

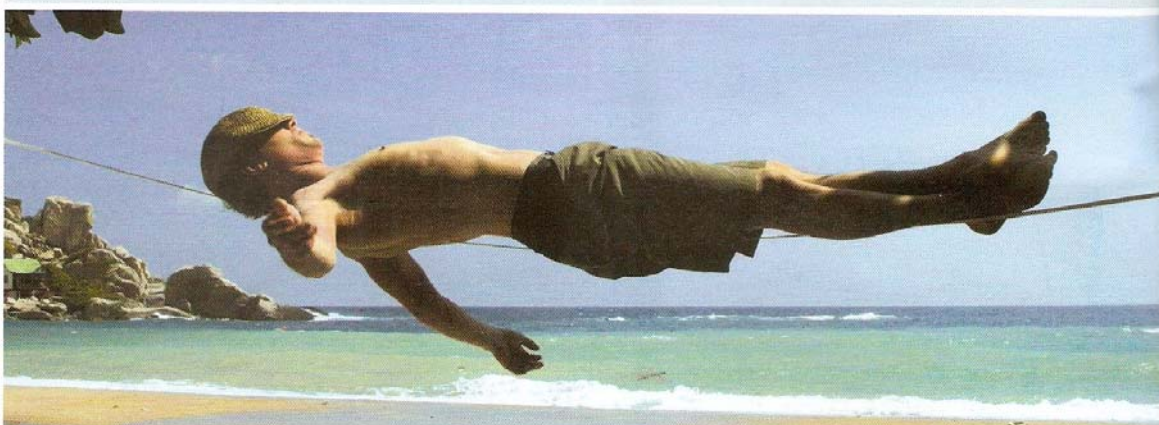
Route 49 Nr. 5, September/ Oktober 2008

 NEWS, LIFE & STYLE

IM TREND: BALANCEAKT ODER IMMER AUF DEM SPRUNG

Slacklines & Le Parkour: Klingt wie ein Kapitel aus dem Fremdwörterlexikon. Dabei handelt es sich jedoch um zwei außergewöhnliche Outdoor-Sportarten

aus den USA und Frankreich, die auch hierzulande immer mehr Anhänger finden. ROUTE 49 stellt das etwas andere Freizeitprogramm genauer vor.

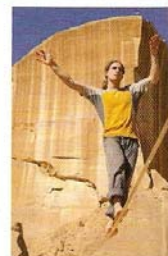


SLACKLINEN

➔ In den USA wird Slacklines, eine abgewandelte Form des Seiltanzens, schon seit über 20 Jahren betrieben. Anders als ein Trapezseil ist die zwischen 25 und 50 Millimeter breite Slackline jedoch weich und elastisch. Beim Betreten des Seils schwingt es munter hin und her. Nur wer mit den

Beinen kräftig mitschwingt, kann darauf längere Strecken zurücklegen. Das Balancieren auf dem schmalen Schlauchband ist die perfekte Gleichgewichtssportart und fordert besonders die Koordinations-, Orientierungs- und Reaktionsfähigkeit. Die Extremform des Slacklines nennt sich „Highline“. Dazu

wird die Slackline in großen Höhen gespannt. Aber Achtung: Das bleibt dann doch geübten Profis vorbehalten! Eine professionelle Slackline kostet rund 60 Euro. www.slackline-tools.de



LE PARKOUR

➔ Parkour stammt aus Frankreich und wurde dort bereits 1980 von David Belle ins Leben gerufen. Ziel ist es, unter Überwindung sämtlicher Hin-



ernisse einen möglichst kurzen Weg von Punkt A zum selbst gewählten Ziel B zu nehmen. Im städtischen Terrain bedeutet das: über Zäune hechten, Mauern erklimmen, über Dächer fliegen. Den Läufern (sog. Traceuren) ist der direkte Weg vorgegeben, Umwege wählen oder Hindernisse verändern ist verboten. Höchste mentale Konzentration, extreme Sprungtechniken sowie anstrengende Lauf- und Klettermethoden sind Grundelemente bei Parkour. Gefährliche Aktionen oder Waghalsigkeit gehören dagegen nicht zum Parkour-Gedanken. www.parkour-germany.de

