

Parkour in Wien.

Über Bewegungskünstler und die Angewohnheit über Mauern zu springen.

1. Einleitung.....	Seite 6
2. Was ist Parkour?	Seite 8
2.1.: Die Entstehung von Parkour	
2.2.: Die Rolle von Performance und Medien.	
2.3.: Parkour vs. Freerunning.	
2.4.: Die Organisation von Parkour-Vienna.	
2.5.: Training für Mädchen und Frauen.	
3. Warum Parkour?.....	Seite 18
3.1.: Was begeistert die Menschen an Parkour?	
3.2.: In der Praxis: Zu Trainingsaufwand, Verletzungen und Zielen.	
3.3.: Die Bedeutung der Community.	
3.4.: Ist Parkour Lebenseinstellung oder Sport?	
3.5.: Ist Parkour eine Gegenbewegung?	
4. Parkour als Bewegungspraxis in der Stadt.	Seite 32
4.1.: Die Beziehung der Parkour-Community zu ihrer (Stadt-)Umgebung.	
4.2.: Warte mal, da war doch irgendwo eine Mauer...	
Wie Parkour die Wahrnehmung der Stadt verändert.	
4.3.: Geschichten. Der Einfluss von Parkour auf den Alltag der Menschen.	
5. Zusammenfassung.....	Seite 42
6. Literatur.....	Seite 44



Abb. 1



Abb. 2



Abb. 3



Abb. 4

1. Einleitung

„Sie rennen an, stoßen sich mit einem Fuß von den steinernen Böcken ab, die die Begrenzung zum Fußgängerweg bilden, nehmen die Arme nach vorn, während ihre Körper für den Bruchteil eines Moments in der Luft zu verharren scheinen, um sich zu orientieren, bevor sich ihre Hände in die Kante einer Mauer krallen, und ihre Turnschuhe den Schwung des Aufpralls abfangen.“

*Gekonnt ziehen sie sich empor, die Hände in den Stein gedrückt, und machen den Weg frei für den Nächsten, den sie aufmerksam beobachten. [...] in unmittelbarer Umgebung wird mit Anlauf auf dem Hosenboden auf massiven, überdimensionalen Rutschen entlang geschlittert, an Haltestangen an Treppen wird affengleich hinauf balanciert, Container werden im Hocksprung hinter sich gelassen, Parkbänke mit weit gestreckten Beinen bewältigt [...]*¹

Diese Beschreibung stammt von Alexander Lauschke, der mit „*Parkour. Subversive Choreographien des Urbanen*“, eine erste umfassende kulturwissenschaftliche Studie über Parkour veröffentlicht hat. Obwohl es eine relativ junge Bewegung ist, findet man schon Texte darüber aus unterschiedlichsten Forschungsrichtungen wie Sportwissenschaft, Spieltheorie, Stadtforschung oder Jugendkultur.

Als Sozial- und Kulturanthropologin interessieren mich die Menschen und ihr Umfeld, das durch ihr Handeln, ihre Beziehungen, und –in diesem Fall- ihre Bewegungen, um sie herum entsteht. Deshalb stellte sich mir die Frage, wie funktioniert Parkour abseits der spektakulären Videos, die es bekannt gemacht haben? Und weiter: Gibt es ‚normale‘ Menschen, die sich in ihrer Freizeit treffen, um sich mehr oder weniger gekonnt, ‚anders‘ durch die Stadt zu bewegen? Entsprechen Begriffe wie Jugendkultur, Extremsport, oder Gegenbewegung, die oft mit Parkour in Verbindung gebracht werden, der Realität? Wie praktizieren die Menschen Parkour, welchen Stellenwert hat es in ihrem Leben? Wie verändert es die Beziehung zur, und die Wahrnehmung der Stadt, in der es praktiziert wird?

Meine Herangehensweise ist kulturrelativistisch geprägt, das bedeutet sich anzusehen, wie die Realität der Menschen in verschiedenen Bedeutungs- und Interpretationsebenen entsteht und funktioniert.

Die theoretischen Ansätze hinter der Arbeit stammen zum großen Teil aus der ‚Anthropologie des Gehens‘, wo der Mensch in Bewegung im Zentrum der Forschung steht.² Wir verstehen das Gehen als fundamentale (Alltags-)Praxis des sozialen Lebens, als in der Bewegung inhärente, kontaktoffene Auseinandersetzung mit dem Selbst und der Umwelt. In den Routen und der Mobilität Anderer sind Zeit, Gesellschaft, Kultur, Geschlecht, Alter, ethnische und nationale Zugehörigkeit eingeschrieben.

Zu Gehen, so wie auch andere Arten sich zu bewegen, können mit Sprache und ihren spezifischen Dialekten und Ausdrücken verglichen werden. Es sagt etwas über die Identität und die Umstände der ‚Sprechenden‘ aus. Gehen, und andere Arten sich zu bewegen, sind Möglichkeiten der Menschen, sich in der Welt zu repräsentieren. Es drückt aus wer man ist, mit welcher Motivation und Energie man sich bewegt, und unter welchen Bedingungen: „*every walk articulates a specific type of energy and emotion*“³. J.

¹ Lausche 2010: 9

² Siehe u.A.: Lee Jo, Ingold Tim 2006: *Fieldwork on Foot: Perceiving, Routing, Socializing*.

³ J. Amato 2004: 2f

Amato schreibt in seiner *Geschichte des Gehens*: „Walking provides a platform and engine for our locomotion. It is our first way to move across, to survey, and to take possession of the earth.“⁴

Im Sinne von Parkour lässt sich diese Aussage ergänzen durch die Frage: Ist es uns nicht von klein auf ein Bedürfnis gewesen, auf jeden Hügel zu klettern, und zu erforschen was sich hinter jeder Mauer verbirgt?

In einer empirischen Arbeit steht die qualitative Datenerhebung, in diesem Fall durch halbstrukturierte Interviews, im Vordergrund. Meine Interviewpartnerinnen waren Personen zwischen 18 und 45 Jahren, die mit Parkour-Vienna trainieren. Ich habe mich auf diese Community beschränkt, da Parkour-Vienna nicht nur das größte Forum für Parkour in Österreich ist, sondern als Organisationsplattform selbst eine interessante Entwicklung genommen hat. Diese Arbeit darf also nicht als Überblick über die Parkour-Szene von Wien, und auch nicht als Vergleich unterschiedlicher Parkour-Communities oder Gruppen, verstanden werden.

Parkour ist in Bewegung. Es gibt keine strukturierenden Regelwerke oder Vereine wie bei den meisten anderen Sportarten. Oft finden sich von Community zu Community, und zwischen einzelnen Personen, unterschiedlichste Meinungen zu Allem, was mit Parkour zu tun hat. Deswegen verstehe ich diese Arbeit als Momentaufnahme, in der die Traceure und Traceusen, die zu Wort kommen, ein Bild von Parkour im Allgemeinen und in Wien, zeichnen. Viele Interviewpassagen direkt in den Text zu übernehmen erschien mir am besten geeignet, um die Ergebnisse, und genau die Aspekte, welche die Menschen an Parkour faszinieren, zu repräsentieren. Diese Art einen Text zu konstruieren entspricht für mich auch dem Forschungsgegenstand selbst: Der Direktheit, Flexibilität, und Freiheit von Parkour.

2. Was ist Parkour?

Es ist das natürlichste was man mit seinem Körper machen kann, man braucht keine Ausrüstung dafür; man braucht nicht extra zu einer Sportstätte hin zu fahren. Die ganzen Kids auf einem Kinderspielplatz die machen nichts anderes. Die laufen, springen, klettern am Baum rauf und springen runter, und heute haben wir das verlernt. Es ist das natürlichste auf der Welt, herum zu springen und herumzutollen, und nichts anderes machen wir eigentlich. Wir holen uns diese Ur-Form der Bewegung wieder zurück.“⁵

2.1.: Die Entstehung von Parkour

⁴ Ebd.: 275

⁵Thomas Stoklasa, Begründer von „Parkour-Vienna“, Wien: März 2013

Parkour entstand in den späten 1980er Jahren im Pariser Vorort Lisses. David Belle, der Begründer von Parkour, übertrug die von Belle's Vater im französischen Militär praktizierte *méthode naturelle*⁶, spielerisch auf den städtischen Raum. Bei der *methode naturelle*, nach Georges Hébert auch Hébertisme genannt, geht es um die Fähigkeit, sich in schwierigem Terrain möglichst schnell und effektiv zu bewegen. Voraussetzung dafür ist intensives körperliches und geistiges Training. Raymond Belle, der Vater von David Belle, war Kindersoldat der französischen Armee in Indochina. Aufgrund seiner dort erworbenen Dynamik und Kraft wurde er in Frankreich zum *sapeur pompier*, zum Elitefeuerwehrmann in Paris.

Parkour ist die Kunst der effizienten Fortbewegung, so schnell und elegant wie möglich von Punkt A zu Punkt B zu kommen. Das darf man sich aber nicht so vorstellen: Ich nehme eine Karte und mache eine Linie zwischen A und B, und wenn ein Hochhaus dazwischen ist, klettere ich da drüber, das stimmt so nicht, das ist typisches Medienblabla. Parkour trainiert man auf einem Spot, man trainiert seine Bewegungen, man schaut, dass man sie optimiert, perfektioniert, dass man immer sicherer damit wird.

Es ist geboren worden aus der Idee sich in Extremsituationen zurechtzufinden. Z.B. jemand will mich ausrauben, dann kann ich flüchten, oder es bricht ein Feuer aus, in der Nachbarwohnung, und ich muss jemanden retten, oder in irgendeiner anderen Situation helfen. Das sind die Grundgedanken von Parkour, dass ich mich aufbaue, dass ich meine Hindernisse auch im Kopf überwinde, und in solchen Situationen richtig reagieren kann. Und mir und andern helfen kann.⁷

Das Wort Parkour ist eine Ableitung aus dem französischen Wort *parcours*, was soviel bedeutet wie Route, Reise, der Verlauf eines Flusses oder einer Rennstrecke. Der Traceur/die Traceuse, ist eine Zeichnerin neuer Wege oder Routenfinderin „Traceur hat die Bedeutung, dass ich meinen eigenen Weg mache, meinen eigenen Weg gehe und mir keine anderen Wege vorgeben lasse.“⁸

⁶ Eine von Georges Hébert entwickelte Form des körperlichen und geistigen Trainings, bei welcher der eigene Körper in unterschiedlichen Disziplinen sowohl in der Natur als auch, in der Abwandlung von Hébert, auf künstlich angelegten Hindernisparcours trainiert wird. Wichtig ist, athletische Fähigkeiten mit Hilfsbereitschaft, Selbstlosigkeit und Tapferkeit zu vereinbaren. Dies spiegelt sich auch in der Devise der *Méthode Naturelle* wider, welche besagt: „Être fort pour être utile“ („Stark sein, um nützlich zu sein“). Das Training besteht aus den Bewegungsarten Resistenz, Kraft, Geschwindigkeit und Explosivität, Laufen, Springen, Klettern, Heben, Werfen, Balancieren, Selbstverteidigung, Schwimmen, und Bewegung auf allen Vieren.

⁷ Thomas Stoklasa, Begründer von „Parkour-Vienna“, Wien: März 2013

⁸ Ebd.

Der *Flow* spielt dabei eine wichtige Rolle. Ein Sprung ist niemals das Ende einer Aktion, weiterzudenken, den nächsten Zug schon im Auge zu haben, ist bedeutend für das Gesamte. *Flow* bedeutet für den Traceur/die Traceuse die ‚Freiheit der Bewegung‘, und auch, dass es manchmal besser ist eine schmalere Lücke mit Eleganz zu meistern, anstatt eine große Lücke auf unbeholfene, aggressive Art.⁹ Zur genauen Begriffsdefinition kann man auf der Homepage von Parkour-Vienna lesen:

*„Wenn jemand **Parkour ausübt**, übt er/sie Parkour aus... er/sie parkourt/parkoured/parkurt nicht.*

*Mehrere Traceure, nennen sich **Traceure** (ausgesprochen "Trassöre") und nicht "Traceurs" Ein Ort an dem Traceure gerne Parkour ausüben, nennt sich "**Spot**". Unsere Bewegungen heißen "**Bewegungen**"/"**Techniken**" und nicht Tricks. Eine "**Mission**" (englisch) ist zumeist eine Kletteraufgabe, wo über längere Strecken nicht der Boden berührt werden darf. Ein "**Run**" bezeichnet die Aneinanderkettung mehrerer Bewegungen zu einem flüssigen Bewegungsablauf. Falls einem das Wort "Traceur" zu französisch klingt, der kann uns auch "**Parkour-Athleten**" nennen, aber bitte nicht Parkour-Artisten... es handelt sich nämlich um keinen Zirkus .*

***Freerunning, Free-Running:** Sozusagen Parkour mit akrobatischen und anderen ineffizienten Bewegungen. Dies wird vermehrt bei Shows und anderen Events verwendet, wo es nicht um die effiziente Bewegung geht.“¹⁰*

Der Traceur/die Traceuse versteht sich als Finderin von Routen durch die Stadt. Die Bewegungen des Parkour entstehen durch rennen, klettern, springen und dem gekonnten Fallen und Landen des Traceurs/ der Traceuse. Aber auch das Laufen ist ein Aspekt von Parkour, welcher in der medialen Darstellung oft untergeht.

Man könnte sich die Frage stellen, wenn es um den Fluchtgedanken geht, ist es dann nicht sinnvoller, Rennen zu lernen als Parkour? Denn rennen kann man überall, Parkour kann man nicht überall machen. Aber dem stimme ich nicht zu, denn Parkour kann man auch überall machen. Abgesehen davon finde ich, die meisten Leute trainieren falsch, denn ein Traceur sollte auch rennen können, nicht nur über Hindernisse springen, rennen ist für mich ein Teil von Parkour. Vor allem aus dem Kontext der Méthode Naturelle und deren Bewegungsspektrum, finde ich, dass dieser wichtige Teil vernachlässigt wird, für mich ist Parkour nicht: Kannst du einen Backflip machen?¹¹

⁹ Laughlin 2004: 1f.

¹⁰ <http://www.parkour-vienna.at/content.html/post/parkour-artikel/parkour-und-nicht-parcour-parcours-parcoursing-parkouring-parkuhr-freerunning>

¹¹ Bei den eingerückten, kursiven Textstellen handelt es sich um Aussagen von Traceuren und Traceusen im Rahmen meiner Interviews in Wien von März bis Mai 2013

Oft wird Parkour als Freizeitsport, Funsport, Risikosport, Trendsport oder Extremsport bezeichnet. Dabei ist Parkour kein Extremsport an sich, dieses Image entsteht hauptsächlich durch die ‚extreme‘ Inszenierung in den Medien.

Extremsport, Trendsport, das sind so die typischen Begriffe die mit Parkour verbunden werden. Ich sage jetzt mal, wenn das irgendwo verwendet wird, damit hab ich kein großes Problem, für mich ist es nicht so extrem, für mich ist es nicht so trendy, wie für andere. Mir ist nur wichtig, dass der Parkour- und der Freerunning Aspekt ein bisschen differenziert werden, denn wenn ich über Football und Rugby rede, dann würde ich auch wissen, was das eine und was das andere ist.

Im Gegensatz zum Extremsport kann Parkour aber überall und von jedem praktiziert werden. Ein Großteil der Community will Parkour ohnehin nicht als Sport verstanden haben, denn Sport wird definiert durch Wettkampf und Regeln.

Parkour grenzt sich, durch das Fehlen von objektiven Bewertungskriterien, Wettkampfcharakter und begrenzten Handlungsräumen wie Stadien oder Turnhallen vom Begriff Sport ab. Obwohl viele ihr Hobby nur draußen praktizieren, gibt es in Wien inzwischen schon eine Halle, die von einigen Mitgliedern der Community organisiert wird. Vor allem im Winter wird dieses Angebot von einigen gern in Anspruch genommen, um im Trockenen zu trainieren. Es gibt auch Kurse im Angebot des Sportzentrums der Universität Wien, die zwar von ‚Freerunnern‘ organisiert, aber auch von Traceuren und Traceusen besucht werden.

2.2.: Die Rolle von Performance und Medien.

Parkour ist beeindruckend. Der performative Aspekt von Parkour prädestiniert es dazu, medial umgesetzt oder vermarktet zu werden.

Nach A. Lauschke ist die Entwicklung von Parkour eng mit dessen medialer Präsenz verbunden, durch die sie es sich ein zweites Mal erfunden hat. Für ihn ist Parkour nicht nur eine spektakuläre Praxis, sondern vielmehr eine Praxis des Spektakulären, entstanden in einem „medialen Visualisierungs- und Informationszeitalter“.¹²

Parkour lebt, neben den anderen Aspekten, auch von der Darstellung und Aufführung. Der performative Charakter ist Parkour inhärent, vor allem, wenn man es nicht als Sport sondern als Bewegungskunst und ästhetisches Handeln begreift. Laughlin vergleicht die Aktionen der Traceure mit denen von Graffiti, welche die Aufmerksamkeit des

¹² Lauschke 2010: Kap.1

Passanten erwecken, und ihn für einen kurzen Moment dazu veranlassen, den Blick zu wenden.¹³ Dieser Aspekt trifft allerdings nur auf einen kleinen Anteil von Traceuren zu, die ihr Können zur Schau stellen, oder auch professionell damit arbeiten. Das kann man durchaus mit anderen professionellen Sportlerinnen vergleichen, die in unterschiedlichen Funktionen in den Medien präsent sind. Aber abgesehen davon, dass eine ästhetische Darstellung von Parkour ein Level an Training und Erfahrung erfordert, das die meisten Traceure und Traceusen einfach nicht haben, stehen der Spaß an der Bewegung und die persönliche Weiterentwicklung im Vordergrund.

Ja, es wird sehr viel inszeniert von den Medien, aber man muss auch beachten, wenn so was kommt in den Medien, z.B. in Actionfilmen, Spielen, sonstigen Videos, dann sind das zwar extrem inszenierte Sachen, aber auch Leute die schon seit 10, 15, 20 Jahren trainieren. Die sind auf einem Level unterwegs, das ziemlich hoch ist, und das ist auch fast schon ‚übermenschlich‘, was die können. Wenn das dann auch noch gut inszeniert, und gut geschnitten ist, natürlich auch mit ein paar Spielereien wie Kabelsicherungen, dann finde ich das schon ok. Es ist inszeniert, klar, aber man merkt auch, dass da Leistungen sind, die ein Stuntman nicht bringen könnte. Niemand ist daran interessiert im Fernsehen jemand zu sehen der die erste Woche trainiert und herumstolpert. Vieles wird von den Medien halt überspitzt mit der Einstellung: Wir machen das jetzt noch extremer und noch gefährlicher. Zum Beispiel so Sachen wie: Wer ist schneller, ein Traceur oder ein Auto? Das wird dann so geschnitten, als ob es real wäre, obwohl dem Traceur nach zehn Minuten die Puste ausgegangen wäre. Das ist nett für eine Fernsehsendung, aber wenn du dich mit Parkour beschäftigst, weißt du, was das eigentlich für ein Blödsinn ist. Es ist halt fernsehen, was ist schon ein Lebensabbild. Aber grundsätzlich stehe ich diesen Dingen positiv gegenüber, die haben Parkour sehr viel weitergebracht, auch im öffentlichen Bewusstsein, die Leute wissen jetzt, ah Parkour, das ist das was da im James Bond vorkommt. Auch wenn es komplett überzeichnet ist, wenn der von Kran zu Kran springt, die Leute wissen jetzt zumindest etwas damit anzufangen. Das ist ein großer Vorteil für die Leute die das draußen wirklich trainieren.“¹⁴

2.3.: Parkour vs. Freerunning.

¹³ S. Laughlin 2004: 3, 67.

¹⁴ Thomas Stoklasa, Begründer von „Parkour-Vienna“, Wien: März 2013

Freerunning hat sich irgendwann aus Parkour herausentwickelt, und da geht es nur um die akrobatischen Elemente: Um Flips, um Saltos, um Show. Red Bull macht zum Beispiel den Freerunning Wettbewerb Out of Motion. Da geht es darum Flips vor 10 000 Leuten zu ziehen, und dafür gibt's Punkte. Im Parkour gibt's keinen Wettkampf, im Freerunning gibt es Wettkampf. Aber aus Parkour-Sicht wirst du dabei zu Sachen gedrängt, für die du nicht bereit bist. Dann stehst du vor vielen Leuten, bist nervös, und du denkst, dass du noch irgendwas ausprobieren musst, wofür du noch nicht bereit bist, damit du doch noch gewinnst, und dann brichst du dir was. Es gibt oft Verletzungen bei solchen Wettbewerben.

Sebastián Foucan hat in Folge der Entwicklung seinen eigenen Ableger der Disziplin namens Free Running gegründet. Nach A. Lauschke hat Foucan sein Produkt Free Running in ein kommerzielles Produkt verwandelt, und die Disziplin somit in Richtung Versportlichung, Formalisierung und Verregelung geführt. David Belle hingegen habe sich mit Parkour der Kommerzialisierung zu widersetzen versucht.¹⁵

Die Trennung von Kommerzialisierung und Bewegung als Philosophie ist allerdings nicht so einfach auf Freerunning und Parkour anzuwenden.

Sebastien Foucan hat mit dem Begriff "Free Running" eine Bewegungsform erschaffen, welche von Einigen, durch Firmen wie Urban Freeflow (gegründet von Paul 'ez' Corkery), mit rein kommerziellem Fokus verfolgt wurde.

Auch David Belle hat Parkour vermarktet, seine ersten Videos, die an die Öffentlichkeit geraten sind, waren zum Beispiel Demoverionen für Hollywood-Produktionen wie *Spider-Man*.

Auf der Homepage von Parkour Vienna gibt es einen Bereich für professionelle Anfragen für Fotoshootings und Videodrehs. Parkour wird also durchaus auch *gesehen*, in diesem Sinne.

Den meisten der Traceure und Traceusen in Wien ist es wichtig zu betonen, dass sie nicht Free Running machen, sondern Parkour, sie trainieren aber trotzdem Bewegungen aus Freerunning oder Freestyle. es wird vor allem als Möglichkeit wahrgenommen, das eigene Bewegungsspektrum zu erweitern und zu verbessern. Beim wöchentlichen, offenen Forum-Meeting von Parkour-Vienna trainieren auch Personen die sonst eher mit der Freerunning Szene unterwegs sind. Auch das Hallentraining, das von den ‚Freerunnern‘ der APE Connection geleitet wird, wird von Parkour-Athletinnen besucht.

Ich mache jetzt Freerunning seit drei bis vier Jahren, so ein bisschen herumflippen, aber ich bin nie wirklich warm damit geworden. Mich hat der

¹⁵ Lauschke 2010: 55

Parkour-Aspekt mehr interessiert als der Freerunning Aspekt. Was ich z.B. interessant daran finde ist, wenn ich Rotationen in der Luft mache mit mehreren Flipbewegungen, dann hilft mir das im Parkour wenn ich stürze, um wie eine Katze wieder auf den Füßen zu landen. Die Rotationen bringen mehr Gefühl, um in Extremsituationen sicher landen zu können, das ist der Vorteil den ich daraus gewinne. Weil ich steh nicht so drauf eine Show abzuziehen, ich brauche niemanden zu beeindrucken.

Wie ich die zwei Wörter interpretiere, das ist ein bisschen kompliziert zu erklären, denn Parkour bedeutet ja, dich effizient von A nach B zu bewegen. Freerunning ist ähnlich wie Tanzen, da repräsentierst du etwas, du musst versuchen deine Message und deinen Stil irgendwie rüberzubringen. ‚Parkour, literally‘¹⁶ wird immer als Beispiel hergenommen für Parkour in seiner ursprünglichen Form. Aber gerade ‚Parkour, literally‘ ist zwar Parkour in purer Form, aber dadurch dass sie sagen, was Parkour ist, und wie es sein sollte, gibt es wieder eine Message, die repräsentiert wird. Deswegen ist es in diesem Sinne auch nicht wirklich Parkour für mich, weil es eben nicht darum geht, etwas zu repräsentieren.

Es gibt wie überall Gruppierungen, die Einen machen mehr Das, die Anderen mehr Jenes, die Einen haben die Meinung, die Anderen eine Andere. Vor einigen Jahren war es schlimmer, da waren die Gruppierungen noch total zerstritten untereinander; inzwischen sind wir alle ein bisschen älter und reifer, und wissen, dass wir alle am selben Strang ziehen, egal ob einer mehr Parkour macht oder mehr Freerunning, es funktioniert jetzt einfach besser.

2.4. Die Organisation von Parkour Vienna

Parkour-Vienna ist eine Online-Community, die von Thomas Stoklasa 2006 gegründet wurde und inzwischen um die 2000 angemeldete Mitglieder¹⁷ zählt. Auf der Homepage gibt es einen Bereich für die Community, wo Traceure und Traceusen ein Forum, eine Spot-Map, und den Meeting-Kalender finden. Daneben gibt es den Parkour-Info Bereich, und den Professional-Bereich, für Medienarbeit, Workshops und der Möglichkeit, Traceure/Traceusen professionell zu ‚buchen‘. Die Community ist auch eine

¹⁶ Französische Parkour-Community, s.a.: <http://www.parkour-literally.com/>

¹⁷ Allerdings handelt es sich dabei um registrierungen im Forum, die Anzahl der Menschen, die Parkour in Wien über längere Zeit trainieren ist im Bergleich dazu relativ gering. Es handelt sich dabei laut Tom Stoklasa um hundertfünfzig bis zweihundert Personen.

Diskussionsplattform, wo alle möglichen Themen oder Probleme besprochen werden können.

Die Homepage ist gegründet worden, damit du ein Tool hast, damit Leute, die sich dafür interessieren, einen sicheren Einstieg haben, in die ganze Parkour-Thematik, egal ob du selber anfangen willst, oder ob du dich nur informieren willst.

Wir haben auch eine kleine Gruppe gegründet, die heißt 'Connectthe Community', das ist eine Gruppe von acht bis zehn sehr erfahrenen Personen aus Wien und Umgebung, die sich ein Mal im Monat treffen und verschiedene Themen besprechen. Dabei teilen wir uns in Arbeitsgruppen auf, um Flyer zu erstellen, oder um Forum-Meetings, Workshops, oder Treffen mit öffentlichen Stellen zu organisieren. Wir versuchen die Community und deren Interessen in diesen administrativen Sachen zu vertreten, oder auch ein bisschen Input zu bringen, wenn ein neuer Park gebaut wird, damit Parkour-Hindernisse eingeplant werden. Dazu kommt Öffentlichkeitsarbeit, Werbedrehs, Fotoshootings, etcetera. Inzwischen ist das Ganze schon recht groß.¹⁸

Oft haben wir das Thema angesprochen: Warum nicht einen Verein gründen, und das Ganze anders strukturieren? Ich wollte das nie, ich bin immer ein Gegner davon gewesen. Wenn man einen Verein startet, braucht man einen Obmann, einen Stellvertreter, einen Kassensführer. Jeder hat eine Rolle und das bedeutet auch, dass es Probleme gibt wenn einer diese einmal nicht erfüllen kann, oder keine Lust hat. Es wird einfach alles zu strukturiert. Was ich an Parkour so liebe, ist, dass es frei ist, es ist flexibel, du hast alle Möglichkeiten, und sobald du das in eine Struktur zu pressen versuchst, wird es für mich den Reiz verlieren. Deswegen versuche ich es einfach zu unterstützen, so weit ich kann. Viele versuchen Geld daraus zu schlagen, oder davon zu leben, aber das interessiert mich auch nicht. Ich bin froh dass ich meinen Job habe, und auch bei Parkour sagen kann, nein Leute, das interessiert mich nicht, das will ich nicht machen, weil das passt einfach nicht für mich, und ich mach lieber was anderes.

Es funktioniert aus meiner Sicht sehr gut. Ich habe schon gesehen dass es bei Vereinen nur um Gewinnmaximierung geht. Dann wird pro Training 8 Euro verlangt, und die machen die Trainings irgendwie, weil es geht ja nur mehr darum, dass das Geld hereinkommt, und nicht um die Qualität. Ich mache es lieber umgekehrt, ich biete es gratis an, und ich möchte das gut machen, aber

¹⁸ Ebd.

wenn es die Leute nicht interessiert, dann werde ich nicht viel Arbeit hineinstecken. Denn ich mach das ganze freiwillig, und eigentlich solltest du froh darüber sein, jetzt überspitzt gesagt, dass ich dir das gratis zeige. Deswegen funktioniert das auf einer gewissen Ebene von Respekt sehr gut, und die Leute schätzen es, dass erfahrenen Traceure ihnen etwas zeigen, sie nehmen das als tolle Möglichkeit wahr.“¹⁹

An die alten Hasen von CtC kannst du dich auch wenden, wenn es Probleme gibt, wenn jemand negativ auffällt, es ist einfach ein Sprachrohr der Community. Und ich glaube es gehört sehr viel Dank diesen Leuten. Ich hab großen Respekt davor, wie die das alles organisiert, und auf die Beine gestellt haben.

Parkour-Vienna organisiert jede Woche ein Forum Meeting, das von Interessierten gratis besucht werden kann, und von Traceuren/Traceusen mit langjähriger Erfahrung geleitet wird. Dafür treffen sich alle am Sonntagnachmittag am Schwedenplatz, und es wird gemeinsam entschieden, wo trainiert wird. Jeden Donnerstagabend findet zusätzlich ein Krafttraining (Evening Madness) statt, das auch von Mitgliedern geleitet wird. Meistens von Personen die schon länger dabei sind, aber auch von relativ neuen Mitgliedern, die sich gerne einmal in der Community einbringen.

Das Forum-Meeting ist zentral, da haben wir zusammengefunden, um jedes Mal erfahrene Leute dabei zu haben. Damit sie mit den Leuten gemeinsam aufwärmen, ihnen die ersten Bewegungen zeigen können.

Im Forum Meeting tauchen so zwischen 30 und 70 Leute auf, aber ich glaube, diesen Sommer können wir die Hundert-Marke knacken. Es wird dann schwierig, weil du Spots auswählen musst, die eine Menge an Menschen vertragen, und alle in Ruhe trainieren können, ohne sich im Weg zu stehen. Das ist gar nicht mehr so einfach, in den letzten Jahren ist es exponentiell angestiegen.

Mein Ziel ist auch nicht, dass so Viele wie möglich mit Parkour anfangen, sondern dass die, die bleiben, einen sicheren Einstieg haben, und Leute kennen lernen, mit denen sie dann trainieren können. Ich möchte keine Werbung für Parkour machen, sondern ich möchte, dass die Leute, die anfangen, gute Voraussetzungen haben, um Parkour zu trainieren, und nicht in einer Stadt leben, wo es Parkour-Verbote gibt, oder die Stadtbevölkerung total dagegen ist.

¹⁹ Thomas Stoklasa, Begründer von „Parkour-Vienna“, Wien: März 2013

Und natürlich gibt es anstrengende Leute, aber wenn jemand ein Erfolgserlebnis hat, dann freust du dich mit. Wenn jemand hart arbeitet und irgendwann schafft er es, dann freue ich mich natürlich selbst. Es ist schön, wenn Leute hartnäckig daran arbeiten, und man sieht, dass sie es wollen. Die Leute die es ausprobieren und dann sein lassen, die sind mir ohnehin egal. Dann denk ich mir: Warum probierst es überhaupt, wenn du keine Hartnäckigkeit hast, dann brauchst du gar nicht anzufangen.“²⁰

2.5.: Training für Mädchen und Frauen

Beim der ersten Evening Madness ist mir aufgefallen, dass hauptsächlich junge Frauen um die 20 anwesend waren. Es war zwar erst Anfang März, und der Boden noch dem entsprechend eisig, weshalb insgesamt nur zwölf oder dreizehn Personen erschienen sind. Aber dass zwei Drittel davon Mädchen waren, hatte ich nicht erwartet gehabt.

Der Anteil von Frauen und Männern, die bei Parkour-Vienna trainieren, ist fast ausgeglichen. Vor sieben bis acht Jahren, als Parkour in Wien gestartet hat, kam noch ein Mädchen auf zwanzig Burschen. Inzwischen ist der Anteil von Mädchen und Frauen sogar einer der höchsten im internationalen Vergleich.²¹

Neben den persönlichen Motiven mit Parkour zu beginnen, die unabhängig von Geschlecht und Alter ähnlich sind, werden von Parkour-Vienna immer wieder spezielle Workshops und Trainingscamps für Mädchen angeboten. Das Ziel ist, den Mädchen/Frauen ein Trainingsumfeld zu bieten, das den körperlichen Voraussetzungen von Frauen angepasst ist.

Dabei geht es allerdings nicht darum komplett getrennte Trainings zu etablieren, da das gemeinsame Forum-Meeting ein Treffpunkt für alle ist. Die Angebote für Mädchen sind vielmehr dafür gedacht, den Einstieg zu erleichtern, und Kontakte zu knüpfen.

Ich habe jetzt schon viele Jahre Erfahrung im Training mit Burschen und Mädels, und meine Erfahrung ist, wenn ein Bursche und ein Mädchen gleichzeitig anfangen, dass die Burschen einfach schneller Fortschritte machen, durch die natürliche Begebenheit, dass Burschen einfach mehr Muskelmasse haben als Mädels., Das Mädels schaut sich die an und denkt sich, warum schaff ich das noch nicht, ich habe doch genau am selben Tag angefangen? Das ist manchmal ein Rückschlag, wenn sie denken, ich strenge mich genauso an, aber er schafft das einfach schneller. Und gerade bei Parkour ist es wichtig, dass man schnell Erfolgserlebnisse hat.“²²

²⁰ Ebd.

²¹ Tom

²² Thomas Stoklasa, Begründer von „Parkour-Vienna“, Wien: März 2013

Die speziellen Angebote für Mädchen erleichtern den Einstieg, da das Training strukturierter und mehr geleitet ist, als das freie Training beim Forum-Meeting. Die Mädchen schätzen auch, dass es auf ihre Kraft und Geschwindigkeit eingeht. Es wird als unterstützend und motivierend wahrgenommen, zu sehen, dass man als Mädchen zwar ein andres ‚Level‘ hat, das aber nicht niedriger ist, sondern nur eine andere Herangehensweise.

Die meisten meiner Interviewpartnerinnen denken, dass Mädchen mehr dazu tendieren, an sich zu zweifeln, und generell schneller zögern. Daher wird es als hilfreich empfunden, zu sehen, dass es anderen ähnlich geht. Allerdings meinte keines der Mädchen, dass das getrennte Training ein Muss ist, da man sich im am Ende ohnehin nicht an anderen messen sollte, und deshalb auch nicht an männlichen Kollegen. Und obwohl das strukturierte Training in der Halle eine willkommenen Abwechslung ist – vor allem im Winter- ist für alle Mädchen wichtiger, dass man sich beim Forum-Meeting gegenseitig motiviert und hilft, und dass man von der Erfahrung der langjährigen Traceure und Traceusen profitieren kann.

Ich habe nicht das Bedürfnis, aber ich weiß, dass es auch einige Mädels gibt, die Hemmungen haben mit Männern zu trainieren, denen das peinlich ist, oder die Angst haben, schlecht zu sein. Man merkt schon, dass es für einige den Einstieg leichter macht. Von dem her sehe ich eine Daseinsberechtigung für getrenntes Training, aber ich denke es würde auch ohne gehen.

Wenn ich mit Männern trainiere ist es aber so, dass ich besser bin, und mehr schaffe. Die sagen: Du kannst das, das schaffst du. Dadurch, dass sie selber stärker sind, stellen sie einfach größere Anforderungen, und man holt dann auch mehr aus sich heraus.

3.: Warum Parkour?

Ich glaub ich hab's mir gar nicht wirklich ausgesucht, es war einfach so ein geiles Gefühl, dass ich nicht mehr aufhören konnte. Du bewegst dich, du bist mit anderen Zusammen, du bist an der frischen Luft, das alles zusammen ist einfach die ultimative Glücksdroge für mich.

Es ist ähnlich wie ein Tunnelblick, es ist nicht nur die Mauer an sich, ich bin mehr ich selbst, meinem Körper komplett gewahr, ich weiß wo sich jedes

Körperteil befindet. Aber auch die Umgebung ist ein Teil davon. Ich könnte sagen, die Mauer ist ein Teil von mir, in dem Moment wo ich sie berühre ist es so, ich weiß genau was passiert, bevor die Situation passiert. Es kann eigentlich nichts unvorhergesehenes passieren, selbst wenn du abrutschst, es ist nicht unvorhergesehen, sonder es fühlt sich so an als wäre es ein Teil davon, weil ich dann auch ganz genau weiß, was ich machen muss, damit ich mich wieder abfange. Du beherrscht die Situation, aber auch dich selbst und die Umgebung. Es ist schwer in Worte zu fassen. Der Kopf ist leer, du bist total fokussiert, du bist nicht mehr, die Menschen drum herum in der Stadt, die gibt's nicht mehr, du bist ein Teil von den Mauern und du bist komplett leer, der Fokus ist 100 Prozent da.

3.1.: Was begeistert die Menschen an Parkour?

Jede kennt die spektakulären Parkour-Szenen aus Actionfilmen wie James Bond, aus Werbevideos oder You Tube. Diese Bilder waren für die meisten Traceure und Traceusen der erste Kontakt mit Parkour. Für den Entschluss, mit Parkour anzufangen, und vor allem, dabei zu bleiben, waren sie aber nicht ausschlaggebend. Die von mir interviewten Personen waren auf der Suche nach einer neuen Herausforderung, einer Sportart, die mehr Abwechslung und ganzheitliches Training bringt. Parkour wird als effizienter und herausfordernder empfunden als andere ‚klassische‘ Sportarten. Ein großer Teil war schon vorher sportlich sehr aktiv, was die Hemmschwelle, etwas Neues auszuprobieren, senkt. Viele Parkour-Athletinnen klettern, sie trainieren Slackline, laufen, oder betreiben Kampfsport. Es werden also vor allem Sportarten ausgeübt, die ursprünglich auch im Bewegungsspektrum der Méthode Naturelle liegen.

Mit Parkour fordert man den ganzen Körper, trainiert Kraft, Geschwindigkeit und Ausdauer. Daneben gibt es aber auch die mentale Herausforderung, und die Notwendigkeit, sich immer wieder mit den eigenen Grenzen und Ängsten auseinanderzusetzen.

Die berühmte Blockade, du stehst vor einer Wand und traust dich einfach nicht drüber. Du musst halt so lange daran arbeiten, bis du dich traust. Man kann da wirklich an sich selber wachsen, bei jeder Aufgabe, das ist das Interessante an dem Sport. Es sagt etwas über mich selbst, wenn ich mich nicht traue einen Sprung zu machen, dann weiß ich, dass ich da mental an mir arbeiten muss. Man wird eigentlich wie in keinem anderen Sport so sehr mit den eigenen

Ängsten und Problemen konfrontiert, und lernt sich selbst so gut kennen wie im Parkour.

Beim Laufen kannst du ein bisschen schneller werden, aber du wirst nie so einen Muskelkater bekommen. Auch beim Radfahren kannst du über den nächsten höheren Berg kommen, aber du wirst nie mit dieser mentalen Blockade konfrontiert sein, wie es ist, wenn du vor einer Mauer stehst, über die du dich nicht traust.

Ich trainiere zwar im Wesentlichen, damit ich fitter bin. Aber wenn ich Springe, mache ich es nur wegen dem Sprung, und dem Gefühl das ich dabei habe, denn ich kenn das sonst von nirgends. Ich hab kurz Kampfsport gemacht, klettere noch, mache Méthode Naturelle, aber bei keinem hatte ich die Gefühle wie bei Parkour.

Es hängt auch nicht nur mit Kraft zusammen, es ist ein bisschen ähnlich wie Meditation, du schaffst Leere in deinem Kopf, und komplette Stille. Wenn ich so intensiv trainiere, findet das in vielen Lebensbereichen Fortsetzung. Es hilft zum Beispiel, die Konzentrationsfähigkeit zu stärken, durch die Wiederholungen im Training.

Parkour ist zeitlich und örtlich flexibel, es gibt keine fixen Kurszeiten, an denen man an einem bestimmten Ort sein muss. Und abgesehen von den goldenen Regeln nicht auf privatem Grund zu trainieren und niemanden zu belästigen, entscheidet jede selbst, sich wie, wo und wie lange zu bewegen. Durch diese Unstrukturiertheit wird Parkour als freier empfunden, als verschiedene andere Sportarten.

Ich finde Parkour geht über den Begriff Sport hinaus, denn es gibt keinen Wettbewerb und keine Regeln. Bei allen Sportarten ist es so, du darfst das machen, du darfst das nicht machen. Bei Parkour darfst du machen was du willst. Natürlich keinen Privatgrund betreten, aber eigentlich darfst du alles machen finde ich.

Neben der sportlichen Betätigung zählt für viele Traceure und Traceusen auch das Miteinander zu den wichtigsten Aspekten von Parkour. Zu dem Forum-Meeting am Sonntagnachmittag kann jede kommen, ohne sich anmelden zu müssen, und die Community ist bemüht, auch Anfängerinnen gleich zu integrieren, und in das Training einzubinden. Oft ist Parkour für Personen aus dem Ausland auch eine Möglichkeit, in Wien erste Kontakte zu knüpfen und Freunde zu finden.

3.2.: In der Praxis: Zu Trainingsaufwand, Verletzungen und Zielen

Die Leute glauben, dass sie in der ersten Woche gleich von Hausdach zu Hausdach springen, dass sie das wie in den Videos und Actionfilmen genauso machen können. Aber die Realität schaut anders aus, wenn sie das erste mal an einer Mauer hängen, merken sie, da ist ja doch Einiges dahinter, das ist ja gar nicht so easy.

Es gibt eine sehr hohe Fluktuation, also Viele, die es kurz ausprobieren, und dann bemerken, dass es doch zu schwierig ist. Das heißt es gibt sehr wenig Leute, die über Jahre dabei bleiben, und beim Forum-Meeting immer dabei sind, es ist eine Hand voll. Aber bei jedem Forum-Meeting sind fünf neue Leute dabei. Und von den fünf Neuen ist dann vielleicht einer beim nächsten Mal noch dabei.²³

Die von mir befragten Personen verbringen durchschnittlich 8-10 h in der Woche, also einen großen Teil ihrer Freizeit mit Parkour. Wenn man die Parkour-Athletinnen nach ihren Zielen fragt, sprechen sie meistens nicht von bestimmten Techniken die sie verbessern möchten oder von dieser oder jener Mauer von der man einen Absprung machen könnte. Parkour bedeutet einfach sich stetig – körperlich und mental – weiter zu entwickeln, für jede in ihrer persönlichen Geschwindigkeit.

Ich hab zu Zeit keine konkreten Ziele, ich genieße einfach die Bewegung, und ich taste mich immer wieder an Dinge heran, die ich lernen möchte, und auf die ich hinarbeite. Aber ich möchte nicht zwanghaft werden, ich muss nicht der beste Parkour-Läufer der Welt werden, aber ich möchte schon gern immer besser werden.

Es gibt keine festen Ziele für mich, manchmal sehe ich Sachen, wo ich denke, da möchte ich jetzt einen Sprung machen Auf der Donauinsel gibt es zum Beispiel eine Wand von der ich gerne einen Absprung machen würde, die Flugphase wird wahrscheinlich sehr schön. Aber ansonsten: Weitermachen, und merken, dass etwas vorangeht, und Spaß daran haben. Ich habe gemerkt, wenn ich einfach nur Spaß daran habe, dann mach ich es, und mach ich es, und werde automatisch besser. Es war bei mir am Anfang so, dass ich zur

²³ Thomas Stoklasa, Begründer von „Parkour-Vienna“, Wien: März 2013

Evening Madness immer wieder hin gegangen bin und mir gesagt hab, das zieh ich jetzt durch. Seit einem Dreiviertel Jahr kann sagen, ich hab soviel Kraft, dass ich hauptsächlich an der Technik selbst arbeite, und ich merke, jetzt geht alles so, wie ich mir das vorstelle. Natürlich brauche ich dann für einen weiteren Sprung wieder ein bisschen mehr Kraft, aber trotzdem bin ich jetzt soweit, dass ich sagen kann, das ist jetzt mehr eine Frage von Technik als von Kraft.

Das Verletzungsrisiko bei Parkour ist, sofern man verantwortungsvoll mit den eigenen Fähigkeiten und Grenzen umgeht, minimal. Der Traceur die Traceuse arbeitet nicht mit unkontrollierbarem, willkürlichem Naturraum, sondern mit der geplanten Struktur der Stadt. Die Bewegungen werden solange an unveränderlichen Elementen geübt, bis man sie perfekt beherrscht. Somit setzt man nicht wie beim Abenteuer – oder Extremsport sein Leben aufs Spiel.²⁴

Wenn du mit 32 einsteigst, bist du eh schon relativ alt, die meisten steigen so mit 16, 18 ein, wenn nicht sogar noch jünger. Ich bin ja ein Sportfanatiker, ich hab nicht jetzt mit 45 angefangen mich zu bewegen. Ich glaube es ist nie zu spät, mit Parkour anzufangen, natürlich muss man seine eigenen Grenzen kennen. Es gibt wohl Sachen beim Training, die ich nie machen werde, wenn das etwas mit dem Alter zu tun hat, dann, dass man anfängt weiter zu denken, man ist einfach vorsichtiger, wenn man an die Sachen herangeht. Weil man abzuschätzen lernt, was passieren könnte, deswegen lässt man einfach die Finger von manchen Sachen. Vielleicht nicht weil man es körperlich nicht schaffen würde, sondern man hat einfach den Respekt, und die Angst, dass man sich doch verletzt.

Über die Strasse zu gehen ist auch gefährlich. Es ist so gefährlich wie du es selbst machst. Im Fußball hast du elf Gegenspieler, die dir reinrutschen können, und dir dabei die Sehnen zerren. Dafür kannst du nichts, aber beim Parkour bist du für jede Verletzung selbst verantwortlich. Weil du jede Bewegung selbst ausführst. Du bringst dich in eine Situation mit der du umgehen können musst. Wenn du das nicht kannst, dann warst du nicht bereit dafür. Das langsame voranschreiten, zu wissen: Was kann ich, und was kann ich nicht, das ist ganz wichtig bei Parkour.

²⁴ Lauschke 2010: 62ff

Die schlimmsten Sachen beim Forum Meeting waren ein aufgeschlagenes Schienbein, aber es gibt fiese Unfälle, gerade bei Leuten die viel können, und sich dann dazu verleiten lassen noch weiter zu gehen. Da gibt es zum Beispiel Schlüsselbeinbrüche, und ganz fiese Handgelenksbrüche. Ich bin der Meinung, wenn man auf seinen Körper hört, und wenn man auf seinen Kopf hört, und nicht versucht den völlig auszuschalten, dann geht's schon, man muss die Balance finden, dass man nicht zu viel auf die Angst hört, und nicht zu wenig. Ich glaube das sind die größten Gefahren beim Parkour, die Selbstüberschätzung und der falsche Ehrgeiz. Wenn ich etwas machen will, für das ich noch nicht bereit bin, das kann ins Auge gehen, der Sport an sich ist ja nicht gefährlich, gefährlich ist, wenn man sich nicht richtig einschätzt.

In unserer Community sind Leute dabei, die seit einem halben Jahr trainieren, und verdammt gut sind, und Andere, die zwei Jahre brauchen, um dasselbe Level zu erreichen, dafür aber extrem sicher unterwegs sind. Die haben sich noch nie was gebrochen, die anderen haben sich in einem halben Jahr dafür schon das Bein gebrochen.

3.3.: Die Bedeutung der Community

Der harte Kern, so zehn Leute, die das schon lange betreiben, die stehen wirklich dahinter. Aber zum Beispiel bei der Evening Madness haben sich neue gefunden, die das übernehmen, dann funktioniert das auch, wenn alle nur auf den Tom schauen, und sagen: Mach was, das kann nicht funktionieren. Denn das ist zuviel, wenn es nicht ein freiwilliges Engagement gibt, funktioniert das einfach nicht. Aber du musst die Leute zuerst einmal soweit bringen, und in die Gruppe integrieren, damit die sich dafür interessieren. Und das machen die in der Community recht gut, muss ich sagen.

Beim Forum Meeting stimmt einfach die Chemie, weil alle dasselbe Hobby und Interesse haben. Aber es ist auch so, wenn jemand dabei ist, der nicht in die Gruppe passt, der wird sowieso links liegen gelassen, der wird nicht aufgenommen, der kommt aber meistens auch kein zweites mal wieder, ich denke dadurch kommen keine Leute in die Gruppe, die sich unangemessen verhalten.

Parkour wird hauptsächlich gemeinsam trainiert: Beim Forum-Meeting, oder in kleineren Gruppen von einigen Personen. Nach A. Lauschke beinhaltet Parkour ein Wertesystem, das durch Freundschaft und Respekt bestimmt wird, als Ausdruck eines Erdungsbedürfnisses, einer Suche nach Stabilität und Sicherheit. Die Gruppe schafft Gemeinschaft und Gemeinsamkeit, in denen Klassen- Rassen- und Genderfragen in den Hintergrund treten.²⁵

In Ergänzung dazu stellt die Community aber auch eine ‚Gegenwelt‘ dar. Durch den freundlichen Umgang miteinander, und durch die Abwesenheit von Konkurrenzdenken, fällt ein Großteil der hierarchischen Strukturen ab, die sonst den Alltag beherrschen.

Die Leute sind alle so besonders, jeder so einzigartig, und sie gehen trotzdem respektvoll miteinander um. Sie respektieren dich, obwohl du ein Anfänger bist, das ist einfach irgendwie schön. Man merkt, dass es auch solche Menschen gibt, denn manchmal ist man sich da ja nicht mehr so sicher im Alltag. Wenn einmal alles schlecht gelaufen ist, weiß ich immer noch: Es geht auch anders, und das ist immer da, das kannst du für dich machen, und du machst es gemeinsam mit anderen.

Das war das erste Mal, dass ich in einer Gruppe trainiert hab, als Erstes hat mir schon recht gut gefallen, wie die Leute miteinander umgehen, und miteinander trainieren, es gibt im ganzen Forum eigentlich kein Konkurrenzdenken. Es gibt kein: Ich bin besser, oder ich bin schlechter. Es wird zusammengearbeitet, es wird versucht jedem zu helfen, so dass die anderen auch besser werden.

Funktionieren, nützlich sein, spontan sein, flexibel sein, hilfsbereit sein, und trotzdem nicht vereinnahmend sein. Bei Parkour ist es so, dass jeder seine eigenen Stärken und Schwächen hat, und seine eigenen Bewegungen ausführt, was eben auch akzeptiert wird. Ich glaube schon, dass auch viel Flexibilität gelernt wird. Es ist auch cool, dass es kein hierarchisches Respektdenken gibt, das vom Alter oder der Herkunft abhängig ist. Bei Parkour hast du jedes Alter und alle Schichten drin, und es hat der mit 45 Jahren genauso Respekt vor einem 15 Jährigen, der gerade einen coolen Move macht, wie umgekehrt. Weil es hier nicht drauf ankommt, wie viel Lebenserfahrung man hat, sondern einfach nur, wie man sich in der Community verhält. Das hat mich sehr stark beeindruckt. ich denk mir zum Beispiel nicht mehr: Ich bin so alt, du bist so jung, was hast du mir zu sagen. Weil ich weiß, der kann schon ganz andere

²⁵ A. Lauschke 2010: 49

Schritte gemacht haben, und ganz andere Wege gegangen sein als ich, und er hat vielleicht eine andere Technik, von dem kann ich was lernen.

Für das Training ist die Community wichtig, da sie ein Umfeld schafft, in dem man sich sicher bewegen kann. Vor allem Anfängerinnen schätzen es, nicht alleine den kritischen Blicken der Passanten ausgeliefert zu sein.

Parkour fällt schon auf. Das ist das Gute an der Gruppe, an den Forum-Meetings, denn alleine, ich weiß nicht, ob ich mich trauen würde in einen Park zu gehen und zwischen den ganzen Menschen anzufangen zu trainieren. Aber in der Gruppe ist das kein Problem.

Gerade am Anfang, die ersten tollpatschigen Sprünge möchte man jetzt nicht unbedingt vor Leuten machen, die das nicht kennen. In der Gruppe stört es mich nicht. Da sind Menschen, die dasselbe machen wie ich, und dieselben Probleme haben.

Mir hat auch gut gefallen, dass einer der Instrukturen sich gleich die Neuen auf die Seite geholt hat, und mit denen trainiert, und ihnen ein paar Basics gezeigt hat. Denn es gibt nichts schlimmeres, als wenn du in so eine Geschichte rein kommst, und es wird dir nichts gezeigt, sondern gesagt: So, setzt dich hin und schau's dir an. So kann das nicht funktionieren.

Das Forum Meeting ist zwar eine riesige Gruppe, aber innerhalb dieser Gruppe formieren sich wieder kleinere Gruppen, und es gibt immer ein ruhiges Eck irgendwo, wo man sich mit den Neuen auf die Seite stellen kann.

Das gemeinsame Training bedeutet gegenseitige Hilfe und Motivation. Um intensiv an Bewegungen zu arbeiten, trainieren die meisten Traceure und Traceusen allerdings lieber alleine, oder in kleinen Gruppen.

*Ein gute Beispiel ist der Handstand, den ich mit *** probiert hab. Das ist zwar nicht unbedingt eine Parkour-Übung, ich helfe ihr halt, und dann hat sie gesagt: So, jetzt probierst du das einmal, und ich kann keinen Handstand, nicht mal ein Rad. Sie hat gesagt, probiers einfach mal, ich halt dich, und es hat tatsächlich halbwegs funktioniert. Das sind so Kleinigkeiten, wo ich mir denke, da hätte ich mich alleine nie überwunden, das hätte ich alleine nie versucht. Ich hätte gesagt: Ich kann das nicht, und das war's.*

Es ist schon wichtig, dass man gemeinsam trainiert. Das finde ich ja so gut: Man trainiert miteinander und lernt voneinander, profitiert von den Anderen, aber trotzdem ist es etwas, das man für sich selbst macht, man entscheidet selbst, ob man springt, oder nicht springt, man entscheidet eigentlich das Meiste selbst. Es ist eine Mischung aus Miteinander und nur auf sich selbst bezogen sein, letztendlich setzt man seine eigenen Ziele. Es ist Mannschaftsport und Einzelsport gleichzeitig.

Es gibt immer so um die 10 Leute die sich dazu berufen fühle mit den Neuen zu arbeiten, weil sie gut sind, oder weil sie sich einfach mit jüngeren Beschäftigten können, das muss einem auch liegen. Für mich ist es das Arbeiten in der Gruppe, mit neuen Leuten, das ich unheimlich gern mache. Wenn ich das nur für mich allein machen würde, hätte es nicht den gleichen Reiz für mich, die Community zählt für mich dazu.

Ich glaube, die Parkour Szene in Wien unterscheidet sich auf jeden Fall von anderen, ich war zum Beispiel in München trainieren, und im Gegensatz zu Wien, wo du immer freundlich empfangen und begrüßt wirst, war das dort irgendwie anders. Es hat mich an die Skaterszene erinnert, wo jeder einfach dort ist und sein Ding macht, das war nicht so eine große Familie, wie es hier ist.

Einige treffen sich auch, um nach dem Training ein Bier zu trinken, oder für andere Sportarten. Hauptsächlich aber trifft man ‚Parkour-Freundschaften‘ zum gemeinsamen Training, da man ohnehin ein gemeinsames Interesse teilt, welches einen großen Teil der Freizeit einnimmt. Der Einfluss auf das restliche soziale Umfeld ist sehr unterschiedlich. Für einige sind Bekannte aus Parkour nur ein kleiner Teil des Freundeskreises, weil es natürlich nicht Jedermanns Sache und Interesse ist, bei Anderen ist es mehr.

Es nimmt nicht nur einen großen Teil meiner Freizeit ein, sondern eigentlich Alles. Es ist bei der Arbeit und überall einfach präsent, da hatte ich vor kurzem eine Diskussion mit meiner Freundin, bei einem Video, zum Klischee Traceur, die reden halt immer nur von, und beziehen alles auf Parkour, und anscheinend mach ich das auch. Man kann irgendwas sagen, und immer kommt was mit Parkour.

In der Community gibt's einige, die so fanatisch sind, als wär's eine Religion. Die beginnen dann, dein Training zu beeinflussen, und sagen: Hey, spring

doch mal da drüber, oder, würdest du jetzt da drüber kommen, und was wäre wenn ich deine Arme zusammenbinden würde, was würdest du dann machen. Die versuchen dich in eine Richtung zu pushen, weil sie denken, das ist das Richtige. Aber gleichzeitig verstoßen sie gegen die Philosophie von Parkour, denn jeder hat seinen eigenen Weg, und jeder soll auch seinen eigenen Weg gehen.

3.4.: Ist Parkour Lebenseinstellung oder Sport?

Lauschke schreibt, dass Parkour eine Bewegung, vor allem Jugendlicher, ist, die von Erwachsenen oft als Rebellionsphase oder sogar als Gefahr verstanden wird. Ihm zufolge ist Parkour eine Bewegungskultur, die für viele zum Lebensstil geworden ist, und mit größter Ernsthaftigkeit betrieben wird. Dieser ist begleitet von einem Wertesystem, das durch Freundschaft, Vertrauen, Respekt und andere positive Umgangsformen bestimmt ist: *„Diesbezüglich ließe sich Parkour schon fast als konservativ bezeichnen. Vielmehr ist es aber Ausdruck eines Erdungsbedürfnisses und der Notwendigkeit nach Stabilität und Sicherheit.“*

Parkour ist nichts das man macht, nach Hause kommt, und mit dem ausziehen der Turnschuhe wieder vergisst. Die meisten der von mir befragten Traceure und Traceusen sagen, dass es ihr Leben positiv verändert hat, da sie daraus Selbstbewusstsein, Freiheit und Respekt schöpfen. Für Anfängerinnen steht noch mehr der sportliche Aspekt der Kräftigung und Bewegung im Fordergrund, so wie der Ehrgeiz, den man aufbringen muss, um sich weiter zu entwickeln. Je länger die Personen trainieren, und die körperlichen Voraussetzungen haben sich sicher zu bewegen, desto mehr betonen sie den ‚philosophischen‘ Aspekt dahinter.

Am Anfang war es für mich nur Sport, aber es ist definitiv auch eine Lebenseinstellung, weil du Spaß daran entwickelst, Dinge erreichen zu wollen, die du noch nicht kannst. Mir gefällt auch der Gedanke, Dinge zu trainieren, um sie im Ernstfall einmal anzuwenden, zum Beispiel wenn man mal fliehen muss, oder wenn man jemanden retten muss. Dann sollte unser Körper nicht ein Hindernis sein, sondern uns unterstützen, um unser Ziel zu erreichen. Das kann man trainieren, ich trainiere Stresssituationen, denn ich möchte im Ernstfall damit klarkommen können.

Eigentlich ist es eine Lebenseinstellung. Ich meine, es ist Sport in dem Sinne, dass ich es mit viel Ehrgeiz betreibe, das schon. Aber es ist eine

Lebenseinstellung, die für mich im Moment bedeutet, dass ich nicht vor dem weglaufe, was mir gerade Angst macht, dass ich den Konflikt suche, mich den Dingen stelle und nicht davonlaufe.

Ich glaub alle, die länger Parkour machen, wenn die hören würden, das ist Sport für mich, würden die mich alle... keine Ahnung, aber eigentlich ist es schon auch eine Lebenseinstellung. Es wird irgendwie zu einer Philosophie, dass man was Neues ausprobiert, dass man plötzlich irgendetwas schafft nur weil man den ersten Schritt in die Richtung macht.

3.5.: Ist Parkour eine Gegenbewegung?

Es ist nichts, das irgendwas einreißt, es ist nur die persönliche Freiheit, anders zu leben, oder andere Wege zu gehen. Man kann schon sagen, dass es mich stärker gemacht hat, und dass ich weniger ängstlich meine eigenen Hindernisse angehe. Es ermöglicht einem die Freiheit anders oder mehr sich selbst zu sein. Es bestärkt einem auch darin, abseits von Parkour andere Wege zu gehen, weil man den Gedanken mit sich trägt. Es ergänzt sich irgendwie schön, weil sozusagen die physische und die psychische Komponente übereinstimmen.

Parkour ist eine urbane Praktik der Aneignung, der Umnutzung von Raum und Architektur, als Gegenstrategie zur Verregelung der Stadt. Gleichzeitig ist es eine Bejahung der Qualitäten des Urbanen und eine Nutzung des Gegebenen. Der Traceur und die Traceuse kritisieren und verhandeln Raum, durch die Bewegung und die Nutzung des Raumes wird dieser erst zum Ort. Umgekehrt Die produziert die Komplexität des Stadtraumes den widerständigen, kreativen Körper des Traceurs.

Er passt sich den räumlichen Gegebenheiten seiner Umwelt auf seine eigene Weise an, um sich als Individuum spielerisch und spektakulär zu behaupten.²⁶ Die Traceure und Traceusen schaffen sich durch ihren eigenen Raum eine eigene Identität, und Differenz gegenüber dem Alltäglichen.

A. Lauschke wirft die Frage auf, ob Parkour als Bewegung und als zeit- und raumübergreifende Kritik an Gesellschaft, Zivilisation und Architektur verstanden werden kann. Für ihn erfüllt Parkour alle Kriterien von Jugend- und Subkultur, die meistens mit subversiven Elementen verbunden wird. Und obwohl Parkour vor allem Freizeitkultur ist, hat es eine „politische Dimension der Ermächtigung gegen die dominierende Ordnung.“²⁷

²⁶ Lauschke 2010: 84f, 12.

²⁷ Ebd.: 51.

Parkour ist eine Reaktion auf die räumliche, zeitliche und gesellschaftliche Umwelt zu Beginn des 21. Jahrhunderts, allein schon durch die Tatsache, dass es in den armen Vororten von Paris entstanden ist. Die Werte die mit Parkour gelebt werden, und der Umgang mit der Stadt, sind Reaktion auf gesellschaftliche Gegebenheiten. Aber Parkour ist nicht so sehr Rebellion, es ist vielmehr eine Art mit der vorgefundenen Umwelt kreativ zu *arbeiten*. Parkour ist keine Provokation, es ist eine selbstbewusste, gleichwohl durchdachte Taktik, eigene Wege zu finden. Grundsätzlich aber dient sie dem Selbstzweck und ist in ihren Performances keine direkte Äußerung zu gesellschaftspolitischen Belangen.

Vor 40, 50 Jahren war ein kurzer Rock auch nicht konform, und heute hat keiner ein Problem mehr damit. Es geht auch darum, aus diesem pruden, aus dem Strukturierten, aus diesem Scheuklappending herauszukommen, ein bisschen freier zu sein, ein bisschen offener zu sein. Denn was machen wir Böses? Wir bewegen uns. Wir greifen niemanden an, wir gefährden niemanden. Klar, es wird immer Leute geben, die sich an Sachen stören, aber die stören sich an Allem und an Jedem. Aber eigentlich sollte man das, aus meiner Sicht, als etwas Positives sehen, dass es Jugendliche gibt, oder auch Ältere, die Freude an der Bewegung haben. In der heutigen Zeit sind ja gesundheitliche Probleme wegen zu wenig Bewegung, ein ganz großes Thema.“²⁸

Ich glaube Parkour ist nicht gegen irgendetwas, sondern eher eine neue Möglichkeit. Wir haben einen ganz anderen Blick auf die Stadt. Es ist eine Bewegung, die einfach anders mit öffentlichem Raum umgeht. Ich hätte gesagt, es ist keine Gegenbewegung, sondern eine Alternative zum normalen Leben, zum normalen Stadtleben.

Die Dichte und Vielfalt der Großstadt führen immer wieder zu Spannungen zwischen rationaler sozialer Organisation, und anderen Bedürfnissen der Menschen (wie Spiel und Entspannung). Die Grenzen zwischen ‚normalem‘ Verhalten, Spiel und subversiven Handlungen sind nicht immer klar auszumachen, sondern im jeweiligen Kontext genau zu untersuchen. Auch Parkour liegt dazwischen, und wird, sowohl von den ausübenden Personen, als auch in wissenschaftlicher Literatur, unterschiedlich eingeordnet. Ob Parkour als Trendsport praktiziert wird (in gestalteten Rahmen und Settings), als individuelle Bewegungspraxis in der Stadt, oder um vor der Polizei fliehen zu können, ist im Kontext verschiedener Gruppen sehr unterschiedlich.

²⁸ Thomas Stoklasa, Begründer von „Parkour-Vienna“, Wien: März 2013

Parkour wird in Wien nicht im Sinne von Rebellion verstanden, sondern als Gegenbewegung im Sinne einer Zurückgewinnung des städtischen Raumes. Es ist eine Bewegung gegen die zunehmende Verregelung und Verstrukturierung der Stadt. Dabei geht es nicht um Aktivismus im Sinne eines direkten in Frage Stellens von Aspekten der Stadtplanung oder Privatisierung. Die gesellschaftspolitische Relevanz liegt in der Rückeroberung einer persönlichen Freiheit, sozusagen einer Selbstermächtigung durch Bewegung, in den einfachen Fragen: Warum sollte man auf einem Gehweg nicht laufen können, wenn man niemanden belästigt? Warum nicht auf eine Mauer springen, oder über einen Zaun, um eine etwas andere Strecke zu nehmen?

Parkour ist eine Möglichkeit, um aus den Routinen und Routen des Alltags, die nur scheinbar Sicherheit bieten und vor Entscheidungen entlasten, auszubrechen.

Ich mache Parkour für mich und nicht gegen andere, es geht nicht darum anderen zu zeigen: Ätsch, ich kann da drüber springen, sondern mein Ziel ist immer wieder zu fragen: Kann ich das erreichen, kann ich diese Bewegung machen?

Alle müssen so tun, und so leben, als gäbe es nur einen Weg. Aber Parkour richtet sich nicht aktiv gegen irgendwas, sondern du lebst mit den Hindernissen die auf dich warten, und umgehst sie kreativ oder überwindest sie kreativ.

Was wir machen ist ein bisschen ein Ausbruch, ein den öffentlichen Raum wieder zurück zu erobern, ich will im öffentlichen Raum machen was ich will, solange ich mich und andere nicht gefährde, und keinen Privatbesitz verletze, ich möchte über die Mauer springen können, abrollen können, über den Gehweg laufen, warum auch nicht.

Also ich habe das noch nicht so aus dem rebellischen Blickpunkt gesehen, nein, es ist eher bereichernd, dass wir, was ohnehin schon da ist, noch mal anders nutzen, und noch dankbarer dafür sind, dass es da ist. Alte Leute freuen sich über ein Gelände an dem sie sich halten können, wir freuen uns über ein Gelände über das wir springen können. Wir versuchen ja auch, andere Menschen zu respektieren und Grenzen zu respektieren, man macht ja nichts illegales und man versucht niemanden zu ärgern oder vor den Kopf zu stoßen, das wird ganz groß geschrieben bei uns, ich würde es nicht als Rebellion gegen irgendwas bezeichnen.

In einer Studie von Atkinson wurde Parkour von den Traceuren selbst als Gegenbewegung zu gesellschaftlichen Problemen wie Fettleibigkeit, Inaktivität, soziale Entfremdung, Hyperindividualismus und Konsumorientierung gesehen. Er meint, dass teilweise ein Lebensstil praktiziert wird, der an die Straight-Edge-Bewegung erinnert, wo man sich einem bewussten Lebensstil, und dem Verzicht auf Rauchen, Alkohol, und Drogen verpflichtet.²⁹ Parkour in Wien versteht sich nicht explizit als Gegenbewegung zu einer Gesellschaft die sich immer weniger bewegt. Es liegt in der Natur der Dinge, dass Traceure und Traceusen durch das harte Training fit sind, wenige von ihnen rauchen, und auch auf bewusste Ernährung wird Wert gelegt. Aber es fehlt das belehrende Element, da im Sinne von Parkour jede für sich selbst verantwortlich ist. Wie beim Training hat jede auf ihre eigenen Schritte zu achten und in diesem Sinne werden gewisse Ansprüche nur an sie selbst gerichtet, nicht an die Welt um sie herum.

Es ist etwas anderes, das stimmt, ich finde, dass ‚normale‘ Leute das nicht machen würden. Ich habe viele Freunde die denken, das ist eine coole Idee, aber das zu sagen, und zu sagen, OK ich mache Parkour, das ist ein großer Schritt. Ich meine nicht, dass die Leute das negativ sehen, aber sie sind ein bisschen konservativ, und es gibt Viele, die meinen, das gibt's nicht, dass es erlaubt ist so was zu tun.

Tief drinnen denken Viele noch, dass das nicht ok ist, dass es nicht normal ist, dass man einfach rund herum springt, die haben das nicht direkt gesagt, aber ich hab das Gefühl dass sie irgendwie so denken. Das ist das gleiche wie mit Heavy Metal, oder Punk, du siehst jemand auf der Strasse voller Tattoos oder Piercings, und du denkst vielleicht, das sieht cool aus, aber ich würde so was nie machen. Ich glaube beim Parkour ist es teilweise auch so, die Leute sehen die Videos, die sagen das ist cool, das sieht super aus, aber die machen das nicht. Die meisten denken es ist ein bisschen anders. Die Anstrengung ist es nicht, anstrengend ist Vieles. Ich habe vorher Fußball gespielt, das ist auch anstrengend. Ich habe gut trainierte Freunde, die Parkour machen könnten, aber sie tun es nicht.

4.: Parkour als Bewegungspraxis in der Stadt.

²⁹ Atkinson/Young 2008: 60

Was früher eine Mauer war oder eine Treppe ist jetzt ein Hindernis, von dem weißt, du kannst neun Arten aufzählen um das zu überwinden. Und vier davon beherrscht du selber.

Das Leben in der Stadt ist auf jeden Fall spannender. Es gab Zeiten, da war ich der Stadt schon sehr überdrüssig, und hatte nur mehr das Bedürfnis, raus in die Natur zu kommen, um mich zu bewegen und auszuleben. Mittlerweile ist das Bedürfnis zwar schon noch da, aber ich sehe jetzt, wie man sich auch in der Stadt bewegen kann und wie man die Stadt nutzen kann. Und es hat auch etwas Erholsames. Obwohl es ein anstrengender Sport ist, ist es ein Ausgleichsmechanismus für alle anderen Dinge im Leben, die Arbeit, die Uni.

4.1.: Die Beziehung der Parkour-Community zu ihrer (Stadt-)Umgebung.

Man kann auf einem Baum sitzen mit einem Durchmesser von einem Meter, auf dem man einen Jeep aufhängen könnte, dann kommt eine alte Dame mit Hündchen und meint, geh da runter, der Ast bericht ab. Sobald etwas nicht in den Standard der Leute reinpasst, ist es böse.

Es gibt immer Leute die was dagegen haben, egal was man macht. Das Ding ist, wenn Kinder irgendwo Fußball spielen, dann kennen das die Leute, sie sind zwar auch dagegen, aber es ist irgendwo akzeptiert, denn das ist Fußball, das kennt man. Wenn ich über eine Mauer klettere, runterspringe, mich abrolle und davonlaufe, dann gibt es komische Blicke, weil die Leute haben keine Ahnung, was das ist. Es gab schon Anrufe bei der Polizei, weil die Leute dachten da trainieren Einbrecher, und man sie gebeten hatte, uns zu verhaften.

Es gibt den harten Kern, den man auf Forum Meetings regelmäßig trifft, dann gibt es so kleinere Gruppen, die aber selten bei den Meetings sind, sondern lieber für sich, viel Kontakt zum Forum gibt es nicht, sie werden auch nicht gern gesehen, hab ich den Eindruck, denn das sind die, die eher ungut auffallen. Ja, ja das gibt es auch in Wien, Leute die auf Privatgrundstücken und Dächern herumhüpfen, wo sie eigentlich nichts verloren haben. Beim

Forum wird ja immer sofort auf diese Dinge hingewiesen, aber für manche sind das Fremdwörter. Der Tom ist da der diplomatische, der kann ja auch nicht sagen, die eigenen Leute sind dumm oder unvorsichtig. Aber wenn man sich im Forum diverse Videos anschaut, dann sieht man schon, welche Gruppen da gemeint sind.

Parkour braucht keine fixen Trainingsorte, es lebt durch und in der Stadt. Das bedeutet auch, dass man sich die Stadt mit anderen teilt, sich an Plätzen aufhält die auf unterschiedlichste Weise von anderen genutzt werden. Die Traceure und Traceusen kommen zwar niemandem -im wörtlichen, wie im übertragenen Sinn- in die Quere, trotzdem sorgt das Training bei einigen Stadtbewohnerinnen für Unbehagen. In ihren weiten Hosen und Kapuzenpullis werden sie oft für herumlungende Jugendliche gehalten, oder gar für Verbrecherinnen. Ob es rechtens sein kann, in der Stadt querfeldein über Mauern zu springen sorgt bei manchen für Kopfzerbrechen. Aber es gibt auch Bewunderung und Respekt gegenüber den Menschen die sich so agil in der Stadt bewegen und (auch im Winter!) gemeinsam im Kreis Liegestütze und Strecksprünge praktizieren. Das liegt daran, dass Parkour durch die Medien inzwischen einen gewissen Bekanntheitsgrad erlangt hat, durch den immer mehr Passanten wissen um was es geht. Andererseits liegt es auch daran, dass die Community bemüht ist, den Passantinnen und anderen Interessierten zu vermitteln, was Parkour ist, und auch auf der Homepage eine informative Auswahl an Artikeln und Videos zusammengestellt hat.

Die Beziehung von Parkour-Vienna zur Stadtverwaltung von Wien ist laut Tom Stoklasa sehr gut. Das bedeutet nicht nur, dass die Traceure und Trsaceusen die Erlaubnis bekommen an bestimmten Plätzen zu trainieren, auch Zusammenarbeit mit einigen Bezirksvorstehungen, um Workshops zu veranstalten oder Parkour-Hindernisse in öffentlichen Parks zu planen, gibt es in Wien.

Es gibt auch sehr viel positives Feedback, von Anrainern, von Müttern, die ihre Kinder dann zum Training zum bringen. Die sagen: Das ist cool was ihr macht, das ist eine interessante Sache. Eigentlich überwiegt das positive Feedback. Aber das Negative bleibt einfach mehr im Kopf, und die Geschichten mit der Polizei sind meistens lächerlich. Aber die müssen kommen, wenn sie gerufen werden, und das einzige was sie machen ist, dir einen Platzverweis zu geben. Das ist das simpelste was sie machen können, auch ohne Grund, dann darfst du 24 stunden nicht mehr auf den Platz.

Von Anfang an wollte ich nicht in die Richtung gehen, wie es sich zum Beispiel in England entwickelt hat, wo die Leute sagen: Wenn uns jemand mit Polizei

oder Security kommt, dann laufen wir halt davon. Wir sagen: Warum davonlaufen? Wir machen nichts Illegales, redet mit den Leuten, wenn ihr davonlauft macht ihr die Situation nur schlimmer, dann gibt es irgendwann Verbote. In England ist es inzwischen so weit, dass schwarze Farbe auf die Hausdächer gemalt wird, die du nicht mehr herunterkriegst. Das ist eine ganz blöde Situation, dann gibt es offizielle Parkour Verbote. Genau das wollte ich in Wien nicht. Die Communities sind unterschiedlich, es gibt positive und negative Beispiele, Fehler, aus denen man lernen kann.“³⁰

Ich trainiere gern mit Kindern, die ja ziemlich schnell zu begeistern sind und mitmachen wollen. Da bin ich halt aufgrund meines doch höheren Alters prädestiniert dafür. Die Eltern sind immer recht dankbar, und es macht den Kindern einen riesen Spaß. Ich glaube das trägt dazu bei, dass der Sport einigermaßen Akzeptanz findet in der Bevölkerung, dass die Leute sehen, das sind nicht nur die Spinner, die man vermutet. Ich habe auch das andere Extrem kennen gelernt, als ich mit einigen Leuten am Schwendermarkt trainiert hab, auf einem halb hohen Mäuerchen, das weder empfindlich gegen abtreten, noch frisch gestrichen war. Wir haben da friedlich trainiert, bis eine Dame gekommen ist und gemeint hat wir sollten sofort aufhören mit der Herumhupferei. Es hat sie eben einfach gestört.

Es ist ein bisschen an der Grenze quasi, zwischen erlaubt und nicht erlaubt. Wenn es um die Frage geht: Privatgrund oder nicht Privatgrund, dann ist es schon manchmal so, dass wir vom Platz verwiesen werden, weil es doch nicht immer eindeutig ist, ob man an Orten trainieren darf oder nicht. Und ich verstehe das auch, wenn mir irgendwo Mauern gehören, und jemand springt da herum, würde ich mir zuerst auch denken, was ist das, was machen die da. Wenn die Leute wüssten, dass wir eigentlich mit den Mauern arbeiten, und es keinen Sinn machen würde, sie kaputt zu machen, oder zu beschmutzen, dann wäre es wahrscheinlich nicht so ein großes Problem. Aber es ist schon nachvollziehbar, wenn da Leute stehen, die auf einmal beginnen eine Mauer hochzuspringen, das wirkt am Anfang bedrohlich. Die Leute sind in ihrem Denken so drin.

Kann man ein Denkmal mit Kunst entweihen? Wir sehen Parkour als Kunst der Fortbewegung, und das heißt im Prinzip, sich mit dem Körper auszudrücken, sich in der Umgebung zu bewegen, sich der Umgebung

³⁰ Thomas Stoklasa, Begründer von „Parkour-Vienna“, Wien: März 2013

anpassen. Von dem her hab ich keine Skrupel, ein Denkmal oder eine Statue oder sonst etwas zu verwenden, solange ich es nicht kaputt oder dreckig mache. Es hat nicht die Bedeutung, die es vielleicht für andere hat, für mich ist es eine Sache die ich überwinden will, für mich ist das ein Hindernis und nicht ein Denkmal. Du stehst ja nicht drauf und hüpfst darauf rum weil du eine Delle hineintreten willst, sondern verwendest das, und eigentlich schaut das ja auch sehr ansprechend aus, wenn da einer oder mehrere Leute verschiedene flüssige Bewegungen drüber machen, und ihre Kreativität einbringen.

Wir werden auch für Shows gebucht, für Präsentationen von Autos, von irgendwelchen Produkten usw., weil es einfach ansprechend aussieht. Wir werden bezahlt dafür, dass wir das machen. Wenn sich dann Leute darüber aufregen, dass wir das in der Öffentlich machen, dann ist das eben ihre persönliche Meinung, das gefällt ihnen halt nicht, was soll man machen.

Ich freue mich ja immer, wenn kritische Fragen kommen, dann kann ich meine Meinung dazu sagen, es ist wichtig, wenn es einen Austausch gibt. Nur leider kommunizieren viele Menschen, die uns negativ gegenüberstehen, auf einer Ebene auf der man sich nicht unterhalten kann. Die rufen die Polizei, die kommen mit Bedrohungen und Beschimpfungen. Es gab schon Leute die vom Fenster herunter gespuckt haben, oder uns mit dem Messer vertreiben wollten. Grundsätzlich rede ich lieber mit den Leuten, aber es gibt einfach Situationen, wo es keinen Sinn macht.³¹

Ein generelles Problem ist, dass wir oft für Herumlungerer gehalten werden. Traceure tragen Kapuzenpullis, Schlabberhosen, Sportschuhe, weshalb wir oft in die Schublade gesteckt werden von Jugendlichen die Drogen nehmen, oder sonst irgendwie negativ auffallen.

Im Andreaspark zum Beispiel dürfen wir uns offiziell aufhalten. Da lassen uns die Parkwächter immer drin, auch wenn sie zumachen, die sagen: Ihr kommt ja eh raus. Aber dann hast du das Problem, dass du das den Anderen auch gewähren müsstest, das ist das Komplizierte. Die stören zwar meistens auch niemanden, aber wenn sie illegale Sachen machen, dann entstehen Konflikte. Denn Außenstehende sehen dann keinen Unterschied zwischen uns und den Anderen.

Es gibt immer wieder Passanten, die einfach mitmachen wollen. Darauf legt der Tom in letzter Zeit vermehrt Wert, dass man positiv auf die Leute zugeht. Aber auch dass man innerhalb der Gruppe aufeinander schaut, den es gibt

³¹ Thomas Tom Stoklasa

immer ein paar Spinner dabei, oder die besagten Randgruppen, die meinen sie müssen auf Lüftungsgittern herumturnen. Da liegt es auch an den Forummitgliedern zu sagen: Leute, da nicht, macht es woanders, aber zerstört nicht das Ansehen der Gruppe, denn der erste Eindruck ist doch wichtig. Denn es ist schon eine Sportart hinter der viele Menschen Freaks vermuten, es ist halt leider meistens der Erste Eindruck, der zählt.

4.2.: Warte mal, da war doch irgendwo eine Mauer...

Wie Parkour die Wahrnehmung der Stadt verändert.

Parkour ist eine Form um aus getrampelten Pfaden auszubrechen, sogar in einer anderen Dimension, durch die Bewegung in der Senkrechten. Es birgt das Potential, sich die Stadt auf eine spezielle Weise anzueignen. Durch das bewusste Abweichen vom allgemeinen Funktions- und Regelungsdictat in der Stadt werden ungewöhnliche und vielleicht vollständigere und ganzheitlichere Perspektiven ermöglicht. Architektur wird überschrieben in dem Sinn, als dass Bedeutung und Verwendung keine Konstanten sind, sondern als *Möglichkeiten* des Raumes *aktualisiert* werden können. Mit den Worten von Laughlin: „...it is a question of looking at architectural features and street furniture through an alternative lens.“³²

Wenn die Stadt eine Reihe von Möglichkeiten und Verboten bereitstellt, so werden diese sowohl durch die Gehende als auch durch den Traceur / die Traceuse aktualisiert. Sie eignen sich die Stadt an, indem sie diesen Möglichkeiten und Verboten Existenz und Erscheinung verleihen. Parkour-Athletinnen nehmen ihre Umgebung anders wahr als die übrigen Stadtnutzer. Man beginnt die Stadt auf unterschiedlichen Ebenen durch die Parkour-Brille zu sehen. Was die Architektur betrifft, so beginnt man Spots zu sehen, und Mauern und Plätze auf die Möglichkeiten zu prüfen, die sie einem bieten. Die Parkour-Brille öffnet den Blick auf die Stadtlandschaft auch auf einer emotionalen Ebene, da Mauern nicht mehr nur als Hindernisse wahrgenommen werden, sondern als Möglichkeiten.

Sie Stadt ist plötzlich mehr als nur ein Transitraum, um von A nach B zu gelangen. Da sie zum Trainings und Spielplatz wird, wird der Aufenthalt im städtischen Umfeld grundsätzlich positiver Wahrgenommen.

³² Ebd.: 2.

Bei den ersten Trainings waren wir beim Haus des Meeres, und ich bin da gestanden und dachte mir; Ok, aber was sollen wir da jetzt machen? Ich habe vorher überhaupt nicht gesehen, was für Möglichkeiten es eigentlich gibt. Wo man überall herumspringen kann, wo man rauf laufen kann.

Ich geh jetzt absichtlich manchmal Umwege um zu sehen, was es da alles gibt, ich entdecke die Stadt irgendwie total neu. Ich bin auch viel neugieriger geworden, ich habe mehr Lust Städte genauer anzusehen, spazieren zu gehen. Wenn man Spots sucht, und Möglichkeiten sich zu Bewegen, erkennt man auch die große Lebensqualität in Wien. Es gibt Leute, die sagen in Wien kann man nichts machen, es gibt keine Möglichkeiten Sport zu machen. Ich komme aus Thessaloniki, da ist das nicht so, es gibt nicht so viele Parks und öffentliche Plätze. Ich verstehe nicht, warum die Leute hier sagen, man kann nichts tun.

Es gibt Personen, die die Bewegungstechniken von Parkour in ihrem Alltag anwenden, das beschränkt sich aber meistens auf Schülerinnen, die es sich leisten können, den ganzen Tag mit Trainingshosen und Sportschuhen unterwegs zu sein. Für die Meisten Traceure und Traceusen liegt die Bedeutung von Parkour im Alltag mehr auf den emotionalen und philosophischen Einflüssen. Allerdings, auch wenn man ‚normal‘ geht, versteht es sich von selbst, dass man öfter die Treppe nimmt, oder eine Station läuft, statt mit der U-Bahn zu fahren. Und es kann auch sein, dass hin und wieder eine Abkürzung genommen wird, wo andere ‚umständlich dahingehen‘, oder die schweren Einkaufstaschen genutzt werden, um Kraftübungen zu machen.

Auf den Rolltreppen habe ich eine Durchschwingertechnik entwickelt, ich benutze die Stadt anders, laufe, stehe selten herum. Es verändert die Alltagswege schon, und nicht nur das, auch das komplette Verhalten, man fängt Parkour an, wenn man aufsteht, und es hört auf, wenn man aufsteht. Wenn ich intensiv trainierte träume ich auch immer, dass ich Sachen mache. Zum Leidwesen der Menschen die neben mir liegen, denn wenn ich von Präzis³³ träume kann es schon mal sein dass ich trete.

Es gibt viel mehr Erinnerungen, weil du dich an vielen Orten bewegst, viel herum kommst in der Stadt. Außerdem nimmt man Dinge oft nicht mehr als Hindernis wahr, obwohl sie eigentlich eines sein sollten. Für Andere ist ein

³³ Präzisionssprünge

Zaun ein Zaun, ich denk mir super, Lazy³⁴, und drüber, das löst Grenzen auf, die früher welche waren.

Etwas hat sich definitiv geändert, ich empfinde die Schönheit oder Hässlichkeit anders. Betonblocks die ja nicht wirklich schön sind, betrachte ich jetzt noch in einem Parkour-Sinne. Im Gegensatz zu früher, wo ich blind durch die Gegend gerannt bin, achte ich viel mehr auf solche Architektur. Wenn ich an einem Haus entlang laufe denke ich: Wie könnte ich aufs Dach klettern? Ich mache so was zwar nicht, aber alleine der Gedanke ist da, und somit nehme ich das Haus einfach wahr.

4.3.: Geschichten. Wie Parkour den Alltag der Menschen beeinflusst.

Ich bin wesentlich unabhängiger von der Meinung anderer Leute geworden, es kümmert mich jetzt überhaupt nicht mehr, wenn ich mich öffentlich zum Affen mache, es ist mir ziemlich egal. Ich will ja niemanden stören, natürlich geht es darum dass man Respekt vor seiner Umwelt hat, und Respekt gegenüber seinen Mitmenschen, das ist mir auch sehr wichtig, Aber ich lass mich nicht davon mich beeindruckten, wenn andere sagen das schaut blöd aus, was ich mache. Ich habe ein gewisses Selbstvertrauen gefunden, denn ich hatte irrsinnige Probleme einmal damit. Man geht einfach aufrechter, und man fühlt sich stärker. Nicht nur durch das physische Training, sondern auch, weil man weiß, dass man bestimmte Sachen einfach kann, die man nicht für möglich gehalten hätte.

Für Sennet ist die Nutzung der Stadt, und das Leben in der Stadt, eine Gleichung für die „Ermächtigung“ des Menschen. Je mehr die Menschen in der Stadt interagieren, sich in seinen Worten „selbst preisgeben“, aus dem was sie sehen etwas machen, desto größer ist ihre Fähigkeit inneres Gleichgewicht zu finden, und mit Komplexität umgehen zu können.³⁵ Für ihn liegt die Entwicklung des Selbst in einer komplexen, fragmentierten Erfahrung der Außenwelt, und nicht, wie in der Aufklärung verankerten Vorstellung des Menschen, von Einheit und Kohärenz. Entwicklung findet statt durch Partizipation und Aneignung.³⁶ Durch Partizipation kommt es zu einer Unterbrechung des Alltäglichen, und es entstehen neue Denk- und Vorstellungsräume. Durch das Gehen persönlicher, gelebter, biografischer Wege entstehen Räume der eigenen Erfahrung.

³⁴ Überwindungstechnik

³⁵ Sennet 1995: S14.

³⁶ Sennet 1991: 252,167.

Geschichten über Parkour sind meistens Lebensgeschichten. Der ‚philosophische‘ Aspekt spielt für die Meisten eine große Rolle, und Parkour hat definitiv einen großen Einfluss auf den Alltag der Menschen, und das Leben in der Stadt.

Es gibt einem Selbstvertrauen, weil es immer wieder kleine Erfolge gibt. Und wenn du alle zwei bis drei Tage einen Erfolg hast, und das hat bis jetzt funktioniert, dann ist das ein Selbstbewusstseinsverstärker.

Es gibt dir Freiheit, dich immer wieder zu verbessern und über die eigenen Grenzen zu gehen. Und das hat nicht wegen der körperlichen Kraft, die ich gewinne, sondern ich bin freier weil ich über die Grenzen nachdenke, die man uns entgegenstellt, und darüber, welche Grenzen sinnvoll für mich sind, und welche nicht. Das ist wie mit Gesetzen, manche sind völlig unnötig, und andere schützen dein Leben. Ich schau mir eine Mauer an und Frage mich: Schützt diese Mauer das Privatgelände von jemandem, oder kann ich diese Mauer für mich benutzen, um schneller irgendwo zu sein, oder etwas was zu tun. Ich beschäftige mich mit IT-Sicherheit, und es gibt Programme, die Dinge erlauben, die eigentlich gar nicht gewollt sind, es lohnt sich, diese Grenzen anzuschauen.

Ich kann die Parkour-Einstellung überall in meinen Leben anwenden, es gibt einem sehr viel Selbstbewusstsein und Kraft. Wenn ich ein neues schwieriges Projekt beginne, und ich denke das ist ein großes Hindernis, dann weiß ich, dass ich das überwinden kann, wenn ich nur hart genug daran arbeite, und dran bleibe. Überall gibt es Hindernisse, die man überwinden kann, in der Arbeitswelt, in der Schule.

Am Anfang war mir das unangenehm, mich in der Öffentlichkeit zum Kasperl zu machen. Heute mach ich es mit Absicht, manchmal überleg ich mir die peinlichste Art, wie ich mich bewegen kann, einfach nur, um das Gefühl nicht Herr über mich sein zu lassen. Es ist bei Parkour so, du bewegst dich immer an der Grenze und erweiterst sie, das ist es was du machst. Und das nicht nur im körperlichen Sinne, das ist zwar Eins, aber die Bewegungen machen für mich nur 10 oder 20 Prozent von dem Ganzen aus, die anderen 80 Prozent sind mentaler Natur.

Es war mir am Anfang gar nicht so bewusst, aber ich merke, dass etwas vorangeht, dass ich etwas erreiche, mehr Selbstbewusstsein habe und Respekt

vor meinem eigenen Körper. Ich habe immer mehr das Bedürfnis, ihm etwas Gutes zu tun, lieber etwas Frisches zu kochen, anstatt Chips zu essen.

Ich hatte früher große Probleme mit Mobbing in der Schule, und habe mich deswegen sehr von den Menschen zurückgezogen, hatte auch immer wieder Kontakte gemieden, weil ich Angst hatte, dass es wieder so sein könnte. Aber innerlich war ich halt doch ein sehr offener Mensch, jemand der gern mit anderen was unternimmt, der gerne unterwegs ist, gerne lacht, und sich selber ist. Die Community hat mir dahingehend geholfen, dass ich mehr ich selbst sein konnte, weil sie nie irgendwas Negatives dazu gesagt haben, und gleichzeitig hab ich auch selber gemerkt, ich bin doch wer. Das Ganze ist abgefallen, diese Mobbingnarben, die wurden einfach ersetzt. Durch dieses Gefühl: ich bin wer. Durch Parkour und die ganzen Leute in meiner Umgebung fällt es mir viel leichter zu lachen, und einfach ich zu sein, das ist ein sehr schönes Lebensgefühl.

Bei mir ist es sehr oft so, dass ich zu Vielen Dingen einfach sag, das kann ich nicht. Punkt. Und dann merke ich: Eigentlich hab ich's noch gar nicht versucht. Wenn man beim Parkour etwas probiert, und daran arbeitet, geht es eigentlich ziemlich schnell, dass man Fortschritte macht. Das zu lernen war wichtig für mich. Von den festgefahrenen Einstellungen wegzukommen: Das kann ich nicht, ich kann keinen Handstand. Auch mal den Sprung ins kalte Wasser zu wagen. Oder vor einer Mauer zu stehen und zu denken: Ich komm da nicht drüber, bis ich es dann probiert hab. Ich würde jetzt nicht sagen: Seit ich Parkour mache hat sich das komplett verändert und ich bin ein neuer Mensch, aber, ich sehe einfach besser, woran ich bei mir noch arbeiten kann, und was meine Schwächen sind. Es gibt Viele, die sagen, dass sie an ihre Probleme herangehen auch so wie im Parkour, das kann ich von mir noch nicht behaupten, aber ich merke, dass ich davon profitiere, dass ich Parkour irgendwie anwenden kann.

Dass Parkour etwas ist, das den Alltag leichter macht, glaube ich nicht. Für mich steht der Spaß im Vordergrund. Und das ständige physische und psychische über sich selbst hinauswachsen. Man liest manchmal im Forum, dass die Leute das Leben leichter und positiver angehen, aber das ist möglicherweise bei Menschen so, die vorher nicht viel Sport betrieben haben, es liegt daran, dass du dich bewegst und mit anderen bewegst. Dass das direkt mit Parkour zu tun hat, das glaub ich eher nicht.

Ich bin ausgeglichener und zufriedener weil ich mehr kann, es macht mir mehr Freude, an mir selbst zu arbeiten. Und man fühlt sich nützlicher. Weil ich jetzt zur Oma sagen kann: Oma, gib mir die drei Einkaufstaschen, und den Rucksack auch noch, ich trag dir alles auf einmal auf den Dachboden, ohne mich anzuhalten, es ist einfach cool, wenn man solche Sachen plötzlich kann.

Ich habe viel mehr Kontakte, und ich mache etwas, das sehr viel Spaß macht. Am Sonntag bin ich draußen, statt zu Hause zu bleiben oder vor dem Computer zu sitzen. Du siehst die Stadt anders, und die Leute anders. Ich denke wegen der positiven Energie die ich bekomme ärgere ich mich nicht mehr so schnell über die Leute, die in der U-Bahn stehen und schimpfen, oder wenn jemand meine Sachen kritisiert. Es trifft mich nicht mehr so, ich nehme ein bisschen Abstand. Man hat mehr Balance um sich, mehr innere Ruhe.

Ich merke, dass jemand der sehr viele Routine im Leben hat, auch immer die gleichen Wege geht. Das finde ich langweilig mittlerweile. Sogar zu Hause beim putzen hab ich Lust, Bewegungen dabei zu machen, jetzt nicht nur das grobe, sonder herum zu tanzen oder irgendwas.

5. Zusammenfassung

Parkour ist mehr als beeindruckende Actionszenen, und eine Handvoll übermenschlich wirkende Freaks, die die Fähigkeit besitzen, über Hausdächer zu springen.

Parkour in Wien ist Sport, Lebenseinstellung und gemeinsame Freizeit, für Menschen aus verschiedensten beruflichen und sozialen Hintergründen, im Alter zwischen 6 und 50 Jahren.

In Wien ist es eine Gegenbewegung gegen die Verregelung von Stadtraum, die aber darauf bedacht ist, nicht anzuecken und sich symbiotisch in die Stadt einzufügen.

Parkour fördert die direkte, konzentrierte Wahrnehmung der Umgebung. Die Stadt wird im Allgemeinen positiver wahrgenommen, da die Plätze zu Orten werden, an denen persönliche und gemeinsame Erinnerungen entstehen.

Parkour lebt nicht davon Regeln zu übertreten, aber es hat das Potential, Grenzen sichtbar zumachen.

Es ermöglicht einem nicht nur, sich anders in der Stadt zu bewegen, auch die Community schafft einen Raum, der sich durch respektvollen Umgang miteinander, und dem Fehlen hierarchischer Strukturen, vom Alltag abgrenzt.

Die Traceure und Traceusen empfinden die Bewegungspraxis und die soziale Praxis von Parkour als Etwas, das sie selbstsicherer, offener und mutiger in Hinblick auf persönliche Hindernisse macht.

Immer mehr Menschen werden sich für Parkour begeistern. In den vier Monaten, an denen ich beim Forum-Meting teilgenommen habe, hat sich die Anzahl der Teilnehmerinnen fast verdoppelt. Jede wird in einigen Jahren wissen worum es geht, und wahrscheinlich werden auf öffentlichen Plätzen oder sogar auf Sportstätten spezielle Hindernisse für Parkour-Athletinnen stehen.

Die Entwicklung bleibt spannend, und wirft für die Zukunft neue Fragen auf wie:

Kann Parkour zum Trendsport werden? Bleibt es das sonderliche Hobby einiger, oder werden immer mehr Menschen in unserer Stadt zu ‚Querläufern‘? Und dann...

Wird man versuchen die Traceure und Traceusen auf Sportstätten zu verbannen, weil man um die Ruhe und Ordnung in der Stadt fürchtet, oder werden sie zum gewöhnlichen Stadtbild gehören?

6. Literatur

AMATO Joseph A.: *On Foot. A History of Walking*. New York, London: 2004.

LAUGHLIN Zoe: *Sewing The City: Parkour And The Traceurs Of Narrative Threads*.

www.asifitwerereal.org+parkour2004, [Zugriff 7.2.2013].

LAUSCHKE Alexander: *Parkour. Subversive Choreographien des Urbanen*. Marburg: 2010.

LEE Jo, INGOLD Tim 2006: Fieldwork on Foot: Perceiving, Routing, Socializing, in: *Locating the Field: Space, Place and Context in Anthropology*: Coleman S., Collins P. (Hg.). Oxford: 67-85.

SENNET Richard: *Civitas. Die Großstadt und die Kultur des Unterschieds*. Frankfurt am Main: 1991.

SENNET Richard: *Fleisch und Stein. Der Körper und die Stadt in der westlichen Zivilisation*. Berlin: 1995.

Bilder

Alle Bilder stammen von der Homepage von Parkour-Vienna.

<http://community.parkour-vienna.at/gallery/> [zugriff am 5.10.2013]

Abb. 1: ‚Andipark‘

Abb. 2: Wiener Dächer-Shooting

Abb. 3: Forum-Meeting

Abb. 4: Evening-Madness

Abb. 5-8:

Forum-Meeting



Abb. 5



Abb. 6



Abb. 7



Abb. 8