

L'actu du jour

Des cours de skate pour progresser... en toute sécurité !

Tu connais bien le skateboard, tu en fais peut-être en bas de chez toi avec tes copains. Mais sais-tu que l'on peut pratiquer ce sport en prenant des cours ? Une bonne manière de progresser en toute sécurité ! *1jour1actu* a assisté pour toi à un cours de skate à Toulouse.



À Toulouse, Simon, 7 ans et demi, prend des cours de skate depuis 2 ans avec l'association Copain Coping. C'est un vrai fan ! (© Vincent Gire / Milan Presse)

Ollie, trail, flip trix, switch, drop in... Autant te l'avouer, à *1jour1actu*, on ne parlait pas skate couramment avant ce reportage. Car, oui, le skateboard est un sport qui possède ses propres codes : **un langage, un style vestimentaire** et, avant tout, **un état d'esprit**, mélange de goût pour la liberté, d'audace et de cool attitude... Et si, comme beaucoup, tu penses que le skate est un sport individuel qui s'apprend tout seul, tu risques de fâcher Théo, éducateur de skateboard dans l'association *Copain Coping*. Enfin, c'est une façon de parler car Théo n'est pas du style à se fâcher ! **Patient, encourageant**, ce skateur met toute son énergie pour **former ses élèves** le samedi matin au skatepark des Ponts Jumeaux à Toulouse.

Un sport qui se partage !

Pour l'éducateur, « *le skate est avant tout un sport qui se partage. Si on est tout seul, on risque vite de s'ennuyer et surtout d'être bloqué dans sa progression* ». Benoît, l'un des autres profs de skate ajoute : « *en cours, on apprend aux enfants à adopter les bonnes positions, à mettre en avant*

Pourquoi en parle-t-on ?

C'est bientôt la rentrée et tu envisages peut-être de changer d'activité sportive, ou d'en commencer une nouvelle : alors découvre le skateboard que l'on peut pratiquer encadré par de vrais pros.

leurs protections lorsqu'ils sentent qu'ils vont tomber pour se protéger. »

Résultat : les enfants, ainsi encadrés, surmontent leur crainte -s'ils en ont !- et osent se lancer car les éducateurs ne sont jamais très loin pour les aider. Et les parents sont plus « cools » car le skate est un **sport fun** mais qui peut entraîner de sacrés « bobos ». Simon, 7 ans et demi, confirme : « *En cours de skate, j'ai le droit d'aller dans le bowl, pas comme quand je suis tout seul au skatepark, avec ma mère.* » Il ajoute : « *en cours, on apprend à faire des figures et quand on réussit, on t'encourage* ».

Alors, et toi ? Es-tu tenté d'apprendre le ollie ou le fliptrix ? N'hésite pas à donner ton avis dans les commentaires. Clique sur le diaporama pour découvrir comment se passe un cours de skate.

[Consulter cet article sur le site 1jour1actu.com](http://www.1jour1actu.com)