
(Автор Tash, Street-Tracers)

*Если хрустнула спина, значит, ты,  
Навернулся с высоты, крутя финты,  
И теперь твое тело не нужно никому,  
Очень стремно в паркуре убиваться одному.*  
(Автор неизвестен)

## Анекдоты

– Как называются девушки, которые занимаются паркуром?

– Паркурицы.

\*\*\*

Провалился трейсер в канализационный люк и стал диггером.

\*\*\*

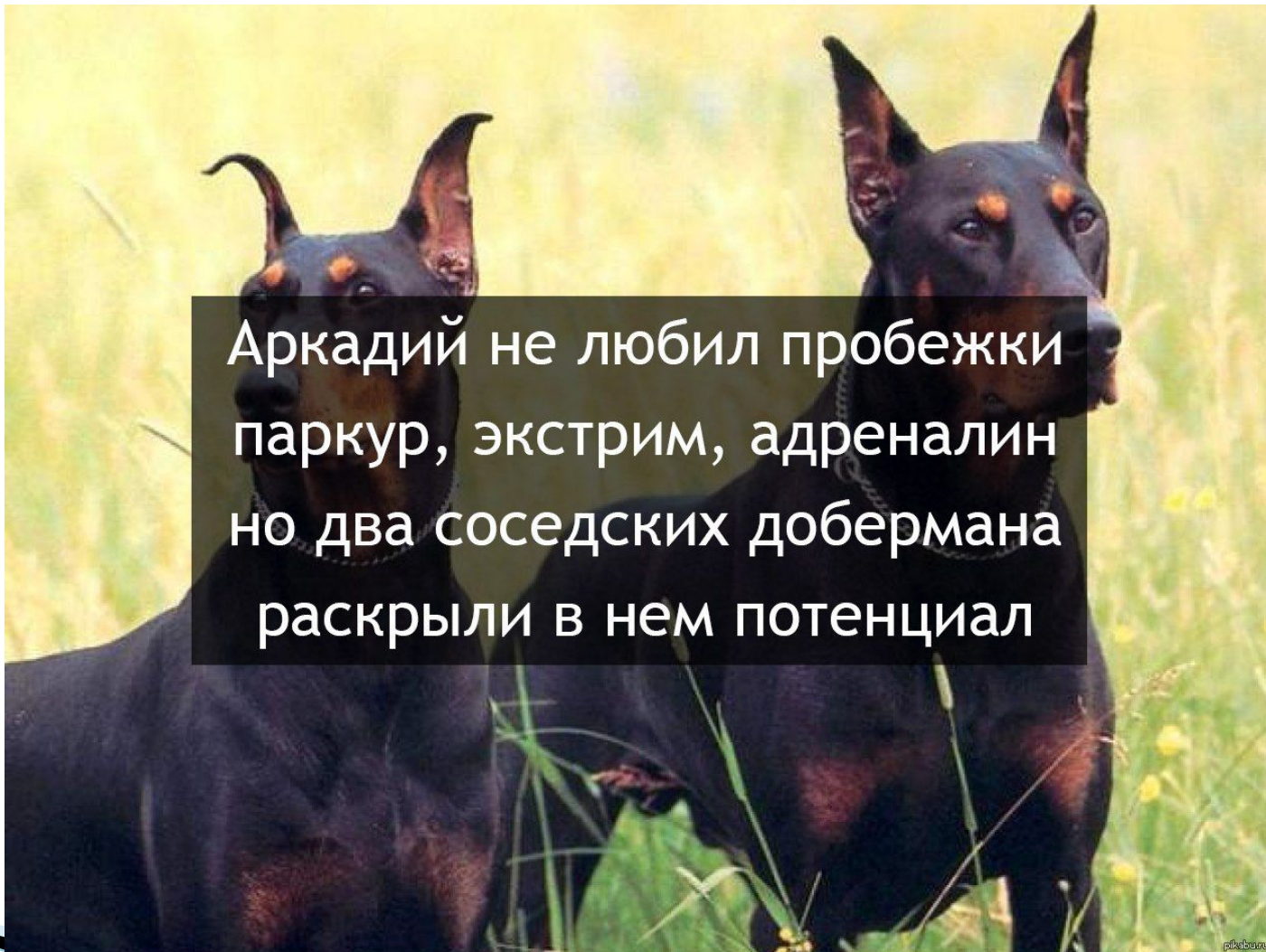
Занялся паркурком. Не могу научиться делать манки – цепляюсь ногами за ограждение... Зато научился делать сальто.

\*\*\*

Не плюй на балкон – соскользнешь, не поймают.



## Черный юмор



Аркадий не любил пробежки  
паркур, экстрим, адреналин  
но два соседских добермана  
раскрыли в нем потенциал

## Пародия (фрагмент)

**Негласный лидер** – самый старший и могучий член команды. Координирует ямакасинг. Задает моду на кроссовки в команде. Обязан быть суров, по крайней мере, на людях.

**Два брата-акробата** – члены команды, живущие по принципу «Мы с Тamarой ходим парой». Обычно братья, хотя возможно и однофамильцы. Их «мастерство» – объект восхищения остальных членов.

**Отморозок** – член команды с низким коэффициентом интеллекта и отсутствием инстинкта самосохранения. Выполняет функцию краш-тестового манекена для опробования новых трюков.

# Жаргон трейсеров не слишком богат: они предпочитают больше действовать и меньше говорить

## Элементы паркура

*Акурасон* – прыжок на точность: с приземлением, например, на перила.

*Банка*, арабское сальто – вид бокового сальто с опорой на одну руки.

*Грэб* – захват рукой чего-либо.

*Двуха, двушка* – двойное сальто.

*Крутка* – сальто.

*Ножницы* – разновидность заднего сальто.

*Основа* – основная группа элементов.

*Передка, передача* – сальто вперед.

*Перилка, перила* – узкий объект.

*Разножка* – положение ног: одна – вперед, другая – назад.

*Сальтуха, сальтушка* – сальто.

*Стрекосат* – сальто махом ногой вперед за голову.

*Финт* – трюк.

*Флип* – сальто.

# Предметы и действия, связанные с тренировками

**Акра** – акробатика.

**Акробатичка** – зал для занятий акробатикой.

**Билдерщик** – трейсер, который занимается паркуром на зданиях.

**Врубить, запилить** – красиво выполнить сложный элемент.

**Дефай** – фирма, производитель широких штанов (ширачей), разновидность ширачей.

**Заброшка** – заброшенная стройка, место для тренировок.

**Затренировать** – достичь результата с помощью тренировок.

**Корты** – корточки.

**Кроссы** – кроссовки.

**Спортяга** – «Спортэкс» – спортивный зал для занятий в Красноярске.

**Спот** – площадка для тренировки.

**Стрематься** – не решаться выполнить элемент.

**Трейсить** – заниматься паркуром.

**Треня, тренька** – тренировка.

**Тренировать(ся)** – тренироваться.

**Ширачи** – широкие штаны. Фирменный атрибут, источник доходов многих паркур-клубов.

**Шмот** – одежда для тренировок.

**Шоурил** – видеоролик, демонстрирующий мастерство.

**Ширачи – широкие штаны. Фирменный атрибут,  
источник доходов многих паркур-клубов**



## Выражение оценки

*Акрушники* – любители вносить элементы акробатики в паркур. Отступники от корней.

*Атлет* – крутой трейсер, участвующий в соревнованиях.

*Гоп-трейсеры* – ответвление в общей массе трейсеров, отличающееся асоциальным поведением и опасными трюками.

*Изи* – выражение высокой оценки выполнения элемента.

*Колбасный* – показной.

*Нуб, нубизм, нубьё* – неумелый, новичок.

*Респект* – выражение уважения.

*Трушники* (от англ. true – «подлинный») – приверженцы настоящего, корневого паркура. Часто озабочены проблемой размежевания с малолетними подражателями.

*Турникмен* – спортсмен, выполняющий силовые упражнения дворовой гимнастики.



## Слова общемолодежного жаргона, употребляемые трейсерами

- ▣ *Балахон* – свободная, дышащая кофта для тренировок.
- ▣ *Видос* – видеоролик.
- ▣ *Графа* – граффити.
- ▣ *Драги* – наркотики.
- ▣ *Постить, лайки, просмотры* – термины, обозначающие активность в социальных сетях.
- ▣ *Травма* – травмпункт, отделение травматологии.
- ▣ *Читка* – песня в стиле рэп, который предпочитают трейсеры.

***Балахон*** – свободная, дышащая кофта  
для тренировок



## Фразеологизмы

*Баланс походить* – отработать элементы, связанные с балансом.

*Врубить мощное* – сделать что-то невообразимо крутое.

*Флипы шпилить* – отрабатывать выполнение сальто.

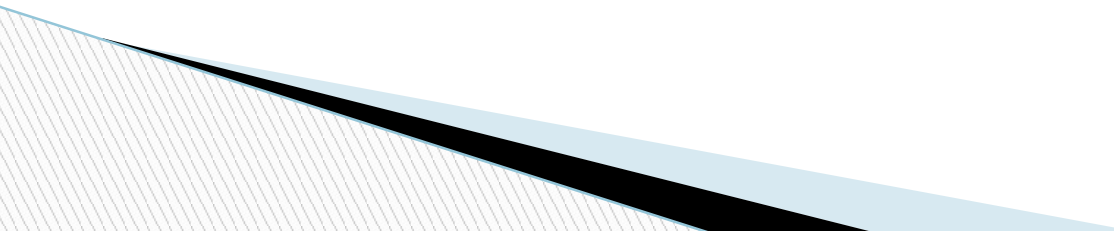
*Мутить фишки* – выполнять сложные элементы.

*Мутить акру* – выполнять акробатические элементы.

*Окружность за оперой* – место для тренировок за театром оперы и балета в Красноярске.

*Тренить базу* – отрабатывать базовые элементы.

## И напоследок несколько заповедей Давида Белля

- Без тренировок крылья не вырастут.
  - Перед тем как летать, научись приземляться.
  - Для полета голова важнее крыльев.
  - Весь мир – твоя тренировочная база.
  - Вертикаль принимает только подготовленных.
- 

Спасибо за внимание!

