

Лошадиный фитнес — Urbanculture

Интернет Проекты YouTube

YouTube

Лошадиный фитнес (англ. *Prancercise* от *Prancing* и *Exercise*, букв. *упражнения по гарцеванию*) — методика тренировок, предложенная некой Джоанной Рорбэк (англ. *Joanna Rohrbach*) и взорвавшая YouTube своей необычностью.



Джоанна Рорбэк
начинает гарцевать

Суть

25 декабря 2012 года, едва отойдя от «конца света» и готовясь к Рождеству Христову по западному календарю, Джоанна выложила в свободный доступ на YouTube одну из старых домашних заготовок описанной в её книге авторской методики фитнес-аэробики под названием «Prancercise®: "A springy, rhythmic way of moving forward, similar to a horse's gait and is ideally induced by elation"».

Собственно, то самое видео.

Долгое время видео оставалось незамеченным, а просматривали его в основном фанаты Джоанны и данной методики. Однако 1 июня 2013 года некоторые ютуберы из разных стран независимо друг от друга заметили видео, и началось... За первую неделю после этого видео набрало более 5 миллионов просмотров, более 450 комментариев, а число лайков превысило 2700 при 735 дислайках. Было сделано [более сотни вариаций](#) на данное видео.

На ТВ

Страны Запада

30 мая 2013 года данное видео было показано на кабельном канале HLN в новостной передаче «News Now». Репортаж был озаглавлен словами «Why exercise when you can... prancercise?»^{[1][2]}.

Россия

Репортаж о Лошадином фитнесе был показан 4 июня 2013 года на телеканале Рен-ТВ в конце итогового выпуска программы Новости 24 под названием «все мы немного лошади»^[3].

Ссылки

- [Сайт поциентки. Гарцуем, сегодня мы с тобой гарцуем!](#)
- [Немного информации о первоисточнике](#)
- [Римейк от канадских студенток](#)

Примечания

- ↑ <http://www.hlnet.com/video/2013/05/30/prancercising>
- ↑ <http://www.youtube.com/watch?v=GhyiDsaGdfs>
- ↑ http://www.youtube.com/watch?v=KAkWu9ug_JM