

DIE STADTLÄUFER

Von NN

Die Angst vor der Höhe steckt ihm in jeder Faser seines Körpers. Die Muskeln zucken, die Beine können nicht still stehen und der Herzschlag pocht bis in den Kopf. Aber er muss sie jetzt irgendwie loswerden, verdrängen. Mühsam hat er sich das im Laufe der letzten Monate antrainiert. Denn die Angst würde ihn hier oben scheitern lassen. Der schmale Metallstreifen, auf dem er steht, knarrt unter seinen Füßen. Einen Fehler kann er sich nicht leisten: Bei diesem gewagten Vergnügen sollen schon Leute gestorben sein. Nicht auf dem brackigen Dach eines sechsstöckigen Wohnhauses in der Berliner Karl-Marx-Allee. Vor ihm geht es meterweit in die Tiefe. Bis zum Dach gegenüber sind es knapp fünf Meter. Der eisige Wind treibt Wolken in die Stadt. Weit unten hupt ein Auto.

Noch einmal pustet Alex Lorenz laut Luft zwischen den Zähnen durch. Dann rennt er los. Drei, vier kraftvolle Schritte. Klack, klack, klack. Erst an der Kante entlang, dann darüber. Als er den Boden unter den Füßen verliert, rudert er mit den Armen – und läuft einfach weiter. Durch die Luft, dabei scheint er für einige Momente die Gesetze der Schwerkraft außer Kraft zu setzen. Wie Keanu Reeves im Science-Fiction-Streifen „Matrix“, diesmal aber ganz ohne Hollywood-Tricks. Patsch. Mit einem Knall landet Lorenz auf der anderen Seite. Federnd geht er in die Hocke, streckt sich und läuft weiter.

Alex Lorenz, 19, ist ein Traceur, einer, der „sich den Weg ebnet“. Er springt von einer Mauer zur nächsten, klettert über Dächer oder balanciert über Hindernisse in der Stadt. Das einzig erlaubte Hilfsmittel dabei ist der eigene Körper. Parcour heißt die spektakuläre Form dieses atemberaubenden Hindernislaufes. Nachdem S-Bahn-Surfen, Bungee-Springen und Skateboarden zum Main-stream geworden sind, haben die abenteuerlustigen Großstadtkids Parcour zu ihrem angesagten Trendsport erkoren. Wegen des Nervenkitzels. Und auch wegen des Images. Parcour hat seinen Ursprung nämlich in den Betonwüsten der Pariser Vororte. Parcour haftet der Ruf der Rebellion an.

Lässiger und wilder geht es kaum. Innerhalb weniger Monate hat sich in Deutschland eine Parcour-Szene gebildet. Wie zahlreich die Traceure mittlerweile sind, lässt sich schwer schätzen. Die Gruppe ist zu uneinheitlich. Jeder darf mitmachen. Schüler, Studenten und Arbeitslose üben gemeinsam neue Bewegungen ein. Vereine, Wettbewerbe oder eine vorgeschriebene Musikrichtung gibt es nicht. Und noch trägt jeder die Klamotten, die er mag. Im Internet entstehen beinahe täglich neue Seiten, auf denen sich die Läufer verabreden oder Videoclips ihrer besten Tricks tauschen. Das Velodrom in Berlin, das alte Olympiagelände in München oder die Hafencity in Hamburg sind die beliebtesten Spielwiesen der Stadtakrobaten.

Marken-Hersteller wie Nike, Nissan und Casio werben mit den Kletterkünstlern. Playstation-Anbieter Sony veranstaltete eine Workshop-Reihe durch München, Hamburg und Berlin. In eigens angemieteten Sporthallen zeigten Parcour-Könner gegen eine Gebühr von 20 Euro Anfängern die wichtigsten Bewegungsläufe. Und Adidas arbeitet mit Hochdruck an einem besonders gepolsterten Parcour-Schuh.

Parcour ist aber nicht nur Show – und schon gar kein Kamikaze. Gute Traceure, stürmen nicht kopflos drauf los. Sie wägen vorher das Risiko ab, halten sich an die Gesetze und

ReporterFORUM

www.reporter-forum.de

beschädigen niemals das Eigentum anderer. Ihr Ziel ist nicht das Spektakel, sondern der Spaß. Sie wollen wissen, wie es sich anfühlt, den schönsten und kürzesten Weg zwischen zwei selbst gewählten Punkten finden. Dabei versuchen sie, sich elegant und effizient zu bewegen. Zahlreiche Hindernisse, egal welche, gilt es zu überwinden. Außen herum laufen darf man nicht. So wird jede Mauer zur Hürde, jedes Treppengeländer zu einer Herausforderung. Absprung, Drehung und Landung sollen so sanft wie möglich sein. Der „Flow“, wie die Traceure sagen, darf nicht gebremst werden.

Parcour besteht aus etwa einem Dutzend Grundbewegungen, und weil Französisch die Sprache der Traceure ist, tragen sie Namen wie „Saut de Precision“ (Präzisionsprung) oder „Saut de Chat“ (Katzensprung). Mehrere Sprünge und Klettereinlagen aneinander gereiht ergeben die „Passement“, die Überwindung. Weil kein Hindernis dem anderen gleicht und jeder seinen eigenen Weg wählt, gibt es ungezählte Variationen.

Alex Lorenz zieht die Mütze seines Sweatshirts tief ins Gesicht und versucht sich so vor dem eisigen Wind auf dem Dach zu schützen. Er setzt langsam Fuß vor Fuß und nähert sich so einer knapp zwei Meter hohen Mauer. Leise zählt er dabei mit: acht Schritte. „Nur wer vorher exakt die Abstände misst, fällt nicht runter.“ Sagt es, zieht sich an der Wand hoch, bleibt oben kurz stehen, nimmt Anlauf und springt auf das gegenüberliegende Dach. Kaum ist er wieder am Boden, öffnet sich ein paar Meter weiter die Dachluke. „Hört sofort auf damit, bei mir bröckelt der Putz von der Decke“, poltert ein kugelförmiger Mittsechziger los. „Aber der Hausmeister hat es uns doch erlaubt“, versucht Alex mehrfach, zu schlichten. Kommt aber nicht weit. „Runter mit euch Rabauken“, schreit der Alte und wedelt mit den Armen in Richtung Ausgang. Alex gibt nach, er hat jede Menge Erfahrung mit solchen Streitigkeiten und packt seine Tasche.

Erfunden wurde Parcour in der Einsamkeit des Krieges. Raymond Belle, ein französischer Soldat, entwickelte während seiner Militär-Zeit in Vietnam eine Methode, um möglichst schnell durch unwegsames Gelände davon laufen zu können. Nach seiner Rückkehr in die Heimat brachte er seinem kleinen Sohn David in den Wäldern Nordfrankreichs seine „Kunst der Bewegung“ bei.

Mit 15 Jahren zog David nach Lisse – einen Vorort von Paris – und paßte kurzerhand seine Griffe und Sprünge aus dem Wald an die Gegebenheiten der Banlieues an. Fortan trainierte er stundenlang und stählte seinen Körper. Sein Credo damals: „Mich aus Zwängen befreien, meine Ängste besiegen und durch körperliche sowie mentale Anstrengung meine Ziele erreichen.“ Im Laufe der Monate schlossen sich ihm einige Freunde an, die Gruppe nannte sich fortan „Yamakasi“ (Starker Mann mit starkem Geist und Körper). Später dann „Speed Air Man“, „Les Hommes Chats“ (Katzenmänner) und schließlich „Le Traceur“. Mit einem Werbespot für den britischen Sender BBC wurden Belle und Parcour international bekannt.

Belle gilt heute als eines der gefragtesten Vorbilder der jungen Szene. Inzwischen 33 Jahre alt, arbeitet er hauptberuflich als Stuntman sowie Schauspieler und betreibt eine eigene Produktionsfirma. Gerade lief in den französischen Kinos Belle's Film „Un Monde Meilleur“, in den deutschen Videotheken liegt der Streifen „Banlieu 13 – Ghetto Gangz“. Der Inhalt: Parcour. Um „seinen“ Sport über sein Heimatland hinaus zu verbreiten, gründete Belle Anfang 2005 die Parcour Worldwide Association, kurz Pawa – auch in Deutschland gibt es inzwischen eine Niederlassung.

Bei seinen Klettertouren trug Alex Lorenz bisher lediglich blaue Flecken und einige Schürfwunden an den Schienbeinen davon. Zu Beginn wäre er beinahe an seinem Hobby

ReporterFORUM

www.reporter-forum.de

verzweifelt. Der Leipziger hatte vor einem Jahr einen Film über Traceure im Internet gesehen und wollte es sofort nachmachen. „Ich bin kläglich gescheitert.“

Denn wer als Traceur hoch hinaus will – und das lernte Lorenz schnell –, braucht Muskelkraft, Ausdauer und Balance. Mit Freunden trainierte er deshalb während des Sommers jeden Tag. Lernte Demut – und rang seine Höhenangst nieder. Einen einfachen Sprung von einem Garagendach zum anderen wagte er wochenlang nicht. Immer wieder blieb er an der Kante stehen. Irgendwann sprang er dann doch. „Ich hatte Angst“, sagt er heute. David Belle glaubt, dass es genau diese Furcht ist, die einen guten Traceur ausmacht. „Denn“, so sagt der Großmeister, „es ist lächerlich, die Freiheit zu suchen und als Krüppel in einem Rollstuhl zu enden, also: Vorsicht.“