

Free Running

2008-12-20 23:57:41



El movimiento libre es un arte físico en que los participantes (corredores libres) usan las áreas urbanas y rurales para realizar movimientos a través de sus cuerpos enfocados en la libertad y belleza. Incorpora movimientos eficaces del parkour, agrega bóvedas estéticas y otras acrobacias, como engañar y las faltas de crecimiento callejeras, creando un atlético y estéticamente la manera agradable de mudanza. Normalmente se practica en los gimnasios y en áreas urbanas que se desordenan con obstáculos.

El término que el funcionamiento libre se acuñó durante el rodaje de Salto Londres, como una manera de presentar parkour al mundo angloparlante. Sin embargo, el funcionamiento libre y parkour son conceptos separados, distintos—una distinción que se extraña a menudo deuda a las similitudes estéticas. Parkour como una disciplina comprende eficacia, aunque el funcionamiento libre incluye libertad completa de movimiento—y incluye muchas maniobras acrobáticas. Aunque a menudo los dos son físicamente similares, los mindsets de cada uno son inmensamente diferentes. El fundador Sébastien Foucan define corriendo libre como una disciplina a mismo desarrollo, siguiendo su propia manera.