

[Forsiden](#) | [Parkour - en livsstil](#)

Parkour - en livsstil

Dato_ 05. nov 2012**Tekst_** isupport@otw.dk

Problematisk grundbog til parkour

Hvis man som underviser savner inspiration til et forløb i parkour, så kan Gagendran Srisurendrans nye bog være et brugbart opslagsværk. På lidt over 70 sider gennemgår den forskellige teknikker med en ganske kort beskrivende tekst og gennemillustreret med fotografier. Teksten er dog altovervejende ikke god nok til at forklare bevægelserne, hvor tanken så er, at billederne kan tage over i stedet. Men det er efter min vurdering ikke tilstrækkeligt for eksempel at skrive: (skridt og armbevægelser) "skal samarbejde på en måde, så du bliver i stand til at udføre bevægelsen i fuld udstrækning." Her ville det være rart at få dette samarbejde beskrevet i tekstform. Men i stedet har forfatteren konsekvent valgt kun at beskrive teknikken nødtørftigt og lade resten være op til billedsiden. Godt nok kan man se en del ud fra billederne, men med tanke på, at parkour rummer en vis skadesrisiko, så kan man godt klandre bogen for ikke at gøre nok for at minimere denne. Har man alligevel mod på – eller forudsætninger for – at kaste sig ud i disciplinen, så er der helt givet inspiration at hente. Som inspiration og/eller opslagsværk i teknikker er den brugbar, men ikke i udførelsen.

Den resterende halvdel af bogen kommer rundt om parkour ud fra såvel en humanistisk, naturvidenskabelig samt sundhedsvidenskabelig vinkel. Det er blandt andet med emner som oprindelsen og de filosofiske tanker bag parkour. Afsnittene om træning, flow samt kost og sundhed kunne være oplagte i forbindelse med idræt på B-niveau, men her er teksten igen for tyndbenet. I forhold til grundbøger på B-niveau er afsnittene omkring aerob/anaerob træning samt flow for eksempel skrevet på et for lavt og til tider lidt ubehjælpsomt niveau. Men vil man inddrage teorien på C-niveau, så rammer det nok bedre.

About book

★★★★☆☆

Forlag: Forlaget Indblik**Antal sider:** 144**Fag:** Dansk**Bogens forfatter(e):**

Gagendran Srisurendran

Medietype: Bog**Udgivelsesdato:** 05/11/2012**Vurdering og anmeldelse:**

Morten Tjalve



Gymnasieskolen

Vesterbrogade 16
1620 København V
3329 0900
gymnasieskolen@gl.org

Genveje

[Redaktionen](#)
[Annonce info](#)
[Markedsplads](#)
[Læserne mener](#)
[Arbejdsliv](#)
[Undervisning](#)
[Anmeldelser](#)



Gymnasielærer
Synes godt om side



Gymnasielærer
for 3 minutter siden

“Det er ikke afgørende at komme langt væk for at få en god studietur. Vi burde nytænke, hvor vi tager hen, så vi ikke altid tager til de samme storbyer og bidrager til masseturismen.” Mette Eliassen

Det aktuelle blad



Gymnasieskolens nyhedsbrev

Her kan du tilmelde dig Gymnasieskolens ugentlige nyhedsbrev

E-mail-adresse *

Tilmeld

2018 GYMNASIESKOLEN

