

# SPORTMAG

.....  
DENIS MASSEGLIA  
L'heure du bilan  
.....

N° 143 - 6,90 € - Juin 2021 - sportmag.fr



**OUTDOOR**  
Les Régions au naturel

# ABONNEZ-VOUS

à l'édition nationale en version papier

**SPORTMAG**, ambassadeur des acteurs du sport dans les territoires.

Chaque mois, notre magazine vous propose des reportages, interviews, portraits de sportifs, analyses à travers les acteurs du sport.

En vous abonnant, vous contribuez à mettre en lumière ceux qui oeuvrent au quotidien pour la valorisation et le rayonnement du sport français.

11 numéros / an

**56,90€\***  
**METROPOLE**

\* Au lieu de 75,90€



**Bulletin d'abonnement** à retourner accompagné de votre règlement à :  
SPORTMAG - Mas de l'Olivier - 10 rue du Puits - 34130 Saint-Aunès

Raison sociale : ..... N° d'abonné : .....

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

CP : ..... Ville : .....

Téléphone : ..... Email : .....

METROPOLE : 56,90€     EUROPE : 83,90€     DOM : 74,90€     TOM : 90,90€

Service abonnement au 04 67 54 14 91 ou envoyer un email à : [abonnement@sportmag.fr](mailto:abonnement@sportmag.fr)

Chèque bancaire ou postal à l'ordre de EVEN'DIA SPORTMAG  
 Mandat administratif     Je souhaite recevoir une facture

Adresse de facturation si différente : .....

Date et signature obligatoires

022021M



“ Il n'est point  
de bonheur  
sans liberté... ”

Périclès

# VIVRE au grand air

Après des mois et des mois à attendre l'éclaircie, le soleil réapparaît petit à petit au-dessus de la tête des Français. Le sport a subi de plein fouet la crise sanitaire liée au Covid-19, et il y a parfois eu de l'orage dans l'air entre les dirigeants de notre pays et les différents acteurs du monde sportif. Sortir, ne pas sortir ? Jusqu'où ? Et avec qui ? Des questions qui ont souvent suscité de vifs débats et entraîné des restrictions qui, l'air de rien, ont impacté le moral des passionnés de sport. Mais l'heure n'est plus au pessimisme ! Depuis un mois maintenant, il est plus facile de prendre un bon bol d'air, et cela valait bien un numéro consacré aux sports outdoor, avec l'aide précieuse de nombreuses sportives et de nombreux sportifs. Pour vous, ils dévoilent un peu de leur quotidien, en révélant les lieux qu'ils aiment fréquenter partout en France.

S'offrir de grandes randonnées accidentées et de belles sorties à vélo afin de découvrir les merveilles de notre patrimoine et des panoramas exceptionnels. Dompter le vent pour découvrir les sensations fortes procurées par la pratique de la planche à voile ou du char à voile. Les régions de France regorgent de petits trésors et offrent une multitude de terrains de jeux. L'occasion est belle de retrouver la pratique sportive sans tourner en rond autour de chez soi. Un vent de liberté souffle à nouveau sur le territoire. Tout le monde a de nouveau le droit de changer d'air, de reprendre ses bonnes habitudes, d'imiter ses champions préférés. Et de rêver.



## ACTUALITÉS

6 L'invité / Denis Masseglia

14 Dossier / Sports de plein air

16 Auvergne  
Rhône-Alpes

32 Corse



48 Normandie

20 Bourgogne  
Franche-Comté

36 Grand-Est

52 Nouvelle  
Aquitaine

24 Bretagne



40 Hauts-de-France



56 Occitanie

28 Centre  
Val de Loire

44 Ile-de-France



60 Pays de la Loire



64 Sud

3<sup>e</sup> MI-TEMPS

66 Le dessin du mois / Euro 2020



66

TERRE  
2024  
DE JEUX

FIERS  
DE REJOINDRE  
L'AVEVENTURE  
TERRE DE JEUX  
2024



**ACTUALITÉS**

**L'invité**

*par Simon Bardet*

# Denis Massegla

**« Miser sur le sport, c'est  
miser pour l'avenir du pays »**

© Icon Sport

Après 12 ans à la tête du CNOSF,  
Denis Massegla laissera sa place  
le 29 juin prochain.



Denis Masseglia vit ses derniers jours à la tête du Comité national olympique et sportif français (CNOSF). Après 12 ans de présidence, l'ancien rameur international dresse le bilan de ses trois mandats, marqués notamment par l'obtention des Jeux Olympiques et Paralympiques à Paris, en 2024.



Denis Masseglia a beaucoup appris auprès du regretté Henri Sérandour, président du CNOSF entre 1993 et 2009.

***Dans quel état d'esprit êtes-vous, à quelques semaines de la fin de votre troisième et dernier mandat de président du CNOSF ?***

Je vis la fin du mandat avec beaucoup de sérénité, parce que j'ai milité moi-même pour qu'il y ait une limitation d'âge. Elle s'applique à moi, où est le problème ? Je dois donner l'exemple. Je pars aussi avec la satisfaction de laisser une maison en bonne marche. Depuis 12 ans, il n'y a pas eu la moindre crise politique, financière ou éthique au sein du CNOSF. C'est déjà pas mal.

***Pouvez-vous nous raconter le parcours qui vous a mené jusqu'au CNOSF ?***

On ne naît pas président, on le devient. J'ai pris mon premier engagement associatif à 18 ans, dans mon club (le Cercle de l'Aviron de Marseille), où j'ai été amené à prendre la présidence de la Commission des fêtes. J'étais assez attiré par le fait de pouvoir, en s'impliquant, amener davantage de moyens à l'association dans laquelle on était. Ensuite, j'ai occupé un peu tous les postes dans mon club. Je suis devenu président de région sportive, puis président de la Commission sportive nationale à la Fédération Française d'Aviron. À un moment, je me suis dit que la Fédération avait besoin d'idées nouvelles, d'une énergie nouvelle, donc je me suis présenté, en 1989. J'ai été élu, et j'ai effectué trois

mandats. Je me suis auto-limité à ces trois mandats à la FFAviron, mais dès 1993, lors de mon deuxième mandat, j'ai eu l'honneur et le plaisir d'être au côté d'Henri Sérandour, en tant que vice-président du CNOSF en charge de la communication et du marketing. Je occupé les mêmes fonctions le mandat suivant, et j'ai aussi été Secrétaire général. En 2008, lorsque Henri a été atteint par la limitation d'âge, il y avait une ouverture que j'ai saisie, avec un aspect volontariste. J'étais professeur dans une classe préparatoire aux grandes écoles. J'avais un métier qui me plaisait et duquel je tirais beaucoup de satisfactions, mais pour autant, je savais que pour gagner l'élection au CNOSF, il fallait que je sois à plein temps. J'ai pris la décision de demander un départ anticipé à la retraite, et je me suis impliqué à 100% dans la quête à la présidence. Comment devient-on président ? En s'en donnant les moyens.

**« Là pour servir le sport »**

***L'aviron vous a apporté de belles émotions sportives, puisque vous étiez international...***

Oui, j'ai eu la chance d'être international, mais la malchance, peut-être, de l'être dans des années qui n'étaient pas olympiques. C'est comme ça. Nous étions à une

époque où le choix entre sport et études était davantage marqué qu'aujourd'hui, où beaucoup de facilités sont accordées aux jeunes pour qu'ils mènent de front un double projet. Moi, j'étais étudiant et j'ai fait le choix, à un moment, de privilégier ma vie autre que sportive. C'est peut-être aussi parce qu'on prend l'engagement sportif quand on sait qu'il y a une perspective de performance au bout. Ce n'était pas tout à fait le cas au niveau de l'aviron à cette époque-là. J'ai quand même fait huitième aux championnats du monde, ce n'est pas mal !

***Est-ce que cela a été simple de passer d'une carrière de sportif à une carrière de dirigeant ?***

Oui, car cela s'est fait dans la continuité. J'ai adhéré à mon club, le Cercle de l'Aviron de Marseille, en 1960. J'avais 13 ans, et j'ai commencé à régater au même âge. J'ai terminé en 1981, à 34 ans. Je l'ai fait sans discontinuer, et j'étais donc pendant un moment à la fois compétiteur et dirigeant, puisque j'étais président de la Commission sportive de mon club en même temps. Je suis entré à la Fédération en 1985, quatre ans après l'arrêt de ma carrière de rameur, et j'étais déjà président de région sportive.

***Le CNOSF est comme une deuxième***

**maison. Avant les 12 ans de présidence, vous aviez déjà passé 16 ans dans ces locaux...**

Oui, c'est pour ça que je suis parfois un peu surpris par certains jeunes présidents. Moi, je ne me serais pas vu, au bout d'un premier mandat de quatre ans, faire acte de candidature à la présidence du CNOSF. Je pense qu'il faut un parcours et une connaissance du dispositif, mais c'est mon avis, ce n'est pas une règle absolue. Quand je me suis présenté en 2009, j'avais quand même l'avantage d'avoir quatre mandats de vice-président ou de Secrétaire général au sein du bureau exécutif du CNOSF. J'avais l'avantage aussi d'avoir un parcours de président de Fédération. J'aurais pu rester président, j'aurais été réélu sans problème, mais là-aussi, je considérais que trois mandats, c'était bien, et qu'il fallait laisser la place à d'autres. L'avantage de connaître la maison, c'est que je n'avais aucun réseau. Je n'avais pas de réseau politique, pas d'autres réseaux, juste celui du mouvement associatif. Et je pense qu'à la fin, les gens ont reconnu en moi une forme de militantisme associatif qui a peut-être fait la différence. J'étais là pour servir le sport.

## « On a su se relever après l'échec d'Annecy »

**Comment définiriez-vous le rôle de président du CNOSF ?**

La première chose que j'ai envie d'indiquer, c'est que le président du CNOSF est en quelque sorte le garant de l'unité du mouvement sportif. A travers toutes les actions qui sont faites au bénéfice des membres du CNOSF, il faut veiller à ce que l'unité soit préservée. Quand on fait, parfois, des choix qui favorisent les uns, il faut immédiatement penser à une contrepartie pour qu'à la fin, personne ne se sente lésé. Je crois que c'est le premier devoir du président du CNOSF, qui a un rôle à la fois de représentation et d'impulsion, parce que lorsqu'on est aux commandes, il faut veiller à ce que des actions soient faites pour marquer notre passage. Et elles ne sont intéressantes que si elles sont durables. Et puis, à travers la représentation et l'impulsion, il faut aussi veiller à l'aspect fédérateur.

**Quels moments forts de votre**

**présidence garderez-vous en tête ?**

Le premier d'entre eux, évidemment, c'est le fait d'avoir été président au moment où on a pu obtenir ce que l'on cherchait à obtenir depuis des années, les Jeux Olympiques et Paralympiques. J'ai vécu l'échec de la candidature d'Annecy, où on a seulement obtenu 7 voix lors du vote de Durban en 2011. Mais on a su se relever seulement quatre ans plus tard, et c'est aussi une fierté que le CNOSF peut avoir, parce qu'au début, peu de monde croyait qu'il serait possible de se remettre d'une telle déconvenue. On a pris les choses par le bon bout, on a su démontrer qu'on pouvait gagner et qu'une candidature olympique pouvait servir à quelque chose pour la société française. Pour gagner, il fallait que le mouvement sportif soit placé dans une position suffisamment marquée, pour qu'il en apparaisse comme le leader. Petit à petit, la maire de Paris, la Région, le pouvoir politique au plus haut niveau se sont tous mis d'accord pour qu'il y ait une candidature, et c'était la première fois, il faut bien insister dessus, qu'elle était placée sous le leadership du mouvement sportif. Auparavant, cela n'avait été que des candidatures portées par des politiques soutenus par des sportifs. On a fait le contraire, et on a gagné. Il faut quand même en tirer un certain nombre de leçons.

Ensuite, si j'avais à mettre en avant

quelques concrétisations d'actions particulières, je parlerais de la chaîne Sport en France. Dès 1998, on avait imaginé faire une chaîne de télévision sur le bouquet satellitaire TPS et on n'avait pas pu aller jusqu'au bout, alors qu'avec France Télévisions et France Télécom, on avait particulièrement avancé. Cette fois, on a trouvé avec le groupe Reworld un partenaire de grande qualité pour faire une télévision pour tous les sports dans laquelle le CNOSF investit, évidemment, mais dans laquelle il y a l'égalité des chances. Je ne dis pas l'égalité de traitement, ça n'existe pas, mais l'égalité des chances est fondamentale. Demain, on fera une plateforme numérique de type OTT, peut-être une radio, pour avoir une vue à 360 de ce que l'ensemble des sports peut représenter de manière mutualisée. Depuis deux ans que la chaîne Sport en France existe, je crois qu'on peut être légitimement assez fier de ce qui a été réalisé. Avec les Jeux à Paris en 2024, on va avoir besoin d'une banque d'images que nous sommes les seuls à pouvoir fournir.

**Y a-t-il d'autres fiertés particulières ?**

Il y a eu d'autres actions importantes. On a réalisé au moment des JO de Londres et de Rio des Clubs France comme on n'en avait jamais fait : 80 000 personnes à Londres, 120 000 à Rio. Des Clubs ouverts qui font aujourd'hui référence dans le



En 2009, Denis Masseglia savoure sa victoire. Il devient président du CNOSF.

monde olympique, parce que personne n'avait osé faire des clubs ouverts à tous les supporters, quelles que soient leurs origines, avec des animations jour et nuit. On avait vraiment l'intention de célébrer les Jeux et montrer qu'on était capable de servir l'idéal olympique pour donner envie à toutes les populations de venir à Paris en 2024.

Et puis, je veux aussi parler du sport pour tous. On a mis sur pied des choses en termes de développement qui aujourd'hui, demeurent encore. La première d'entre elles, c'est le développement avec les partenaires sociaux des certificats de qualification professionnelle. Cela paraît anodin, mais ça n'existait pas quand je suis arrivé. Aujourd'hui, il y a près de 40 000 diplômés en CQP (Certificat de qualification professionnelle) qui travaillent dans les clubs. Et cela correspond à un besoin des clubs. Nous avons également mis en place de nombreuses opérations de promotion des activités, dont Sentez-vous sport, qui est née en 2010, qui est aujourd'hui encore en pleine activité et qui a servi de référence à l'Union européenne. Ce n'est pas rien que l'Union européenne se soit basée sur ce qu'on faisait en France pour mettre en place la Semaine européenne du sport. C'est un motif légitime de fierté. Il me semble que ce sont les points principaux, mais il y en a eu plein d'autres.

## Une première rencontre mémorable avec Nicolas Sarkozy

### *Comme les Trophées Club+ ?*

Oui, nous voulions mettre en avant tous ceux qui proposaient des innovations sociétales. Parce que c'est quand même extraordinaire, il y a des clubs qui vivent des aventures humaines, qui accueillent des prisonniers, des migrants, et personne ne le sait ! On ne parle que des trains qui déraillent, jamais des trains qui sont à l'heure ou en avance. Qui peut en parler si ce n'est pas nous ? Impact 2024, mené avec le COJO, va permettre de mettre en place encore plus d'actions l'année prochaine pour ces clubs qui ont une importance sociétale. Tout cela fait que j'ai eu beaucoup de fierté et beaucoup de plaisir à être président du CNOSF pendant 12 ans, parce que j'étais le représentant du mouvement sportif. Pour l'être, il faut



Nicolas Sarkozy a remis la Légion d'honneur à Denis Masseglia

© CNOSF-KMSF

avoir été dirigeant de club, il faut être bénévole, savoir ce que c'est. Sinon, parler au nom de 3 millions de bénévoles, cela pose un petit problème.

### *Parmi les très nombreuses rencontres que vous avez faites, lesquelles garderez-vous à l'esprit ?*

Il y a évidemment les rencontres avec les plus hautes autorités, notamment les présidents du CIO, Juan Antonio Samaranch, Jacques Rogge et Thomas Bach. C'est normal, car c'est la maison mère, c'est le CIO qui nous donne la légitimité institutionnelle. Il y a aussi les rencontres avec les plus hautes autorités de l'Etat. Je me souviens de mon premier rendez-vous avec Nicolas Sarkozy, alors président de la République, en 2009. Aujourd'hui, je ferai différemment parce que j'ai un peu de bouteille. Il me reçoit dans les jardins de l'Elysée et se met face au soleil, avec des Ray-Ban. Discuter avec le président de la République, dont vous ne voyez pas les yeux, ce n'est pas simple quand vous êtes élu depuis un mois. Il a fallu quelques secondes pour que je m'adapte à la situation. Nicolas Sarkozy était extrêmement chaleureux. D'ailleurs, c'est lui qui m'a remis la Légion d'honneur un peu plus tard. Que ce soit avec lui, François Hollande ou Emmanuel Macron, ce sont des rencontres assez exceptionnelles. Tout le monde ne peut pas dire qu'il a la possibilité de rencontrer le président de la République. Il y a aussi des chefs d'entreprises avec lesquels on établit des relations. Et puis, évidemment, il y a les sportifs. Combien de gens rêvent de pouvoir approcher Teddy Riner, Tony

Parker, Laure Manaudou ou Camille Muffat, à laquelle je pense évidemment !

Ce qui m'aura le plus marqué personnellement, parce que je suis un fan de sport, un boulimique de spectacle sportif, c'est l'aventure des Jeux. Pendant les Jeux, de 8h du matin à minuit, j'étais sur le terrain. Il fallait que je sois là où il y avait des Français qui décrochaient une médaille. Pas pour me montrer, mais pour vivre l'instant présent, parce que c'était quelque chose de fabuleux. Ce sont des moments d'émotion extraordinaires, aussi bien aux Jeux d'été qu'aux Jeux d'hiver.

### *Avez-vous certains regrets ?*

Quelque chose de formidable a été fait : l'évolution de la gouvernance du sport. J'y ai cru depuis le début et j'ai toujours souligné que c'était quelque chose d'indispensable. Dès 2009, j'ai proposé un programme dans lequel il était indiqué la nécessité d'associer les quatre acteurs : le monde sportif, l'Etat, les collectivités territoriales et le monde économique. A l'époque, c'était révolutionnaire. L'Agence Nationale du Sport est finalement née en 2018. Vous vous rendez-compte ? Il a fallu 9 ans pour y arriver. Si vous n'avez pas un peu de ténacité, un peu de conviction, vous n'avez aucune chance que cela aboutisse. Aujourd'hui, si j'avais un regret, c'est de me dire qu'on n'a peut-être pas été assez loin. Mais rien n'est perdu. Dans cette gouvernance partagée, on a oublié la deuxième partie qui est la responsabilité répartie. Il faut pour cela convaincre toutes les autorités de faire confiance au mouvement sportif. Je vais donner un exemple pour bien que l'on

comprenez. Quand les Jeux ont eu lieu à Rome, en 1960, le CONI (Comité national olympique italien), a hérité du Stade olympique, du Foro Italico où se passent les Internationaux de Rome de tennis, de la piscine olympique, etc. Le Stade olympique de Rome est donc géré par le Comité olympique italien, qui a fait des travaux de modernisation exceptionnels il y a trois ou quatre ans. Ce qui veut dire que la gestion du stade est largement excédentaire. Est-ce qu'on imagine en France qu'on puisse faire autant confiance à des acteurs privés du mouvement sportif ? C'est le vrai problème, et c'est peut-être un regret. Mais j'espère qu'à l'avenir, il sera effacé. Il faut qu'on accepte l'idée que la société civile fait des choses exceptionnelles. Il faut lui faire confiance. Le président de la République dit qu'il faut responsabiliser les fédérations et les acteurs du monde sportif. Il a mille fois raison. Mais derrière, ça ne suit pas parce qu'il y a trop d'habitudes qui ont été prises. Moi, avec pratiquement 50 ans d'engagement associatif, je ne pense pas avoir de leçon d'intérêt général et d'engagement désintéressé à recevoir de quiconque. On peut faire confiance à des gens comme moi, il y en a des milliers, qui font des choses exceptionnelles sur

le terrain et qui n'ont pas besoin d'être pris en main, contrôlés. On est dans une société dans laquelle on ne fait pas assez confiance aux acteurs qui s'engagent. C'est le seul message que j'aurais envie de faire passer. Si, un jour, on veut que les choses évoluent, il faut faire confiance aux acteurs de la société civile, sinon, ils ne s'engageraient pas comme ils le font.

## « Je n'ai jamais perdu une seule élection nationale »

***On voit que cela commence à bouger à ce niveau-là, avec un renouveau à la tête des fédérations, avec des chefs d'entreprises qui s'engagent...***

Je ne crois pas qu'il faille dire que c'est nouveau. Ce qui l'est, c'est qu'on en parle davantage. Il y a plus de nouveaux présidents parce que la société veut cela. C'est fini, le temps des dinosaures. Il y en aura plus. Si je regarde mes prédécesseurs, je vois Armand Massard, 1933-1967. 34 ans de présidence ! Un record qui ne sera jamais battu. Trois mandats, c'est déjà beaucoup. Aujourd'hui, avec les réseaux sociaux, les moyens de communication

sont plus performants que lorsque j'ai été élu président de la fédération d'aviron en 1989. C'était le moment où on commençait à avoir un fax. Rendez-vous compte, c'était l'époque du Minitel, un autre temps. La communication évolue, et a une incidence sur la manière dont les jeunes dirigeants se comportent. Quand j'ai été élu président de la FFAviron, j'ai passé un mandat à apprendre. Je suis venu ici, j'ai appris au côté de Nelson (Paillou), qui était là avant qu'Henri (Sérandour) arrive, et il ne me serait pas venu à l'idée, en 1993, de me présenter à la présidence du CNOSF. Autre temps, autres mœurs. Est-ce que c'est mieux ? Je ne suis pas sûr, parce que de la même manière que certains veulent bousculer les choses, ils peuvent aussi être bousculés par d'autres.

***Savez-vous déjà ce que vous allez faire ensuite ?***

Si vous voulez que votre avenir soit souriant et qu'il corresponde à ce que vous souhaitez, je n'ai qu'une réponse : je ne ferai que ce que j'ai envie de faire. J'ai quand même pas mal de propositions qui me sont faites. Je pense que l'engagement associatif est fait de convictions, parfois de devoirs. Et l'avantage de l'âge, c'est que vous n'êtes plus prisonnier de la notion



120 000 personnes ont profité du Club France lors des Jeux Olympiques de Rio en 2016.



L'attribution des Jeux Olympiques et Paralympiques 2024 à la ville de Paris restera un moment inoubliable pour Denis Massegla.

© CNOSEF-KMSP

de devoir. Ça ne veut pas dire qu'il ne faut pas les respecter. Cela veut dire que dans l'engagement que vous pouvez avoir, il convient de voir ce qui peut le plus vous apporter quelque chose. S'il y a des propositions dans lesquelles j'ai le sentiment que je vais m'éclater, que je vais apporter quelque chose, je le ferai à 100%. Si ce n'est pas le cas, ce n'est pas grave.

J'ai quand même une petite fierté : je n'ai jamais perdu une seule élection nationale. À l'international, je n'ai eu que des déconvenues, mais c'est un peu particulier. Si vous êtes comme moi, que vous ne buvez pas d'alcool et que vous êtes du matin et pas du soir, c'est difficile d'aller au bar le soir et de tenir la conversation avec des dirigeants qui y sont assez habitués. Ce n'était pas mon cas. En revanche, au niveau national, aucun échec, c'est pas

mal quand même ! Cela ne changera plus, car je ne serai plus candidat à quoi que ce soit. Logiquement, je devrais être président honoraire du CNOSEF, et j'espère pouvoir jouer ce rôle. Je n'ai pas eu la chance d'avoir cela, car Nelson et Henri sont partis prématurément. Mais j'aurais eu besoin, à un moment, d'un président honoraire qui remplisse un certain nombre de missions et qui me conseille, parce qu'il y a toujours quelque chose à apprendre de la part de ceux qui ont de l'expérience.

***On devine quand même chez vous l'envie de continuer à défendre le mouvement sportif...***

Bien sûr, mais je ne le ferai pas de la même manière. Je vais faire les choses du mieux possible jusqu'au 29 juin, mais ensuite, je ne serai plus en pole position. La position de président du CNOSEF n'est pas facile,

ceux qui le croient font une erreur. Je me suis accompli à ce poste, je me suis réalisé, j'ai beaucoup donné, mais j'ai également beaucoup reçu. J'ai essayé que ça ne se fasse pas trop au détriment de la vie de famille, même si elle en a souffert, c'est normal. Mais mon engagement était partagé par ma femme et mes enfants, heureusement. Parce que si ce n'est pas le cas, c'est mission impossible. Vous n'êtes rien sans le soutien de vos proches.

Donc aujourd'hui, tout va bien. On a tous des problèmes, et il faut tout faire pour les résoudre. On a une obligation de moyens, mais pas une obligation de résultat parce que les résultats ne dépendent pas que de nous. Vous avez le problème des CTS qui nous tombe sur le dos. Et on ne peut pas le résoudre tout seul. Cependant, il y a aussi des dossiers fantastiques. Le Pass'Sport, par exemple, c'est un dossier exceptionnel. Je veux terminer par cela, parce que c'est important. Les jeunes d'aujourd'hui ont des performances sportives qui sont un quart inférieures à celles des jeunes il y a 50 ans. On se prépare à une catastrophe sanitaire sans précédent à cause de la sédentarité et d'une forme de difficulté à mettre les gens en mouvement. Il faut avoir ça en tête. Ça va coûter bien plus cher que d'encourager le sport. Le sport, aujourd'hui, c'est un vrai enjeu de société pour la jeunesse. Et miser sur le sport, c'est miser pour l'avenir du pays.



Le CNOSEF a mis en place des Trophées Club+ pour mettre en avant les clubs prenant de belles initiatives sur tout le territoire.



# JEUX DES MASTERS

VICHY 2021

DU 1<sup>ER</sup> AU  
3 OCTOBRE  
2021

5 ÉPREUVES  
À RÉALISER  
POUR DEVENIR  
UN MASTER

**RELÈVE  
LE DÉFI !**  
DÈS 25 ANS



JEUXDESMASTERS.FR    



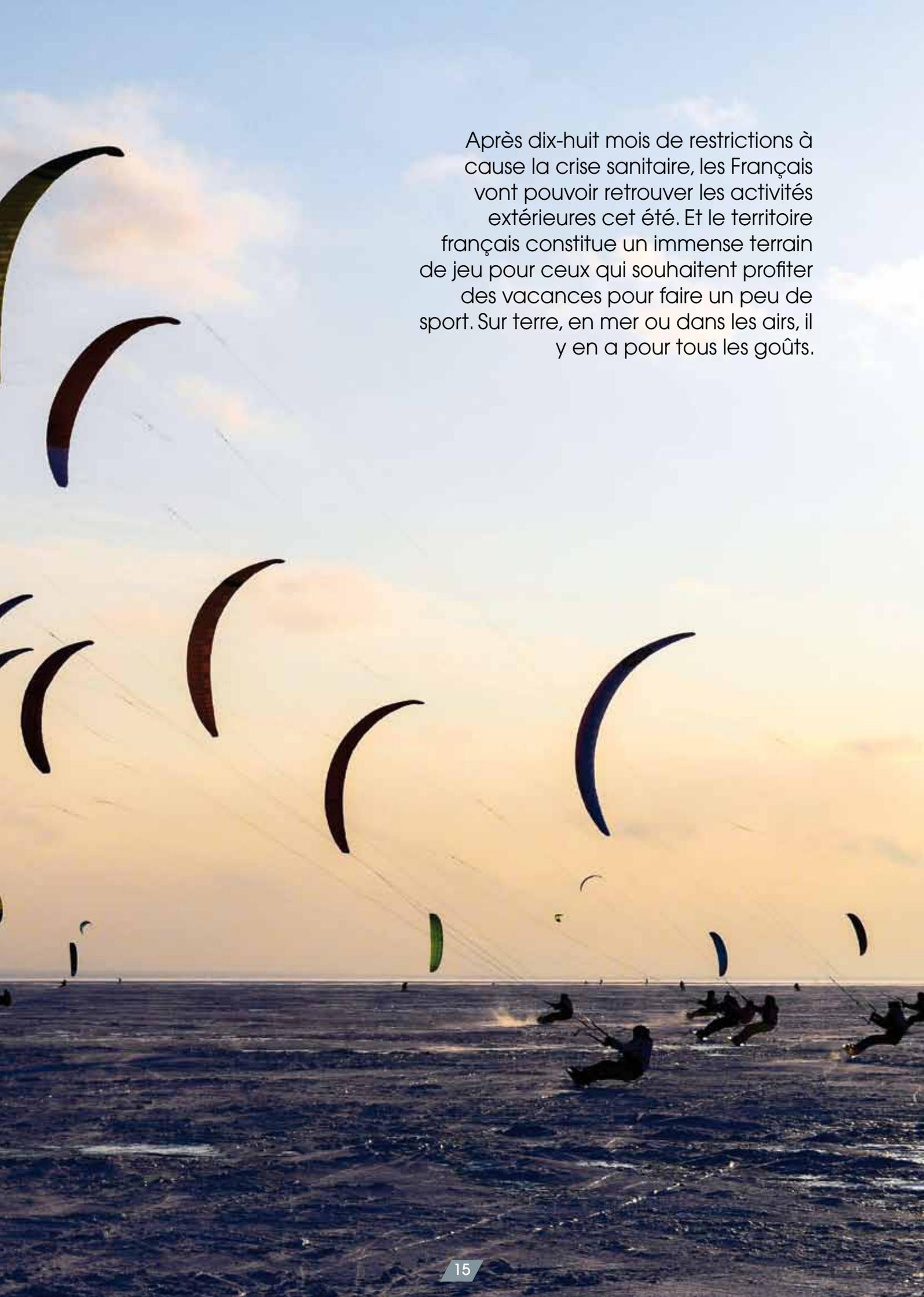
**DOSSIER**

**Sports de plein air**

*par Olivier Navarranne, Simon Bardet et Loïc Feltrin*



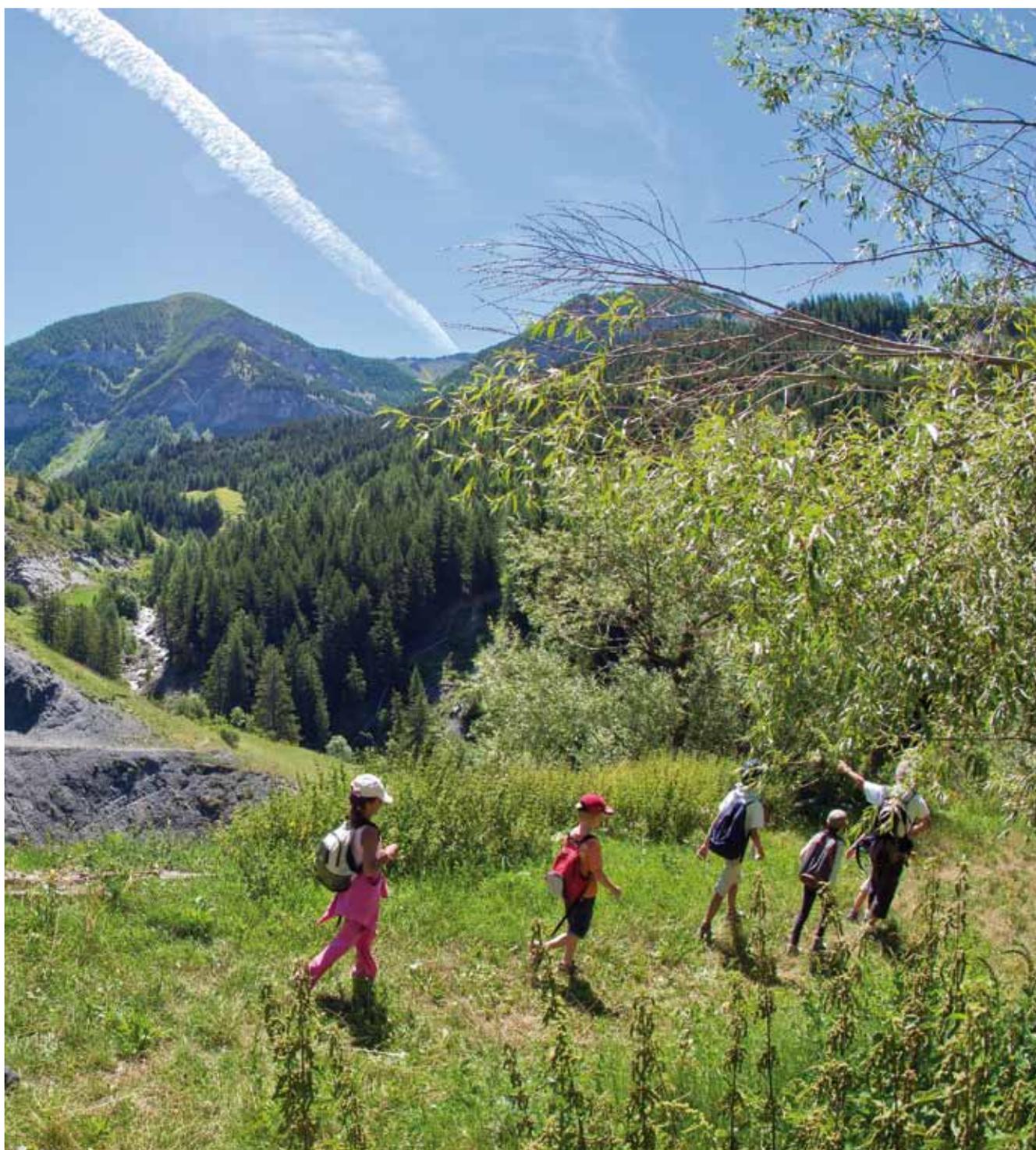
# LE SPORT au grand air



Après dix-huit mois de restrictions à cause la crise sanitaire, les Français vont pouvoir retrouver les activités extérieures cet été. Et le territoire français constitue un immense terrain de jeu pour ceux qui souhaitent profiter des vacances pour faire un peu de sport. Sur terre, en mer ou dans les airs, il y en a pour tous les goûts.

# L'Auvergne-Rhône-Alpes brille par sa diversité

Région de pleine nature par excellence, l'Auvergne-Rhône-Alpes dispose d'un très large panel d'activités sportives en période estivale. A tel point que ce territoire fait office de destination numéro un pour de très nombreux Français.



La région dispose d'un cadre idéal à la pratique des sports de pleine nature.



© Philippe Propage

## L'AVIS DE...

**Philippe Propage**

Entraîneur de l'équipe de France de Trail

### Espace Trail Puy Mary (Cantal)

« L'Espace Trail Puy Mary se trouve à Mandailles-Saint-Julien. C'est une région que je connaissais pour y avoir pratiqué le trail quand il n'était pas encore connu du grand public dans les années 1990. Ce lieu permet des conditions d'entraînement qui correspondent aux membres de l'équipe de France avec des parties montagneuses sans être dans la haute-montagne. Il existe aussi des portions qui permettent de courir vite. Ce sont deux aspects importants pour la préparation d'une compétition. Au niveau des distances, on a ce qu'on veut avec énormément de sentiers balisés et un éventail de parcours entre 10 et 40 kilomètres comprenant divers dénivelés et difficultés. C'est donc idéal pour effectuer une semaine complète d'entraînement. C'est pourquoi j'organise depuis plusieurs années un ou deux stages par an avec l'équipe de France. Nous avons des conditions parfaites d'entraînement. La population du Cantal ressemble au monde du trail. Ce sont des personnes humbles, travailleuses qui aiment préserver mais aussi partager la nature. »



© Espace Trail Cantal

### Espace Trail Chalmazel- Jeansagnière (Loire)

« Avant de partir organiser des stages dans le Cantal, l'équipe de France venait s'entraîner dans la Loire entre 2009 et 2016. Le sommet de la station de Chalmazel-Jeansagnière est à 1600 mètres d'altitude. Il y a des très bonnes conditions d'entraînement tout autour de cette petite station de ski, presque la seule dans la Loire. S'il n'y a pas une multitude de terrains de jeu différents, on trouve une grosse bosse qui permet de bien s'entraîner. C'est de la moyenne montagne. Cette station est placée à la limite du Puy-de-Dôme. On trouve des circuits balisés organisés autour d'un espace trail dédié. C'est une très belle région avec la chaîne du Puy-de-Dôme d'un côté et de l'autre, la possibilité d'apercevoir les Alpes. Et, il faut savoir que l'équipe de France avait déjà d'excellents résultats lorsqu'elle venait préparer les compétitions dans ce coin de la Loire. »



© Loire Tourisme

### Dolce Via (Ardèche)

Terre de sport et de nature, l'Ardèche fait partie des départements dont la fréquentation augmente très nettement une fois les beaux jours de retour. Le territoire ardéchois propose ainsi de nombreux sites dédiés à de nombreuses pratiques, mais le vélo demeure un axe important du département. Depuis plusieurs années, l'Ardèche dispose ainsi d'une « Dolce Via », une voie douce située dans la Vallée de l'Eyrieux et qui emprunte le tracé de l'ancienne voie de chemin de fer départementale abandonnée depuis 1968. Désormais, c'est un parcours de 90 kilomètres qui permet de relier Saint-Laurent-du-Pape à Saint-Agrève et Lamastre via Le Ceylard. La Dolce Via est devenu un rendez-vous familial chaque été, elle qui se pratique à pied, mais peut aussi laisser la place aux VTT et aux VTC. Le parcours de 90 kilomètres permet de bénéficier de paysages exceptionnels, mais aussi de découvrir un peu plus, au fil de la route, le patrimoine agricole et industriel de la vallée de l'Eyrieux.



© France Vélo Tourisme

L'AVIS DE...

Marie Pellegrin

Vice-championne du monde 2010 de saut d'obstacles



© item Sport

## Écuries de La Roche à Vourles (Rhône)

« Les Écuries de la Roche à Vourles sont toutes neuves. Ce lieu dédié aux chevaux se trouve à 15 minutes du centre-ville de Lyon. C'est du jamais vu d'avoir un endroit si beau et si proche d'une grande ville. Ce sont des écuries de propriétaires. On peut y accéder avec son cheval. Des stages de dressage, de sauts d'obstacles et d'éthologie (étude du comportement des espèces animales) sont organisés. Nina Laurent, gérante des Écuries de La Roche, fait venir des intervenants. Par exemple, Corinne Chaussemy a organisé un stage d'équicoaching, une manière de développer des compétences managériales grâce à la connexion avec le cheval. Aux Écuries de La Roche, on peut mettre son cheval au pré en retraite ou pour le monter. On vient avec son cheval et on paie un logement pour profiter du lieu. C'est un endroit très agréable dans un cadre exceptionnel à proximité de Lyon. »



© Écuries de La Roche

## Parc du Cheval à Chazey (Ain)

« Le Parc du Cheval est un lieu entièrement dédié aux chevaux. Il y a un centre d'entraînement de courses avec une piste de galop et plusieurs écuries qu'on appelle des barns où les chevaux de courses sont logés. En descendant plus bas, on trouve le pôle hippique. On peut organiser des manifestations, du saut d'obstacles, du dressage et bientôt du complet. Toutes les disciplines de l'équitation sont représentées. C'est le pôle référence en Auvergne Rhône-Alpes, à 35 minutes de Lyon. Nous avons l'habitude de faire des compétitions. On peut aussi y aller s'entraîner. En tant que compétitrice, je peux louer la carrière et venir avec mes chevaux dans les meilleures conditions. Il y a plusieurs carrières en extérieur, des manèges. C'est un outil de travail rare et exceptionnel. Beaucoup d'hectares en dehors du parc permettent de sortir les chevaux. Sportivement et professionnellement, le Parc du Cheval est un endroit intéressant et agréable. Il coche toutes les cases pour la pratique de l'équitation en tous genres. »



© Parc du Cheval

## Le Rocher de Salèse (Ain)

Terre d'escalade, la région Auvergne-Rhône-Alpes regorge de sites dédiés à cette discipline. Dans l'Ain, le Rocher de Salèse fait partie des lieux qui participent à la dynamique de l'escalade au sein du département, notamment en période estivale. Cette falaise d'une cinquantaine de mètres de hauteur propose une escalade sur dalles raides, offrant de nombreuses réglettes et de prises verticales. Situé à Ambérieu-en-Bugey, ce site de pratique n'est pas le plus fréquenté du département et permet donc de prendre le temps de découvrir ou de se perfectionner sur les différentes voies qu'offre la falaise. Bien entendu, la pratique se fait nécessairement dans la plus grande sécurité, le port du casque étant indispensable en raison de possibles chutes de pierres. Le Rocher de Salèse offre des conditions météorologiques idéales pour la pratique de l'escalade, avec un soleil qui arrive en fin de matinée et une falaise qui voit très peu la pluie en période estivale.



© Pérouges Bugey Tourisme

SAVE THE DATE  
**29 et 30**  
**JUIN**  
**LYON 2021**



**FORUM SPORTS & TERRITOIRES**

# **LE SPORT D'APRÈS, C'EST MAINTENANT !**

**Comment inventer un sport soucieux  
des nouveaux enjeux environnementaux,  
économiques et sociaux ?**

**INSCRIPTION :**

**[www.helloasso.com/associations/sports-et-territoires](http://www.helloasso.com/associations/sports-et-territoires)**

**En direct du MATMUT STADIUM de Gerland**  
**Sous réserves des mesures sanitaires**

**AVEC LE SOUTIEN DE**



**GRANDLYON**  
la métropole

# La Bourgogne- Franche-Comté au plus près de la nature

La Bourgogne Franche-Comté offre de sublimes espaces naturels pour la pratique du sport. Entre vignobles bourguignons et massifs franc-comtois, les sportifs de tous niveaux s'épanouissent au quotidien.



En Bourgogne-Franche-Comté, des départements comme le Jura sont des territoires axés sur les sports de pleine nature.



© Zoé Remy

L'AVIS DE...  
**Zoé Remy**  
Athlète de roller de haut niveau

## Piste cyclable de Dijon à Pont de Pany (Côte d'Or)

Ne plus penser à rien. C'est cette sensation de liberté que recherchent les sportifs. Pour retrouver ce sentiment de légèreté, Zoé Remy, athlète de speedskating, aime se rendre sur la piste cyclable entre Dijon et Pont de Pany. Sur cette infrastructure accessible à tous, la championne aime s'entraîner plusieurs fois par mois, bouclant un tour de 33 kilomètres au cœur de la Côte-d'Or. « *Le cadre est très agréable. Il est possible de faire tout un entraînement sur une longue distance sans être coupé. Nous pouvons garder le rythme. Il n'y a pas de voitures donc nous travaillons sur un espace bien sécurisé. De plus, le revêtement est de bonne qualité une fois arrivé à Plombières-lès-Dijon. C'est un cadre préservé et assez sympa au bord du canal* », explique la Dijonnaise. Ce parcours est un bon moyen de se ressourcer autour du lac Kir, tout en contemplant les écluses présentes sur l'itinéraire ainsi que les jardins de Plombières-lès-Dijon.



© Département de la Côte d'Or

## Côte de Pasques (Côte d'Or)

Dans un tout autre domaine, Zoé Remy présente son deuxième terrain de jeu. Entre deux séances de patinage, la sportive de 25 ans prend son vélo pour compléter ses entraînements. Cette dernière conseille d'effectuer quelques coups de pédales pour rejoindre la côte de Pasques. Une ascension longue de huit kilomètres environ mais qui n'est pas très pentue (3,5 % de moyenne). Un effort qui est très vite récompensé puisque les plus courageux prennent plaisir à contempler la vue depuis le plateau de Lantenay, récompense promise à celles et ceux qui arrivent au sommet. « *Nous avons toute une vue sur Lantenay (petit village). Je trouve ce paysage vallonné super joli* ». La côte offre la fraîcheur de la forêt et, une fois arrivé au sommet, le paysage se dégage pour laisser place à une vue splendide. Quelques kilomètres de plaisir pour s'évader. Seul ou accompagné, le plaisir est toujours au rendez-vous. Très rarement dérangés par les voitures, les cyclistes se retrouvent en communion avec la nature. Un bon moyen d'apprécier les paysages à couper le souffle de la Côte-d'Or.



© Département de la Côte d'Or

## Roche de Solutré (Saône-et-Loire)

Réputée pour la richesse de son histoire, la roche de Solutré attire aussi bon nombre de sportifs. Cet escarpement calcaire fait rêver les amateurs d'escalade. Avec un sommet culminant à 493 mètres d'altitude, l'ascension est autant appréciée des débutants que des confirmés. La falaise offre soixante-cinq lignes verticales de cotations 4a à 7b. Il est également possible d'accéder au sommet via un chemin aménagé pour les visiteurs. La marche et le trail y sont régulièrement pratiqués. Des chemins de VTT sont également à disposition des sportifs pour se balader au cœur des vignobles qui entourent la roche. Sa petite sœur, la roche de Vergisson, est également appréciée des sportifs pour les mêmes disciplines. En plein cœur de la nature, c'est un véritable havre de paix qui est à disposition de tous. Locaux, touristes, sportifs du dimanche ou athlètes confirmés, le site de Solutré séduit de plus en plus chaque année.



© Office de Tourisme de Cluny Sud Bourgogne

## L'AVIS DE...

Simon Mettetal

Athlète de parapente de haut niveau



© Simon Mettetal

## Val de Morteau (Doubs)

Simon Mettetal prend de l'altitude. Le champion de parapente s'amuse en Bourgogne Franche-Comté. Depuis maintenant sept ans, son principal terrain de jeu se situe au-dessus du Val du Morteau, au sommet des pistes de ski du Meix Musy. Un point culminant à 1287 mètres d'altitude, permettant d'avoir une vue imprenable sur le Doubs. Avec un dénivelé de 527 mètres, ce décollage de parapente est l'un des plus élevés de la région. Les entraînements débutent au début du printemps, lorsque la neige recouvre encore les massifs, et se terminent à la fin de l'automne, au moment où les arbres perdent de leur splendeur. Ce spot permet aux adeptes de sensations fortes d'admirer, sur la distance, l'ensemble de l'arc jurassien. « C'est depuis ce site que j'ai pu battre le record de distance libre du Jura en me posant 250 kilomètres plus loin au sud de Grenoble », confie Simon Mettetal. Mais attention, ce spot avec sa gorge et son profil en marches d'escalier, demande un minimum d'expérience et de capacités d'analyses aérologiques.



© Atlas du Val de Morteau

## Besançon (Doubs)

Bien que la ville de Besançon soit plus connue pour sa cathédrale et ses musées, les alentours de la Ville d'or réservent parfois quelques surprises. Perdue parmi les différents reliefs, la montagne du fort de planoise est un lieu apprécié par Simon Mettetal. Lors de son premier vol à l'âge de 13 ans, le champion de parapente est tombé amoureux des lieux. Depuis, il continue de s'entraîner ici, sur les traces de son enfance. « Malgré ses 200 mètres de dénivelé, cette montagne offre un gros potentiel de vol de plaine. Ce site est notamment très intéressant les journées où les orages arrivent tôt sur le massif du Jura. Cette montagne possède deux décollages orientés pour les vents dominants de nord-est (la bise) et sud-ouest. » Bien que le départ soit assez technique à cause des courtes rampes de lancement, les possibilités d'atterrissage sont nombreuses. Cela permet de rendre ce spot plus accessible aux débutants.



© Ville de Besançon

## L'Échappée Jurassienne (Jura)

Une petite échappée dans le Jura, ça vous tente ? Ça tombe bien, le département dispose de 352 kilomètres de sentiers de randonnée balisés GR®. Un grand itinéraire baptisée L'Échappée Jurassienne qui attire de plus en plus de curieux chaque année. Les randonneurs peuvent ainsi traverser le massif du Jura d'est en ouest, profitant au passage des paysages somptueux qu'offre le département. Le départ de l'Échappée Jurassienne se fait depuis la ville d'Art et d'Histoire de Dole, avec des étapes dans les plus grands sites du Jura. Le parcours se termine soit à Saint-Claude, soit à Nyon (Suisse). Les randonneurs devront choisir entre les deux itinéraires lors de leur arrivée à la Station des Rousses. Un programme qui plaira à tous les amoureux de la montagne et de la nature. Et pour les amateurs de vélo, l'Échappée Jurassienne se décline désormais en version VTT, de Dole à la Station des Rousses.



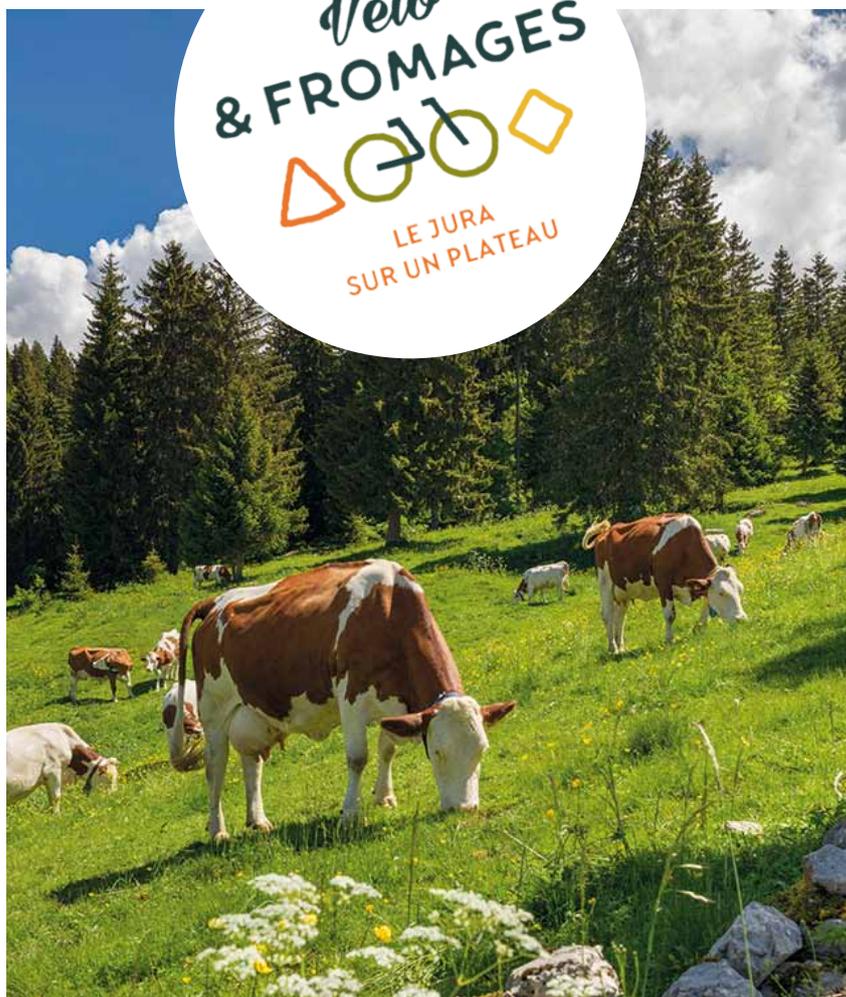
© Benjamin Becker/Jura Tourisme



**jura**  
TOURISME

# LE JURA EN 6 PARCOURS

RETROUVEZ TOUTE L'OFFRE SUR  
[WWW.JURA-VELO.FR](http://WWW.JURA-VELO.FR)



Credits photos : ©Stéphane Godin/Jura Tourisme, Thierry Laroche/CD39 - www.studiolautre.fr - 2020

# La Bretagne au fil de l'eau

Que ce soit sur les côtes ou dans les terres, la Bretagne vibre au rythme des sports nautiques en période estivale. A tel point que le territoire breton est devenu l'une des destinations tendances de l'été.



La Bretagne fait partie des territoires privilégiés pour la pratique du kitesurf.



© Clément Huot

L'AVIS DE...  
**Clément Huot**  
Kitesurfeur professionnel

## Baie de Lancieux (Côtes-d'Armor)

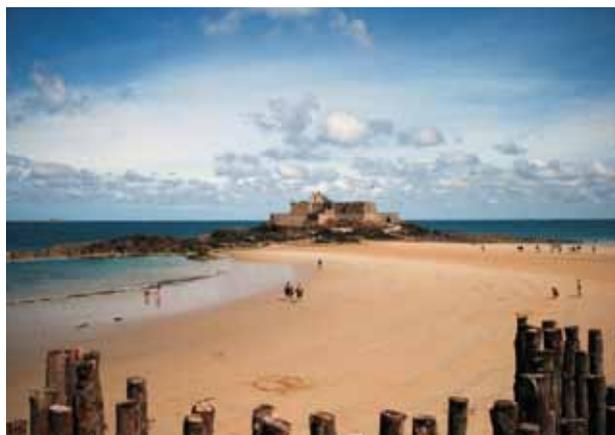
« C'est un lieu extraordinaire doublé d'un cadre exceptionnel. Par rapport à la pratique du kitesurf notamment, la baie de Lancieux offre pas mal de possibilités par rapport aux directions de vents et aux différentes marées. Quelle que soit la direction du vent, on peut venir pratiquer et profiter, c'est quelque chose d'assez unique et c'est ce qui fait que cet endroit est spécial. Les spots se prennent plutôt bien, quelle que soit la période de l'année. Il y a pas mal de rochers, donc il faut faire assez attention et naviguer en milieu de baie, mais lorsque les spots sont bien maîtrisés, c'est un vrai plaisir. Personnellement, j'adore y revenir régulièrement. C'est un lieu bien connu dans le monde du kitesurf, mais qui est aussi ouvert à d'autres disciplines. L'été notamment, il y a pas mal de sportifs qui profitent de la baie, en planche à voile par exemple. C'est un spot de dingue qui est vraiment extraordinaire pour la pratique des sports nautiques. »



© Office de Tourisme des Côtes-d'Armor

## Plage du Sillon (Ille-et-Vilaine)

« En Bretagne, pour le kite, il y a la baie de Lancieux, mais aussi la plage du Sillon, à Saint-Malo, qui fait partie des lieux incontournables. La plage est assez grande, elle fait environ 3 kilomètres, donc il est vraiment possible de pratiquer sans être trop dérangé, malgré l'affluence qui est toujours très présente. C'est l'une des plages très fréquentées en Bretagne pendant l'été, c'était par exemple le cas ces dernières années et même l'année passée, mais on peut tout de même pratiquer et se faire plaisir. Le vent y est présent et plusieurs spots permettent de vraiment bien profiter des conditions. D'ailleurs, il y a des écoles de kite qui sont installées sur ce lieu pour dispenser des cours, permettre de progresser ou tout simplement de découvrir la discipline. La plage du Sillon est incontournable car elle bénéficie justement de spots qui sont accessibles à tous, mais aussi de spots qui sont un vrai challenge pour les initiés. C'est tout simplement un régal ! »



© Office de Tourisme d'Ille-et-Vilaine

## Base des sports nature de Lannion (Côtes-d'Armor)

Partout sur le territoire, les bases de sports nature se sont développées depuis plusieurs années. C'est particulièrement le cas dans les régions qui entretiennent une forte tradition dans la pratique des sports de nature. C'est le cas en Bretagne, où la base des sports nature de Lannion attire chaque été de plus en plus de Costarmoricains, de Bretons, et même au-delà. Un succès croissant qui s'explique par la diversité d'activités et de disciplines proposées par le lieu : courses d'orientation, sorties VTT, escalade, tir à l'arc ou encore activités nautiques. Ces dernières sont un pilier du lieu avec notamment la découverte du kayak et du rafting en eau vive, du kayak de mer et des sorties encadrées et cours particuliers sur tous types d'embarcations. La base des sports nature de Lannion est ouverte de janvier à décembre, mais la période de pratique idéale reste évidemment estivale, une saison qui permet de profiter pleinement du cadre et des conditions offertes par le site costarmoricain.



© Office de Tourisme des Côtes-d'Armor

## L'AVIS DE...

Camille Prigent

Membre de l'équipe de France de Canoë-Kayak



© Icom Sport

## Bassin des Roches du Diable (Finistère)

« J'ai passé énormément de temps sur les bassins bretons avant de me diriger vers de plus gros bassins nationaux et internationaux. En Bretagne, le bassin incontournable est vraiment celui des Roches du Diable. C'est un lieu très important pour moi, qui a énormément participé à ma progression. C'est un bel équipement dont j'ai bien profité lorsque j'étais benjamine et minime. Lorsqu'il y a beaucoup d'eau, c'est un bassin d'excellente qualité qui représente un beau challenge pour des athlètes de haut niveau. Mais je pense que de façon générale, ça reste un lieu qui est accessible pour une majorité de pratiquants, on peut vraiment se faire plaisir et progresser sur cet équipement sans être un athlète de haut niveau. Pour du loisir par exemple, c'est vraiment un endroit assez cool avec un cadre très sympa. Je l'avoue, à chaque fois que je reviens en Bretagne, je prends plaisir à retrouver ce bassin. J'y suis retourné l'hiver dernier par exemple et c'était une très belle expérience, comme toujours. »



© Office de Tourisme du Finistère

## Parc d'eau vive d'Inzinzac-Lochrist (Morbihan)

« Ça fait partie des bassins bretons de très bonne qualité et qui sont incontournables. Je pense que c'est surtout un très bon spot pour les débutants, afin d'apprendre les bases de notre discipline. Le bassin est vraiment magnifique, son cadre est de nature à attirer pas mal de curieux je pense. Pour pratiquer le slalom dans un très beau cadre, c'est le bassin idéal. Comme je le disais, c'est le lieu parfait pour les débutants, car le rouleau proposé par le début de parcours n'est pas très exigeant et permet donc de s'élancer sur de bonnes bases pour la suite du slalom. Il y a d'ailleurs pas mal de compétitions pour les jeunes, ou de niveaux départemental et régional qui s'y déroulent. Ça fait tout simplement partie des piliers pour tout jeune breton ou bretonne qui se lance dans la pratique du canoë-kayak. Mais c'est le cas aussi pour une simple pratique de loisir, le côté moins difficile du lieu permet au plus grand nombre de venir pratiquer plus facilement. »



© Office de Tourisme du Morbihan

## Plage du Trez à Bénodet (Finistère)

Si cette plage finistérienne peut évidemment servir de lieu de repos et de détente au soleil, elle est aussi, depuis plusieurs années, le cadre privilégié de la pratique du longcôte. Une activité de plein air, pratiquée dans l'eau de mer, été comme hiver, qui consiste à marcher dans l'eau à différentes allures, avec de l'eau qui atteint pour niveau maximum le bas de la poitrine. Dans le Finistère, de nombreux clubs et associations proposent la pratique d'une discipline qui se démocratise progressivement. La plage du Trez fait partie des lieux majeurs concernant le longcôte en Bretagne, offrant un cadre idyllique et une mer pas trop agitée, les conditions idéales pour débiter. Si le longcôte plaît de plus en plus chaque été, c'est aussi parce qu'il s'agit d'une activité de groupe. La convivialité est donc une notion inhérente à la pratique du longcôte. Une convivialité extrêmement présente tout au long de l'année sur la plage du Trez.



© Station de Bénodet

**SAM**  
**10**  
JUILLET  
2021

ACCOR  ARENA



D E R N I È R E É T A P E F R A N Ç A I S E A V A N T T O K Y O

# FRANCE VS ESPAGNE

DOUBLE CHOC : FEMMES >17H30 • HOMMES >20H30

INFOS ET RÉSA : [BILLETTERIE.FFBB.COM](http://BILLETTERIE.FFBB.COM)

FOURNISSEURS OFFICIELS



PARTENAIRES OFFICIELS



# Le Centre-Val de Loire

## entre eau et vélo

Du kayak au vélo en passant par l'accrobranche, le Centre-Val de Loire est une région qui regorge d'activités sportives en période estivale. Un territoire varié qui gagne à être connu.



La pratique du kayak s'est démocratisée depuis de nombreuses années dans la région.



© Iron Sport

## L'AVIS DE...

**Sarah Guyot**

Membre de l'équipe de France de kayak

## Au cœur de la Touraine (Indre-et-Loire)

« En Touraine, on a la chance de bénéficier de nombreux endroits qui permettent la pratique du canoë-kayak. C'est un territoire où se croisent le Cher et la Loire, en termes de rivières et de lieux de pratiques, il y a donc l'embaras du choix. Pour ma part, j'adore remonter le Cher en amont, afin de profiter de lieux assez sauvages. On a vraiment l'impression d'être seule au monde, au milieu de l'eau et de la nature, c'est très plaisant et revigorant. Parfois, j'aime aussi pratiquer en aval du Cher, le paysage et le cadre y sont un peu différents, mais très plaisants également. De manière générale, la Touraine est vraiment un territoire idéal pour la pratique du canoë-kayak. On y trouve des rivières qui offrent des challenges et défis différents, mais qui permettent aussi de profiter d'une simple balade sur l'eau, au cœur de la nature. C'est un territoire que j'adore et c'est là que j'aime me faire plaisir grâce à mon sport. »



© Touraine Val de Loire

## Rivière de l'Île Balzac (Indre-et-Loire)

« Il s'agit du stade d'eau vive où réside mon club, le Canoë-Kayak Club de Tours. C'est vraiment un lieu de pratique de grande qualité pour le canoë-kayak, mais aussi pour le rafting. Le club propose des séances, ce qui permet d'attirer du monde dans ce lieu. Pour ma part, j'adore pratiquer ma discipline sur le Cher, c'est une rivière sur laquelle je prends beaucoup de plaisir. C'est un lieu qui offre du défi technique pour les initiés, mais qui permet également aux débutants de venir découvrir la discipline et de pratiquer en toute sécurité. De plus, il y a un cadre assez magnifique, c'est une région que j'adore. On est vraiment au milieu de la nature, c'est très apaisant et reposant, ça permet vraiment de profiter à fond des conditions qui sont offertes. Il y a pas mal de créneaux disponibles proposés par le club pour ceux qui veulent découvrir le lieu, je pense donc que ce sera un endroit de plus en plus fréquenté en vue de l'été. »



© Ville de Tours

## Forêt d'Orléans (Loiret)

35 000 hectares d'arbres verdoyants et 1200 kilomètres d'allées forestières : la forêt d'Orléans offre un cadre majestueux et une ombre parfois bienvenue en plein été. L'idéal pour se reconnecter avec la nature, mais aussi en profiter pour s'aventurer sur des chemins de randonnées. La forêt d'Orléans est le centre névralgique de nombreux itinéraires. En compagnie d'un guide, il est possible de se plonger au cœur de la plus grande forêt domaniale de France. Pour ceux qui souhaitent découvrir le mieux par eux-mêmes, qu'ils soient seuls, entre amis ou en famille, il est possible de parcourir la forêt d'ouest en est par le sentier de grande randonnée GR3, et du nord au sud par le GR32. La randonnée baptisée « L'observatoire du Ravoir » permet de découvrir de plus près la faune qui peuple le lieu. Enfin, la randonnée « Le Belvédère des Caillettes » offre de la hauteur et ainsi un panorama exceptionnel sur la forêt d'Orléans.



© Orléans Val de Loire Tourisme

## L'AVIS DE...

**Raphaël Beaugillet***Membre de l'équipe de France handisport de cyclisme sur piste*

© Raphaël Beaugillet

**Chambord (Loir-et-Cher)**

« Du temps où je faisais pas mal de route, c'est là que j'allais pour vraiment rouler et profiter. L'endroit est assez plat, on ne trouve pas de parcours vallonné comme cela peut être le cas ailleurs dans le département. Le Loir-et-Cher dispose de très belles routes qui permettent de profiter du paysage, et c'est particulièrement le cas du côté de Chambord où le cadre est évidemment exceptionnel. On peut pédaler en admirant le château et ses alentours, c'est vraiment le type de sortie vélo où on se fait plaisir. Dans le coin, il y a pas mal de circuits touristiques qui se sont mis en place pour ceux qui pratiquent le vélo, en été notamment, ça permet de découvrir des lieux grâce au vélo. Je pense aussi à Amboise, en Indre-et-Loire, où les routes sont également très agréables et permettent de profiter vraiment d'une belle sortie à vélo. Le château et le cadre y sont également magnifiques, mais le top, ça reste Chambord. »



© Office de Tourisme Blois Chambord

**Vallée du Cher (Allier)**

« Il y a pas mal de petites bosses, un circuit plus vallonné que du côté de Chambord par exemple, ce qui permet donc d'avoir non seulement un paysage différent, mais aussi de travailler différemment sur le vélo. On enchaîne les difficultés et les routes plus simples, il y a donc vraiment un effort à fournir, c'est une sortie vélo plus exigeante. Mais on arrive quand même à se faire plaisir surtout grâce au cadre et aux paysages qui sont proposés. Il y a des moments où on est au milieu des vignobles, d'autres où on roule au fil de l'eau... C'est vraiment assez diversifié et très plaisant. Il y a d'ailleurs, comme à Chambord, pas mal de circuits qui se mettent en place pour permettre de découvrir ce magnifique territoire à vélo. Quand je reprends mon vélo de route, que je suis de passage dans le coin, c'est un endroit que je redécouvre à chaque fois avec plaisir. Les paysages et parcours proposés s'adressent à tous les publics, il y en a pour tous les goûts. »



© Loire Valley Cycling

**AccroCamp Chartres (Eure-et-Loir)**

Du sport nature en plein centre-ville, c'est possible ! En Centre-Val de Loire, et plus particulièrement en Eure-et-Loir, département très axé sur la pratique de ces disciplines, l'accrobranche est une activité implantée au cœur de la ville de Chartres. AccroCamp Chartres permet de s'amuser en famille ou entre amis au sein d'un parc qui propose des parcours acrobatiques dans les arbres en toute sécurité grâce aux structures adaptées à tous les âges. Un lieu et une discipline qui permettent chaque été à de plus en plus de citadins de pouvoir déconnecter et se rapprocher de la nature. Pour les débutants, pas d'inquiétude, puisque différents niveaux de difficultés sont proposés au sein du parc. Les parcours verts, d'une durée de 1h30, sont d'un niveau facile et permettent vraiment à ceux qui débutent de profiter pleinement de l'activité et du cadre assez exceptionnel offert par la cité d'Eure-et-Loir.



© AccroCamp

# QUI A DIT QUE LES GAULOIS NE SAVAIENT PAS RECEVOIR

47 Attractions & Spectacles - 3 Hôtels



PARC  
+  
HÔTEL  
JUSQU'À  
**-30%**



**ON EST COMME ÇA  
AU PAYS DES GAULOIS**

\*Offre limitée et soumise à disponibilité, valable sur une sélection de dates jusqu'au 02/01/2022.  
Tarifs selon calendrier 2021. Conditions de l'offre sur [parcasterix.fr](http://parcasterix.fr)  
Photo retouchée

## UNE EXPÉRIENCE GAULOISE UNIQUE !

À 35 km de Paris et à 15 min de l'aéroport Roissy-Charles-de-Gaulle, venez profiter des attractions, spectacles et animations pour toute la famille du Parc Astérix. Cette année, découvrez le défilé Gaulois et ses nouveaux chars. Et tout au long de la journée, venez rencontrer les personnages emblématiques des aventures d'Astérix !

Nouveau ! Séjournez dans le nouvel hôtel 4\* du Parc : Les Quais de Lutèce. Immersion garantie en -50 avant J-C.

**Des mesures sanitaires strictes sont mises en place sur l'ensemble du Parc et dans nos hôtels. Le Parc se réserve le droit de modifier son programme ainsi que son calendrier d'ouverture en fonction de l'évolution des mesures sanitaires. Plus d'informations sur [www.parcasterix.fr](http://www.parcasterix.fr)**

Grévin & Compagnie SA, Plailly 60128, RCS Compiègne 334 240 033, Capital social 52 913 012,57. Licences d'entrepreneur de Spectacles n°1-1094807, 2-1094774 et 3-1094775. **steve** / Exécution : Free-Lance's l'Agence.  
ASTÉRIX®-OBÉLIX®-IDÉFIX® / © 2021 LES ÉDITIONS ALBERT RENÉ / GOSCINNY - UDERZO

# Corse

## **l'île de Beauté du sport**

Destination unique en France, la Corse est extrêmement prisée en période estivale. Un engouement logique tant l'île de Beauté regorge de sites majestueux dédiés à la pratique des disciplines de pleine nature.



© Icon Sport

La Corse dispose de conditions uniques pour la pratique de nombreux sports, dont les disciplines nautiques



L'AVIS DE...  
**Thierry Corbalan**  
 Champion handisport de natation

## Plage de Porticcio (Corse-du-Sud)

« Porticcio est une cité balnéaire avec des centres de vacances et des hôtels. On voit donc beaucoup de monde avec beaucoup de vacanciers. C'est un endroit très agréable avec une grande plage de sable puis des rochers plus loin. Il y a toute une vue sur la ville d'Ajaccio dans toute sa splendeur. Avec les montagnes derrière, c'est magnifique. On peut aussi voir les bateaux de croisière ou les ferries stationnés au port. On aperçoit la citadelle d'Ajaccio. On se trouve aussi proche de l'aéroport, on voit les canadiens décoller et parfois venir se ravitailler à quelques centaines de mètres de l'endroit où je suis en train de nager. »



## Plage du Ricanto à Ajaccio (Corse-du-Sud)

« La plage du Ricanto est le lieu où je débute mes entraînements en pleine mer. Elle se situe près de l'aéroport d'Ajaccio. Elle fait quatre kilomètres de long. C'est là que je vais nager tous les jours. Je pars de cette plage et en général je vais jusqu'à Porticcio, la ville qui se trouve sur la rive sud du golfe d'Ajaccio. Avant d'arriver à Porticcio, je passe devant une grande tour génoise qu'on appelle la Tour de Capitello. J'ai plusieurs circuits. Je peux aussi partir de manière perpendiculaire à la plage et je vais jusqu'à des rochers à la sortie de la plage. Au fond de l'eau, il n'y a pratiquement que du sable. Je nage dans l'eau claire. L'été, on voit pas mal de poissons mais surtout des raies. Heureusement, il y a très peu de méduses, c'est un avantage quand on nage longtemps. La Plage du Ricanto est proche de mon lieu de résidence et surtout un lieu de rencontre des nageurs. Je trouve que c'est l'un des plus beaux endroits en Corse. On ne fait plus trop attention quand on vit ici, mais je reste admiratif du lieu. On ne peut pas s'en lasser. »



## Réserve marine de Calvi (Haute-Corse)

Ville corse magnifique, Calvi abrite également l'un des meilleurs spots de plongée de l'île de Beauté. C'est plus particulièrement la presqu'île de la Revellata qui attire, chaque été, de nombreux plongeurs désireux de profiter de ce cadre exceptionnel. La plongée s'effectue ainsi au beau milieu de rascasses, mérours, gorgones rouges, raies diables ou encore murènes, mais aussi de parois rocheuses qui font la beauté du lieu. Il est également possible de découvrir les fonds marins de la baie de Calvi en compagnie d'un moniteur de plongée expérimenté. Plusieurs spots tout autour de la baie permettent de découvrir de véritables trésors sous-marins. Des baptêmes de plongée sont possibles pour les débutants, et ce pour tous les âges. Pour les autres déjà habitués aux excursions sous-marines, Calvi représente le lieu de visite idéal en période estivale... d'autant que l'été, en Corse, l'eau est toujours chaude. Un point non négligeable au moment de plonger.



L'AVIS DE...

**Alexandra Feracci**

Membre de l'équipe de France de karaté



© Alexandra Feracci

## La Route des Sanguinaires (Corse-du-Sud)

« C'est l'endroit où je pratique la course à pied depuis mon domicile en direction des Îles Sanguinaires qui se trouvent au bout de l'île. J'ai l'habitude de faire ce circuit. Je cours au bord de la mer. Un lieu que j'aime particulièrement. Même quand ce n'est pas prévu dans mon programme d'entraînement, j'emprunte ce chemin parce que j'en ai besoin pour me ressourcer ou me retrouver seule en partant courir sur la Route des Sanguinaires. De temps en temps, cela m'arrive de faire une pause pour profiter du paysage. C'est aussi la direction pour aller à la plage l'été. Cette route représente le côté bien-être, le moment où je pense à moi. Aller courir vers un lieu que j'affectionne me fait du bien, dans un cadre idyllique pour faire un footing. Les yeux sont rivés sur la mer. Je me rends compte de la chance que j'ai. J'en profite et je suis reconnaissante de ces paysages magnifiques. »



© Office de Tourisme d'Ajaccio

## Plage de Capo di Feno (Corse-du-Sud)

« Cette plage n'est pas forcément dédiée à la pratique du sport, mais c'est un endroit que j'apprécie particulièrement. J'aime aller marcher et me ressourcer à cet endroit. Même parfois me poser en ne faisant rien de spécial. C'est l'une des plus belles plages de Corse. Elle est très nature. On se retrouve coupé du monde. Pour l'anecdote, il n'y a pas de réseau téléphonique à Capo di Feno. Cela permet de déconnecter complètement dans un cadre fabuleux. La plage se trouve en direction des Îles Sanguinaires, sur un embranchement pour rejoindre ce lieu. J'imagine qu'on pourrait faire du yoga ou même de la méditation. Je ne pratique pas ce genre d'activités, mais rien que de se poser au bord de l'eau et écouter le bruit des vagues, cela a un côté apaisant. Le maquis entoure la plage. On peut croiser des chevaux. Les fonds marins sont à couper le souffle. Sans oublier l'eau turquoise et le sable blanc. »



© Clotilde Lemaste

## GT20 (Haute-Corse & Corse-du-Sud)

La Corse est réputée pour son GR20, rêve mais aussi cauchemar de très nombreux randonneurs. Depuis 2019, l'île de Beauté s'est également dotée d'un GT20 : Grande Traversée 20. Comme son cousin pédestre, il permet de traverser l'île du nord au sud, depuis l'île du Cap Corse jusqu'à Bonifacio, le tout à vélo. Le GT20 comprend treize étapes maillées sur 550 kilomètres de voies. L'ensemble du parcours permet d'admirer les villages typiques corses, de profiter de vues plongeantes sur la mer, de se détendre, parfois, et de se surpasser, souvent. Le départ s'effectue de Bastia, la suite du tracé conduisant vers Erta et ses moulins, avant des étapes à Porto, Corte, le col de Vergio, situé à 1400 mètres d'altitude, avant le Graal : les falaises de Bonifacio. Un GT20 qui a déjà fait chauffer de nombreux mollets depuis près de deux ans et qui devrait être à nouveau fréquenté en vue de cette période estivale 2021.



© Collectivité de Corse



**Montgenèvre**  
Hautes-Alpes

# L'ambition sportive du Grand Est

La région Grand Est soutient le sport et ses sportifs. Elle a pris l'habitude de briller sur la scène internationale grâce à ses ambassadeurs, qui ont la chance de pouvoir profiter de nombreux lieux pour pratiquer. Espaces verts, routes historiques, plans d'eau, les amateurs de sport de plein air ne manquent de rien.



© Bruno Goulboury

Les activités de plein air sont multiples et variées en Grand Est



© Icon Sport

L'AVIS DE...  
**Benjamin Choquert**  
Champion d'Europe de Duathlon

## Se tester à la course à la Sapinière (Meurthe-et-Moselle)

« Sur Nancy, j'utilise beaucoup ce qu'on appelle la Sapinière, à Laxou. C'est un parcours de santé, avec une boucle qui fait 2,5 kilomètres et qui est mesurée. Beaucoup de sportifs vont là-bas pour faire leur séance », explique Benjamin Choquert. La Sapinière est située tout proche des installations sportives du stade Gaston Lozzia et de la forêt de Haye, plus vaste massif forestier proche de Nancy. Pour une sortie en plein air, les activités proposées sont nombreuses, avec un parcours de santé régulièrement rénové, des terrains de pétanque, des tables de ping-pong et des jeux pour les enfants. Le tout sur quatre hectares. Si le parcours de santé de 2,5 kilomètres vous fait peur, il existe une boucle plus courte, de 1 600 mètres. Pour les plus téméraires, il faudra passer par les barres parallèles, la poutre d'équilibre, le banc abdominal ou encore la poutre d'étirements. A noter que lors de l'inauguration de ce parcours, les meilleurs ont bouclé les 2,5 kilomètres en 7 minutes et 41 secondes. A vos chronos !



© Icon Sport

## Rouler à travers les petits villages de l'ouest nancéien (Meurthe-et-Moselle)

« Quand je vais rouler, je vais assez souvent dans les coins de Maron, derrière la forêt domaniale de Haye, parce que ça grimpe un peu, il y a un peu de dénivelé, et généralement il y a une boucle sympa à faire en passant par Villey-le-Sec. Il y a une route dans les bois qui est très fréquentée, et qui s'appelle les 1000 bosses. Ce parcours est vraiment très sympa pour une belle sortie cycliste », détaille Benjamin Choquert, qui « court et roule tous les jours ». L'athlète français, champion du monde (2019) et double champion d'Europe (2019, 2020) de duathlon, est prêt pour la reprise, en attendant, peut-être, le marathon des Jeux Olympiques de Tokyo : « Début juin, les Grands Prix de duathlon commencent, et il y a les championnats d'Europe début juillet. En tant que premier remplaçant sur le marathon pour les Jeux Olympiques, je suis toujours dans l'attente de savoir si je vais y aller ou pas. Ça sera en fonction des blessures, des méformes, ou si Amdouni choisit par exemple de privilégier le 10 000 mètres plutôt que le marathon. Je me tiens prêt et je verrai bien ! »



© AOP Presse / Icon Sport

## Des activités multiples sur la Route des Crêtes (Haut-Rhin et Vosges)

La route des Crêtes, qui relie Cernay à Sainte-Marie-aux-Mines, a été créée lors de la Première Guerre mondiale, pour assurer la logistique et la défense sur le front des Vosges. Aujourd'hui, de nombreuses activités sportives sont proposées sur les différentes étapes de cette route. Randonnées tranquilles ou ascension courageuse jusqu'au Grand Ballon et ses 1424 mètres d'altitude, les promeneurs pourront découvrir de nombreux panoramas, plus de 2500 espèces végétales du monde entier au jardin d'altitude du Haut Chitelet, et même croiser vaches et chamois dans le massif du Hohneck. La station du Markstein, elle, propose des randonnées, du VTT, de la luge sur rail, du mini-golf, et même du vol libre pour un maximum de sensations fortes. L'été, il est également possible de profiter du Lac Blanc, qui dispose d'un bike park et d'un parc aventure. Tout est réuni pour profiter du grand air en s'imprégnant de l'Histoire de France.



© Jean Isrermann

## L'AVIS DE...

Emma Cornelis

Championne d'Europe U23 d'aviron



© Eric Maire / FFA

## S'essayer à l'aviron sur la Meurthe (Meurthe-et-Moselle)

« Pour pratiquer l'aviron, on peut aller sur la Meurthe. C'est un bassin assez court, qui n'est pas très large, et on peut faire des allers-retours. C'est sympa parce qu'on voit sur les rives des gens qui courent. Et comme nous faisons des allers-retours, entre rameurs, on se voit. C'est cool, on ne s'ennuie jamais, car il y a toujours du monde. Au Pôle France et Espoir Nancy, on rame tous les matins. On fait souvent 20 kilomètres. Pour les filles, c'est environ 1h45 d'entraînement, et pour les garçons, c'est un peu plus court, 1h30. C'est à basse cadence, pour travailler le cardio, donc c'est une séance assez longue », explique Emma Cornelis, qui a terminé respectivement 8e et 10e des deux derniers championnats d'Europe chez les « grands » avec le Quatre de pointe. Et si la jeune rameuse n'ira pas à Tokyo cet été, elle rêve d'un titre mondial chez les U23 et des Jeux Olympiques de Paris en 2024 : « Je suis toujours U23, et je veux faire aussi bien que l'année dernière. On aura les championnats du monde, et être championnes du monde serait une belle fin chez les U23 pour moi. Concernant Paris 2024, cela fait 2 ans que c'est mon objectif principal, c'est pour des événements comme celui-là qu'on s'entraîne. L'aviron, ça demande du temps, c'est un sport à maturité assez tardive. Cet objectif nous anime à l'entraînement, ça donne une véritable motivation. »



© Hélix

## Profiter de la campagne et des rives de la Meurthe (Meurthe-et-Moselle)

« J'ai déjà couru sur les bords de Meurthe, il y a des parcours sympas à faire. C'est agréable car on n'est pas sur la route, et il n'y a pas de voiture. On est au bord de l'eau, il y a de la verdure, c'est une sortie que j'aime bien. En course à pied, si on veut trouver des parcours plus vallonnés, il faut faire un peu plus de bornes. À vélo, on fait souvent des sorties aérobie avec les gens du Pôle, pour changer un peu. Il y a beaucoup de pistes cyclables ou de parcours aux alentours, avec plus ou moins de dénivelé. C'est assez complet autour de Nancy. Comme c'est une petite ville, on est vite à la campagne, et c'est très agréable. En 15 minutes, on est un peu dans la campagne et on trouve facilement des chemins avec du dénivelé. » Des sorties qu'Emma Cornelis fait surtout l'après-midi : « Cette période de la journée est consacrée à la musculation ou à l'aérobic, pour varier les séances. Il y a au moins deux après-midi où c'est musculation, où l'on a une fiche à suivre avec 15 exercices que l'on les répète trois fois. Ce sont des tours qui durent 30 minutes, donc une séance, c'est 1h30 de musculation pure, sans compter l'échauffement et la récupération. Sinon, il y a les séances aérobie, c'est là qu'on en profite pour faire de la course à pied, du vélo. Et de temps en temps, on rame encore, si on en a envie ou besoin. »



© Régine Datin

## S'essayer au cerf-volant au Hohbuhl (Bas-Rhin)

Oublions les nombreux essais infructueux et les innombrables piqués dans le sable vécus lors de l'enfance, au bord de la mer. Le cerf-volant, ce n'est pas qu'une activité enfantine avec un matériel souvent de piètre qualité. C'est aussi un sport décliné en de multiples disciplines : le freestyle, la précision, le ballet et la vitesse. Pour ceux qui ont envie de dompter le vent, les hauteurs de Grendelbruch (plus de 750 mètres d'altitude) sont un spot idéal pour pratiquer cette activité, avec en bonus non négligeable une magnifique vue sur les Vosges, la plaine d'Alsace et la Forêt Noire. Pour allier l'utile à l'agréable, le cerf-volant est une bonne occasion de muscler ses bras et de développer la coordination des mouvements. Parmi le matériel nécessaire, ne pas oublier les lunettes de soleil, car les yeux sont constamment rivés vers le ciel. Il faut ensuite s'armer de patience pour les débutants, le jeu en vaut la chandelle.



© Ben Klein Photographe

Since 1999

# MASTERS DE PETANQUE

2021

22<sup>ème</sup> édition



## LA TOURNÉE

Avec les meilleurs joueurs du monde

**1. SAINT-TROPEZ** |83| 30/06 et 01/07

**2. MONTLUÇON** |03| 21 et 22 /07

**3. THAON-LES-VOSGES** |88| 28 et 29 /07

**4. SIX-FOURS-LES-PLAGES** |83| 11 et 12 /08

**5. TRÉVOUX** |01| 18 et 19 /08

**6. NEVERS** |58| 24-25 et 26 /08

**7. ROMANS-SUR-ISERE** 31/08 et 01/09

**FINAL FOUR** |13| **Lieu à venir** 08 et 09 /09

QUARTERBOOK



Toutes les infos sur [mastersdepetanque.fr](http://mastersdepetanque.fr)

# Les Hauts-de-France ont la cote

En été, les Hauts-de-France bénéficient pleinement de leur statut de région côtière. Mais la dynamique estivale se passe également dans les terres, où de plus en plus de lieux sont dédiés à la pratique des sports de pleine nature.



Les Hauts-de-France sont principalement tournés vers la pratique des disciplines nautiques, à l'image de la natation en eau libre.



© Icon Sport

## L'AVIS DE...

**Julie Cailleretz**

Membre de l'équipe de France de canoë-kayak

## Base nautique de Saint-Laurent-Blangy (Pas-de-Calais)

« Je suis native de Saint-Laurent-Blangy et j'ai commencé le canoë-kayak parce que je vivais en face de la base nautique. Quand on grandit dans ces conditions, on a qu'une seule envie, c'est de monter sur un bateau. Autour de la base nautique, on peut y pratiquer tous les sports. Même de la course d'orientation et du mini-golf. C'est un spot complet. La rivière s'appelle la Scarpe. C'est un canal d'environ 600 kilomètres de long qui traverse plusieurs villes du Nord. Le club de Saint-Laurent-Blangy est rattaché à la base nautique qui se trouve sur un embranchement au milieu du canal. Le chemin dit du Halage longe le canal, on peut faire du VTT et de la course à pied à travers quelques petites forêts. Tout est aménagé avec des sentiers et des parcours natures pour la randonnée. Il y a aussi des parcs tout le long pour se promener, avec des étangs. La base nautique est mon lieu d'entraînement pour le canoë-kayak. J'aime le fait qu'on puisse pratiquer des activités différentes. La côte est à une 1h30 de route, on peut donc facilement organiser des sorties en mer. A Saint-Laurent-Blangy, il y a aussi un terrain artificiel d'eau vive pour le rafting, l'hydrospeed et la natation en eau libre. »



© Ville de Saint-Laurent-Blangy

## Base nautique du Val-Joly (Nord)

« Le Val Joly est un lac artificiel sur la commune d'Eppe-Sauvage dans le département du Nord tout près de la frontière avec la Belgique. J'aime beaucoup cet endroit parce qu'autour du lac, il y a une grande forêt qui n'a pas trop été aménagée par l'Homme. C'est très agréable puisque l'on peut pratiquer beaucoup d'activités différentes. Il y a des circuits VTT assez vallonnés, de quoi faire de belles randonnées. C'est un spot qui propose de l'accrobranche, une piscine aménagée. Le lac est grand, c'est agréable de naviguer dessus puisqu'il n'y a pas de problème de place. Là-bas, j'ai fait mes premiers stages dans ma jeunesse. C'est comme ça que j'ai découvert l'endroit. C'est tellement cool que j'y suis retournée plusieurs fois en vacances avec mes parents. Des campings se trouvent à proximité. La ville est petite avec quelques restaurants, ce qui en fait un petit lieu touristique. Les activités nautiques sont accessibles au grand public avec des pédalos, du canoë, du char à voile, du catamaran... »



© Vert Marine

## Baie de Somme (Somme)

Exposée au vent, la Baie de Somme dispose du cadre et des conditions idéales à la pratique du kitesurf. En été, de nombreux kitesurfeurs font ainsi le déplacement vers les différents spots proposés par la Baie de Somme. Car oui, ce lieu dispose de différents endroits qui permettent de pratiquer dans les meilleures conditions. Le spot de la Mollière, entre Le Hourdel et Cayeux-sur-Mer, est par exemple particulièrement adapté à l'apprentissage du kitesurf. Ainsi, il n'est pas rare de voir des débutants apprendre les bases de la discipline sur ce spot. Le Crotoy fait également office de spot réputé dans la région et le département, mais moins propice aux débutants, puisque les conditions peuvent parfois s'avérer plus difficiles. Enfin, la Baie de Somme dispose également du spot de Fort-Mahon-Plage. Un lieu au paysage magnifique et qui s'avère de plus en plus fréquenté par les kitesurfeurs chaque été, d'autant que la difficulté est au rendez-vous.



© Somme Tourisme

## L'AVIS DE...

Marc-Antoine Olivier

Médaille de bronze en eau libre aux Jeux Olympiques 2016



© Icon Sport

## Bassin du PArc des Rives de l'Aa (Nord)

« C'est vraiment le lieu majeur de la région pour ce qui est de la pratique des sports nautiques. Pour l'eau libre bien sûr, puisque le site a régulièrement accueilli les championnats de France de la discipline ces dernières années. On y trouve des conditions formidables, que ce soit pour la pratique de haut niveau, mais pas seulement. Les conditions offertes par le bassin sont optimales et permettent vraiment un travail de fond intéressant. Le stade nautique dispose des dimensions olympiques, ce qui nous permet d'avoir des entraînements de qualité lorsque nous nous rendons sur les lieux, ainsi que des compétitions comme les championnats de France par exemple. Le bassin peut aussi servir à la pratique de l'aviron, du canoë-kayak et du triathlon, ce qui démontre qu'il y a pas mal de diversité dans ce qui est proposé. L'installation doit avoir une dizaine d'années mais elle reste au top pour la pratique de ces disciplines-là et de la natation en eau libre. »



© Dunkerque Tourisme

## Les Étangs des Moines à Fourmies (Nord)

« C'est un lieu bien connu dans les Hauts-de-France. La pratique de la natation y est possible et y est agréable. Mais cet endroit est également propice à la pratique d'autres disciplines, je pense au run & bike, au VTT et au triathlon. Ce sont principalement les adeptes de triathlon qui optent pour ce plan d'eau. Chaque année, le lieu accueille d'ailleurs le Triathlon des Moines, c'est une épreuve assez connue dans la région et le département. Des pédalos, kayaks et barques sont également disponibles pour ceux qui veulent naviguer. C'est vraiment un lieu très agréable, un étang calme, où on peut pratiquer en toute tranquillité, avec plaisir. Ça fait partie des nombreux endroits qui se développent, des plans d'eau ouverts à plusieurs disciplines et qui attirent régulièrement du monde chaque été. Je pense que ce sera aussi le cas cette année, le cadre est très agréable, on est en pleine nature, c'est idéal. »



© Icon Sport

## Malo-les-Bains (Nord)

En Hauts-de-France, les stations balnéaires font partie des destinations incontournables durant la période estivale. Celle de Malo-les-Bains offre l'avantage de n'être qu'à 45 minutes de Lille. Moins d'une heure entre la métropole nordiste et la station qui permet de profiter pleinement, les pieds dans l'eau et la tête bercée par l'air marin. Si le spot de Malo-les-Bains est fréquenté en été, ce n'est pas seulement grâce à ces conditions exceptionnelles, mais aussi parce qu'il est possible de pratiquer une multitude d'activités. Le char à voile, très présent dans la région, est évidemment représenté, la plage de Malo-les-Bains se prêtant particulièrement bien à la pratique de la discipline. Mais les conditions venteuses sont avant tout un précieux atout pour la pratique du cerf-volant. Une activité en vogue depuis plusieurs années du côté de Malo-les-Bains, et dont le succès ne devrait pas se démentir cet été.



© Dunkerque Tourisme

# ENVIE DE LIBERTÉ ?



## TRANSIT CUSTOM NUGGET



Venez découvrir votre véhicule dans le réseau Ford Groupe Maurin

01 FORD SEGNY  
04 FORD MANOSQUE  
05 FORD GAP  
11 FORD CARCASSONNE  
11 FORD NARBONNE  
13 FORD AIX-EN-PROVENCE

13 FORD ARLES  
13 FORD AUBAGNE  
13 FORD MARSEILLE  
13 FORD MARTIGUES  
13 FORD ROGNONAS  
13 FORD VITROLLES

30 FORD ALES  
30 FORD NIMES  
66 FORD PERPIGNAN  
73 FORD ALBERTVILLE  
74 FORD SALLANCHES  
74 FORD SEYNOD

73 FORD VOGLANS  
74 FORD ANTHY-SUR-LEMAN  
74 FORD VILLE-LA-GRAND  
83 FORD BRIGNOLES  
83 FORD DRAGUIGNAN  
83 FORD LA VALETTE

83 FORD PUGET-SUR-ARGENS  
83 FORD TOULON  
84 FORD AVIGNON  
84 FORD CARPENTRAS  
84 FORD ORANGE

Consommations WLTP (L/100 km) : 6,0 - 9,3. CO<sub>2</sub> (g/km) : 184 - 243.

Plus d'informations sur les procédures d'homologation sur [Ford.fr](http://Ford.fr). FMC Automobiles SAS SIREN 425 127 362 RCS Nanterre.

[ford.fr](http://ford.fr)

# L'Île-de-France

## terre de sports

Il est tout à fait possible de sortir de la capitale pour trouver des espaces verdoyants, tout en restant en Île-de-France. Profiter des sentiers forestiers pour courir ou suivre les belles routes de campagne à vélo, les activités de plein air sont nombreuses.





© CREPS Île-de-France

L'AVIS DE...

**Arnaud Grandjean**

Membre de l'équipe de France de Paratriathlon

## Longer la Seine à Fontainebleau (Seine-et-Marne)

A seulement une heure de Paris, la ville de Fontainebleau attire, aux beaux jours, promeneurs et randonneurs grâce à son imposant château et sa grande forêt, classée au patrimoine de l'Unesco. Les cyclistes aussi, peuvent y trouver leur bonheur. « Avant, j'habitais à Melun, et du côté de Fontainebleau, c'est très sympa pour faire de belles sorties à vélo. Les bords de la Seine, c'est vraiment génial. C'est une campagne que je qualifierais de très ouverte. Les villages sont assez espacés les uns des autres, ce n'est pas une campagne urbanisée comme en vallée de Chevreuse. Mais on peut aussi sortir vers Rambouillet. Il y a de belles routes, un peu de relief. Tu passes de très beaux villages avec de vieilles maisons, à tel point que tu te demandes si tu es encore en Île-de-France. C'est assez chouette pour s'entraîner, et même pour se balader. Cela reste tout de même assez urbain. Mes parents habitent en Picardie, et un kilomètre après être sorti de chez eux, on est en pleine campagne, dans les champs. Je considère qu'on découvre mieux sa région à vélo. On ne le fait jamais en voiture, et à pied le périmètre est beaucoup plus limité. »



© Département 77

## Retrouver calme et sérénité à Verrières-le-Buisson (Essonne)

Arnaud Grandjean est dans une période très importante de sa carrière de paratriathlète, puisqu'il prépare les Jeux Paralympiques de Tokyo, en espérant être de la partie. « Je suis à fond dans les entraînements. On va enfin pouvoir faire de la compétition. Nous avons trois courses lors des trois premiers week-ends de juin, à Leeds, Besançon et La Corogne. Ce sont trois épreuves de Coupe du monde. A l'issue de ces trois courses, on aura une bonne tendance pour savoir qui ira aux Jeux parmi les Français. Il y a trois prétendants pour deux places. A Leeds, les trois Français seront là, ce sera donc une confrontation directe très importante. » Pour s'entraîner en course à pied, l'international tricolore à quelques bons plans : « J'habite Massy, donc la forêt de Verrières-le-Buisson est juste au-dessus de chez moi, j'y suis en 10 minutes. Ce qui est bien, c'est qu'il y a des chemins, du plat, de la bosse. Et surtout, il n'y a pas de voitures. C'est ce que je recherche en hiver, et même en ce moment : des endroits où je ne vais pas être gêné quand je cours. Pouvoir faire de longs fractionnés sans être sur la piste, c'est agréable. L'autre option, c'est le plateau de Saclay, que j'aime bien. Il y a des rigoles domaniales le long de la Bièvre ou le long des petites rivières qui sont entretenues, des chemins piétonniers où on a de l'espace. C'est idéal pour courir. »



© Sportstille / bon Sport

## Randonnée cycliste en terres briardes (Seine-et-Marne)

La Seine-et-Marne souhaite mettre le vélo au cœur de son développement en organisant tout au long de l'année plusieurs événements sur le territoire. Rendez-vous sportifs (avec notamment les Championnats de France de cyclisme sur route Avenir 2021 organisés du 28 juillet au 1er août), salon du vélo, tout est fait pour donner envie aux habitants du département et aux autres de venir donner quelques coups de pédales sur les routes seine-et-marnaises. Si le sud de la Seine-et-Marne est particulièrement prisé pour ses espaces verts, il est tout à fait possible de partir découvrir le nord du département sur deux roues. Un circuit de trois étapes est possible : la Ferté-sous-Jouarre - Coulommiers, Coulommiers - Crécy-la-Chapelle et Crécy-la-Chapelle - la Ferté-sous-Jouarre. En Brie, ce parcours permet de découvrir le pays des deux Morins, la ville de Jouarre et son magnifique patrimoine, le calme de la Butte de Doue, la capitale des fromages de la Brie (Coulommiers), la Venise briarde et ses canaux (Crécy-la-Chapelle), les rives verdoyantes de l'Aubetin, des chemins agricoles, et même quelques puits de pétrole aux portes de l'Île-de-France. Un parcours qui ravira les curieux.



© Département 77

## L'AVIS DE...

**Kristina Nenadovic**

Membre de l'équipe cycliste St-Michel-Auber 93



© Baptiste Fernandez / Icon Sport

## Pédaler en vallée de Chevreuse (Yvelines)

La vallée de Chevreuse est l'écrin idéal pour les amateurs de cyclisme. Son parc naturel régional permet de suivre de nombreux itinéraires, que ce soit sur route ou à VTT. Une aubaine pour tous ceux qui souhaitent allier sport, nature et découverte. Car il est possible d'emprunter les chemins historiques foulés par Jean Racine, et de suivre les traces d'Aragon et Elsa Triolet. Si vous n'avez pas votre matériel, des locations de vélos sont proposées sur place. « *Je m'entraîne principalement en vallée de Chevreuse, c'est mon endroit préféré pour rouler. Je viens du 93, le paysage est vraiment différent là-bas. Quand on s'entraîne en vallée de Chevreuse, on est sûr de tomber sur des cyclistes, on n'est jamais seul, c'est aussi ce qui fait son charme. Les paysages sont vraiment beaux, et les parcours variés. On peut trouver des côtes, des descentes, du plat, c'est assez avantageux. On dit souvent que l'Île-de-France, c'est plat, mais pas du tout. En vallée de Chevreuse, ça monte !* »



© P. Greboval - Département des Yvelines

## A la recherche de la verdure (Val-d'Oise)

« *Rouler dans le Nord du Val-d'Oise, c'est plus vers chez moi. J'y vais surtout le week-end, avec mes amis. On se rejoint et on roule sur un circuit d'une vingtaine de minutes, où il n'y a pas beaucoup de voitures. C'est assez agréable. On peut vraiment faire des exercices, s'entraîner correctement. C'est un circuit assez vallonné. Beaucoup de cyclistes connaissent également cet endroit, on en croise généralement là-bas. J'aime bien rouler en Île-de-France. On n'a pas autant de soleil que dans le Sud, mais il y a beaucoup d'endroits sympas à découvrir.* » Les sorties dans le Nord de l'Île-de-France sont autant d'occasions de retrouver des amis pour Kristina Nenadovic, qui court sous les couleurs de St-Michel-Auber 93. La Française, qui vient de fêter ses 19 ans, est l'un des grands espoirs du cyclisme tricolore. Médaillée de bronze lors de l'épreuve en ligne Juniors Femmes des championnats d'Europe 2019, elle a également été, la même année, championne de France Juniors de poursuite, au Vélodrome de Saint-Quentin-en-Yvelines. Je me suis fait une fracture déplacée du radius en stage. J'en ai pour un mois avant de retourner sur la route. Actuellement, Kristina Nenadovic se remet d'une grosse chute survenue lors d'un stage : « *Je me suis fait une fracture déplacée du radius. Il faut un mois d'immobilisation avant de retourner sur la route.* »



© Picture Alliance - Icon Sport

## Passer d'arbre en arbre à Meudon (Hauts-de-Seine)

Pour ceux qui veulent prendre de la hauteur, AccroCamp propose des parcours d'accrobranche en forêt de Meudon. Quatre niveaux de difficultés existent : les parcours violets (réservés aux personnes d'au moins 1m), les parcours verts (réservés aux personnes de plus d'1,10m), les parcours bleus (réservés aux personnes de plus d'1,25m) et les parcours rouges (réservés aux personnes de plus d'1,40m), avec en bonus le Quick Jump, un grand saut de 15 mètres de haut ! Au programme pour les aventuriers : sauts de puce, étriers, ponts de corde, murs d'escalade, tyroliennes ou encore ligne de tarzan. L'Office national des forêts (ONF) a supervisé la mise en place de cet accrobranche, afin que l'activité soit respectueuse de l'environnement.



© AccroCamp

28 JUILLET - 1<sup>ER</sup> AOÛT 2021

# CHAMPIONNATS DE FRANCE DE L'AVENIR CYCLISME SUR ROUTE

SEINE-ET-MARNE  
LORREZ-LE-BOCAGE PRÉAUX



La Seine-et-Marne  
se découvre  
à vélo

SEINE & MARNE  
LE DÉPARTEMENT

# Air et mer se marient en Normandie

Région côtière, la Normandie regorge de lieux de pratiques dédiés aux disciplines aquatiques. Mais en plein été, le territoire normand permet également de voler au milieu de paysages magnifiques.



La pratique du parapente fait partie des principales disciplines estivales en Normandie.



© Clotilde Lemasle

## L'AVIS DE...

**Clotilde Lemasle**

Membre de l'équipe de France de Kayak-Polo

## Base de plein air de Thury-Harcourt (Calvados)

« La Normandie est un territoire qui se prête bien à la pratique de nombreux sports et notamment du Kayak-Polo. Notre discipline est très implantée en Normandie et la base de plein air de Thury-Harcourt est un lieu de pratique incontournable. C'est là qu'ont été organisés les championnats du monde de Kayak-Polo en 2019. Il y a de la pratique de haut niveau, mais c'est un lieu qui est également accessible à « monsieur tout le monde ». Il y a des initiations de canoë-kayak pour ceux qui veulent s'initier à la pratique, ou tout simplement profiter de descentes au fil de l'eau dans un cadre particulièrement agréable. C'est un lieu de pratique que j'apprécie énormément et qui s'ouvre d'ailleurs à d'autres pratiques. Je pense au VTT par exemple, il y a des voies vertes et des sentiers tout autour de la base de plein air. Ce n'est pas seulement limité à la pratique du kayak et c'est aussi ça qui est agréable, c'est un lieu où tout le monde peut se retrouver. »



© Office de Tourisme du Calvados

## Écoparc de Tirepied-sur-Sée (Manche)

« C'est une construction assez récente et c'est là que mon club, le Canoë-Club d'Avranches, va progressivement s'implanter de plus en plus avec la création de plusieurs terrains. C'est un lieu magnifique, une base nautique qui est capable d'accueillir pas mal de disciplines pour des sportifs de haut niveau, mais aussi pour le grand public. En vue de l'été, c'est un lieu qui sera très fréquenté car il présente vraiment l'avantage de pouvoir pratiquer des sports assez variés. Il y a le Kayak-Polo, bien sûr, qui reste un sport important, mais je sais aussi qu'il y a du futsal et que d'autres disciplines vont progressivement s'implanter sur cette infrastructure. Le cadre est magnifique, on se sent vraiment au cœur de la nature dans ce lieu. Je pense donc que c'est vraiment un endroit qui va attirer de plus en plus de personnes curieuses qui auront envie de pratiquer un sport, que ce soit pendant l'été ou pas. »



© Office de Tourisme de la Manche

## Via Ferrata à Clécy (Calvados)

Pratique estivale par excellence, la via ferrata est prisée par de plus en plus de curieux chaque été. Si la discipline est représentée dans de nombreuses régions françaises, la Normandie fait office de lieu de pratique privilégié. C'est notamment le cas du côté de Clécy. Au cœur du Calvados, la via ferrata de la Cambromerie est un cadre idéal pour profiter pleinement de la discipline. Cette via ferrata chemine le long de l'Orne. Si ce lieu est aussi prisé, c'est aussi parce qu'il est accessible à tous les publics, des adultes aux enfants. Des successions de poutres et de passerelles sont proposées, le tout permettant d'avancer lentement mais sûrement sur la falaise. D'ailleurs, le franchissement d'une passerelle de 50 mètres en fin de parcours, ainsi que celui du pont de singe, face à l'Orne, sont des moments forts de cette aventure. Sans oublier la tyrolienne géante de 400 mètres pour un final spectaculaire.



© Office de Tourisme du Calvados

## L'AVIS DE...

Honorin Hamard

Champion du monde 2015 de parapente



© Honorin Hamard

## Baie d'Ecalgrain (Manche)

« C'est un lieu situé au nord de la Manche qui est assez extraordinaire. Avec les courants marins, le phare et les couleurs qui changent en permanence, le cadre est fabuleux. Une fois qu'on est en l'air, on profite pleinement du ciel, des nuages, du soleil, des prairies toutes vertes en dessous et d'un paysage assez génial. Bien sûr, les conditions peuvent parfois être assez changeantes, il peut pleuvoir de temps en temps assez fort avant que le soleil revienne, puis que la pluie fasse son retour... C'est aussi ça la Normandie (rires) ! Il faut donc parfois arriver à bien exploiter le beau temps, à l'optimiser pour profiter pleinement de l'expérience qu'offre ce lieu. C'est un lieu assez connu dans la Manche, et même au-delà, des amateurs de vol libre, il y a vraiment tout pour s'envoler et se faire plaisir. Ça fait partie des lieux qui font le charme de la discipline, mais aussi du territoire du département et de la région normande. »



© Office de Tourisme de la Manche

## Falaises de Champeaux (Manche)

« Pour ceux qui veulent à la fois bénéficier de l'adrénaline du vol libre mais aussi profiter d'un paysage unique, je pense honnêtement que c'est l'un des meilleurs spots. On s'élance des falaises de Champeaux pour survoler la baie du Mont-Saint-Michel et ainsi faire face au mont et son abbaye. Quand on se retrouve à pied face au monument c'est déjà très impressionnant, mais voler autour de la baie, pouvoir admirer le monument de façon assez unique, c'est incroyable. Quand je reviens voler dans la Manche, ça fait partie des lieux où j'adore revenir car la sensation est incroyable à chaque fois, peu importe combien de fois on s'est déjà élancé depuis les falaises de Champeaux. Il y a énormément de vols et d'initiations qui sont proposés par les clubs du coin et qui permettent de profiter de ce cadre exceptionnel. Pour ceux qui sont de passage dans la Manche et qui rêvent d'un baptême de l'air, je pense que c'est vraiment le meilleur cadre. »



© Office de Tourisme de la Manche

## Centre équestre de la Lys (Orne)

Tout au long de l'année, mais particulièrement en été, l'équitation fait partie du patrimoine sportif normand. Dans tous les départements, les lieux dédiés à la pratique du cheval sont nombreux. Dans l'Orne par exemple, où le centre équestre de la Lys fait partie des domaines importants depuis de nombreuses années. Situé à Notre-Dame du Rocher, à 20 minutes de Condé-sur-Noireau, entre Flers et Falaise, ce centre équestre propose de nombreuses activités. Cours particuliers et collectifs, de l'initiation au perfectionnement, cours d'équitation éthologique, cours de voltige, cours en selle biplace, balades, randonnées, stages, passage de galops ou encore sorties en concours : il y en a vraiment pour tous les goûts. Outre cette diversité impressionnante dans la pratique de l'équitation, le lieu présente un avantage non négligeable : son cadre. Les sentiers de balade équestre permettent d'admirer les sites de la Roche d'Oëtre et de la Vallée de la Rouvre.



© Centre équestre de la Lys



Y'A TOUJOURS  
UNE SOLUTION



N°Vert 0805 385 485  
lundi au samedi de 8h à 20h

# YATUS VOUS ACCOMPAGNE

Vous souhaitez agir pour le milieu associatif français?

Développer votre politique RSE ?

Voulez mettre en place une politique de mécénat ou sponsoring ?

Vous ne savez pas comment ... Yatus est là pour vous :



## Yatus c'est



PLUS D'1 MILLION  
D'ASSOCIATIONS PRÉSENTES

Pour vos ciblage et partenariats.



UN LOGICIEL COMPLET ET ÉVOLUTIF  
POUR LES ASSOCIATIONS

Permettant de faciliter les échanges  
administratifs avec les mécènes.



UNE SOLUTION CERFA AUTOMATISÉE  
ET CENTRALISÉE

Pour libérer du temps en simplifiant la  
gestion de l'association.



LA SÉCURISATION DE LA TRANSMISSION  
DES FLUX FINANCIERS ET DES DONNÉES

Charte RGPD, démarche éthique. Autant de  
points anticipés.



### Pouvoir De Soutien

Chaque entreprise peut  
distribuer au moins 20 K€ de  
mécénat. Yatus offre les outils  
et moyens pour rendre **visible**,  
**utile**, **percutant**, **moteur** votre  
**pouvoir de soutien**



### Actions spécifiques

Yatus vous propose et coordonne  
avec les associations les actions  
destinées à soutenir et optimiser  
votre **stratégie de mécénat** et  
de **sponsoring**



### Impact maximum

Yatus vous aide, vous conseille avec  
ses experts pour tisser **des liens  
durables** avec le **monde associatif**  
et ainsi contribuer à un **mécénat  
porteur de sens**



Faire ce qu'il est possible de faire  
et ce sera déjà énorme



Renforcer votre image de mécène  
et de sponsor



Tisser des liens durables avec le  
monde associatif

Chaque donateur, permettra aux associations choisies, d'utiliser gratuitement la solution de gestion digitale Yatus (Boutique, Cerfa, plan de développement, adhésions, ...)

### Générosité sécurisée

Votre **Pouvoir De Soutien** est  
défiscalisable à hauteur de 60%.  
Yatus certifie les associations et  
s'assure que vos actions rentrent  
dans le cadre du **mécénat** ou  
du **sponsoring**



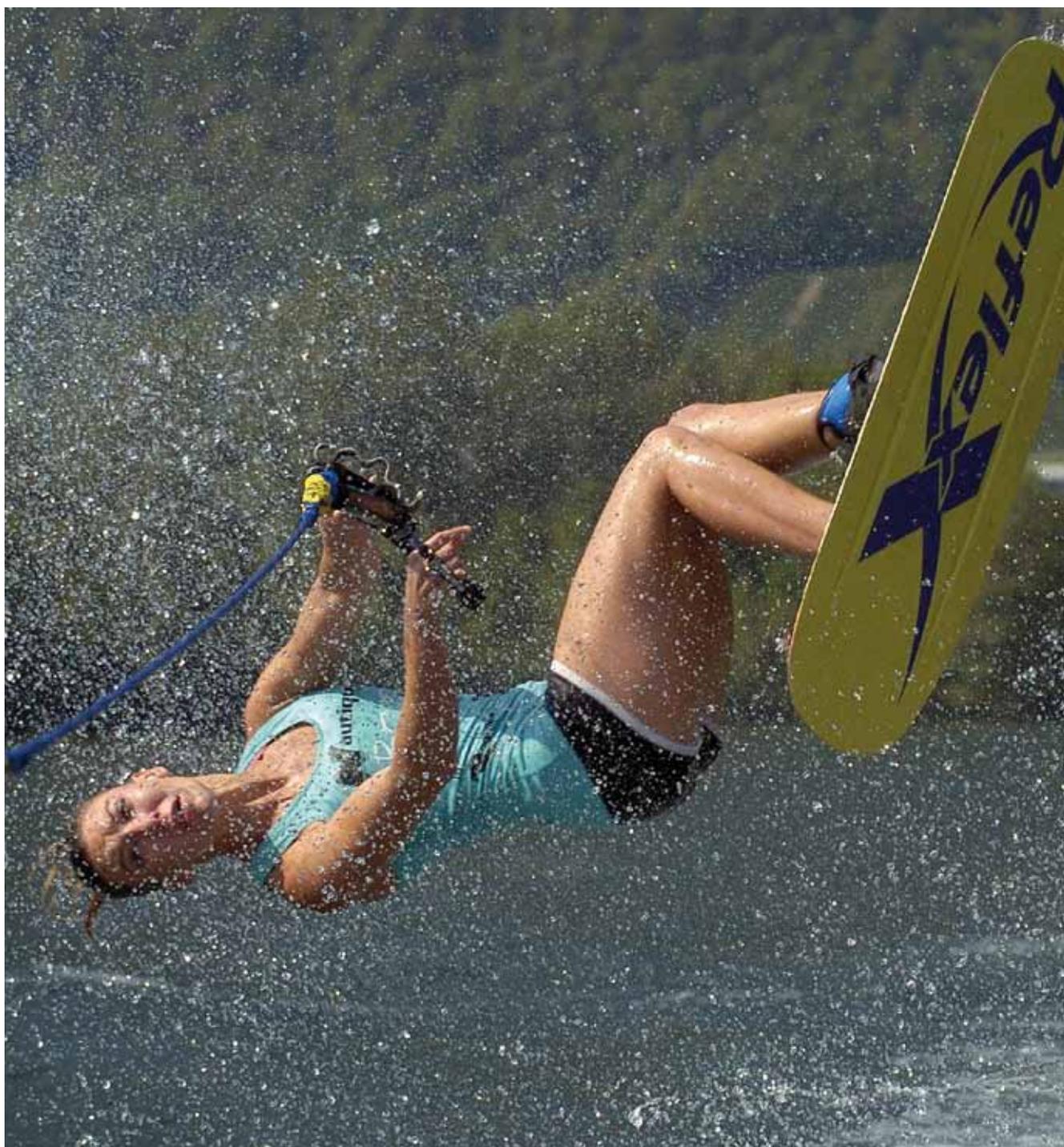
## CRÉER UN LIEN DURABLE ENTRE LES ENTREPRISES ET LES ASSOCIATIONS

En étant comme eux **innovant**, **solidaire**,  
**responsable**

Retrouvez-nous sur [www.yatus.org](http://www.yatus.org)

# L'adrénaline au menu en Nouvelle-Aquitaine

Surf, ski nautique, VTT, canyoning : la région Nouvelle-Aquitaine dispose de nombreux territoires offrant des pratiques de disciplines variées. Une région riche en sensations fortes.



© Icon Sport

En Nouvelle-Aquitaine, le ski nautique prend une place de plus en plus importante chaque été.



© Delpero Surf Expérience

L'AVIS DE...  
**Antoine Delpero**  
Champion du monde 2021 de Sup Surf

## La Côte des Basques (Pyrénées-Atlantiques)

« C'est un lieu mythique et historique, c'est le berceau du surf en France et même en Europe. C'est là que tout a commencé, et c'est aussi pour cela que ce spot est apprécié par les surfeurs partout dans le monde. C'est un lieu assez unique dans la mesure où c'est une baie qui est relativement fermée. La manière dont la houle et les vagues arrivent sur la plage fait que nous avons des conditions idéales pour la pratique à tous les niveaux. De mon côté, avec mon frère, nous savons que grâce à ce lieu, nous aurons les conditions nécessaires pour enseigner la pratique du surf aux débutants, mais aussi des points beaucoup plus exposés pour des surfeurs plus expérimentés. C'est donc un lieu qui s'adresse à tout le monde, et c'est aussi cela qui fait son succès pendant la période estivale. Du côté de Biarritz, c'est un spot incontournable sur lequel nous enseignons tout l'été. Pour tout surfeur qui vient dans le coin, c'est un passage obligé. »



© Delpero Surf Expérience

## La Grande Plage (Pyrénées-Atlantiques)

« C'est vraiment un lieu important car il est assez central du côté de Biarritz. C'est un peu du surf urbain, on a parfois l'impression de surfer sur les vagues aux pieds des immeubles. Ce sont des conditions et des vagues assez différentes par rapport à la Côte des Basques, mais ça demeure un spot très apprécié et incontournable. Là aussi, malgré les conditions différentes, ça reste un spot assez accessible pour tout le monde, et qui est donc très fréquenté pendant la période estivale. Il y a moins cet aspect historique que l'on retrouve à la Côte des Basques, mais le spot de la Grande Plage est vraiment important à Biarritz. Il y a pas mal de compétitions qui s'y déroulent et des événements importants qui ont bénéficié de ce cadre depuis de nombreuses années. Ça fait partie des lieux où on a de belles vagues à surfer et où on peut se faire plaisir. Je pense que ce sera le cas cet été, avec la reprise des activités sportives, c'est un lieu qui sera forcément assez prisé. »



© Tourisme Pays Basque Béarn Pyrénées

## Le Chambon (Charente)

Au sein du département de la Charente, la pratique des sports de pleine nature est devenue une institution au fil des années. Une discipline se développe particulièrement : le VTT. De plus en plus de spots permettent la pratique de cette activité, et c'est notamment le cas du Chambon. Ce terrain de jeu propose 9 circuits de 8,5 à 41,8 kilomètres, et de 65 à 859 mètres de dénivelé pour découvrir la vallée de la Renaudie. Bien évidemment, certains circuits sont plus accessibles à des pratiquants occasionnels, tandis que d'autres représenteront de véritables challenges pour des sportifs chevronnés. Le Chambon ne laisse personne de côté, la diversité des parcours et des circuits en faisant un véritable lieu de communion autour de la pratique du VTT. Avaler les kilomètres et le dénivelé à deux roues est l'un des meilleurs moyens de profiter du décor offert par la vallée de la Renaudie, réserve naturelle régionale classée, qui fait la fierté du département de la Charente.



© Le Chambon / Manfred Antranias Zimmer

L'AVIS DE...

Laura Phily

Championne de France 2020 de ski nautique



© Laura Phily

## Lac d'Hourtin et de Carcans (Gironde)

« C'est un lieu incontournable pour la pratique du ski nautique. C'est d'ailleurs là que je possède ma propre école de ski nautique ! J'ai la chance de pratiquer sur ce lac tout au long de l'année et c'est un véritable plaisir. C'est l'un des plus grands lacs naturels en France et le cadre est donc exceptionnel. Le décor et le paysage sont très apaisants, ce qui est assez rare pour un grand lac. Il y a évidemment un lieu dédié au ski nautique sur le lac, ce qui m'a permis de développer ma propre structure, mais aussi de m'entraîner et de progresser tout au long de l'année. Il y a de plus en plus de pratiquants qui viennent d'année en année, notamment des jeunes grâce au ski nautique et à la structure que nous avons lancée en 2018. Mais d'autres disciplines nautiques bénéficient également du lac, pas mal de choses se développent sur ce lieu qui est vraiment un endroit dédié aux disciplines nautiques et qui est devenu incontournable en Gironde, et même en Nouvelle-Aquitaine. »



© Gironde Tourisme

## Le Plan d'Eau de Cazaux (Gironde)

« C'est mon plan d'eau de cœur sur lequel je me suis entraînée pendant quinze ans. Depuis que je suis toute petite, c'est là-bas que je vais pour me faire plaisir, c'est là-bas que j'ai commencé et que j'ai été repérée. C'est un plan d'eau très agréable, dans un cadre de pleine nature assez attirant. Il y a une école de ski nautique, qui permet aux plus jeunes de faire leurs armes, mais le lieu est également ouvert au plus grand nombre avec des stages, des compétitions et de la pure pratique de loisir. C'est d'ailleurs un plan d'eau où il est possible de pratiquer pas mal de disciplines liées au ski nautique, je pense au wakeboard par exemple. Chaque été, c'est le type de plan d'eau qui est capable d'accueillir de plus en plus de curieux, mais sur lequel il y a une ambiance très agréable et apaisante, malgré l'affluence qu'il peut y avoir. C'est vraiment un lieu exceptionnel qui gagne à être connu. Comme je le disais, c'est vraiment mon endroit de cœur ! »



© Ski Nautique Cazaux

## Canyon du Canceigt (Pyrénées-Atlantiques)

Chaque été, le canyoning fait son retour, et chaque été, le succès rencontré par cette activité est grandissant. En Nouvelle-Aquitaine, le canyoning fait partie des disciplines très prisées car la région offre de très nombreux lieux de pratiques. C'est par exemple le cas dans les Pyrénées-Atlantiques, près de Pau, avec le canyon du Canceigt. Le cours d'eau prend sa source dans la commune de Béost, se déverse au cœur du canyon du même nom et offre un terrain de jeu exceptionnel pour le canyoning. Toboggans naturels, vasques d'eau claire et descentes en rappel (dont une de 14 mètres) sont au programme d'un endroit magique qui nécessite une demi-journée pour en découvrir les moindres recoins. Une marche d'approche de 5 minutes permet de se mettre dans le bain avant 2h30 d'action. Exigeant mais vivifiant : la recette qui fait le succès du canyoning depuis de très nombreuses années.



© Tourisme Pays Basque-Béarn Pyrénées

# CHARENTE

LE DÉPARTEMENT



CANOË-KAYAK • RANDONNÉE PÉDESTRE • VTT  
CYCLOTOURISME • ESCALADE • TIR À L'ARC  
COURSE D'ORIENTATION • ÉQUITATION

EN CHARENTE



## 5 stations et 1 antenne labellisées en Charente

(Châteauneuf, Mansle, St-Yrieix, Condac-Ruffec, Le Chambon et Angoulême-Bourguine)

Pratique sécurisée avec l'application LOOPI • Offre vélo et grands itinéraires touristiques (Flow Vélo, Tour Charente VTT)

Renseignements : [sportsdenature16.lacharente.fr](http://sportsdenature16.lacharente.fr) [www.lacharente.fr](http://www.lacharente.fr)

# ABONNEZ-VOUS À SPORTMAG

et devenez membre de SPORTMAG Club

**Bénéficiez d'1 an d'abonnement**  
au service **SPORTMAG**  
et ses archives en version digitale  
**+ ses nombreux avantages**

pour **22,80€/an**



A retrouver sur  
[www.sportmag.fr](http://www.sportmag.fr)  
rubrique SPORTMAG Club



# L'Occitanie en pleine lumière

Région aux multiples possibilités, l'Occitanie offre ainsi un éclectisme impressionnant en période estivale. Sur terre, sur l'eau... ou même en-dessous, le territoire occitanien fait partie des destinations incontournables.



Le kitesurf fait partie des disciplines phares en Occitanie.



© Mortefon Watersports

## L'AVIS DE... Marion Mortefon

Vice-championne du monde 2020 de Slalom PWA

### Vieille Nouvelle (Aude)

« C'est une grande plage au bord de laquelle nous avons très longtemps habité, ma famille et moi. C'est un lieu sur lequel j'ai débuté et où je prends plaisir à continuer à pratiquer ma discipline. Le spot est idéal dans la mesure où l'on bénéficie de la Tramontane, cela rend le spot très plat et idéal pour débuter. La pratique du slalom, du freeride ou encore du wing foil sont des éléments importants de ce spot en période estivale. Le lieu est pas mal fréquenté, d'autant que le cadre est magnifique. C'est notre spot de cœur avec mon frère, Pierre Mortefon. Nous avons créé Mortefon Watersports, un club itinérant qui propose des cours sur pas mal de spots de la région, et notamment sur ce spot de la Vieille Nouvelle qui demeure un lieu très apprécié des pratiquants, qu'ils soient débutants ou confirmés. Dans l'Aude, ça fait partie des lieux incontournables pour tous ceux qui apprécient les sports de glisse. »



© Agence de Développement Touristique de l'Aude

### Étang de la Palme (Aude)

« C'est un spot un peu plus petit, mais qui présente l'avantage d'être très accessible. On a pied partout, c'est très sécurisé et donc idéal pour débuter. Là aussi, la Tramontane est assez présente tout au long de l'année, mais elle n'est pas un frein pour les pratiquants, bien au contraire. C'est un spot où les pratiquants confirmés peuvent également se faire plaisir et perfectionner leur technique en toute sécurité. La pratique du kite y est évidemment très importante, d'autant qu'on peut pratiquer d'avril à novembre sans problème. Le lieu est très accessible et peu éloigné de Narbonne et Perpignan par exemple, on s'y rend en une demi-heure. Pour les sportifs du département et de la région, mais pas seulement, c'est forcément un atout. De notre côté, avec Mortefon Watersports, c'est un spot que nous avons adopté dans notre circuit itinérant, il présente énormément d'atouts pour la pratique des débutants. C'est le spot loisir par excellence ! »



© Agence de Développement Touristique de l'Aude

### Lac du Moulinet (Lozère)

Lac d'altitude situé à 1075 mètres, le lac du Moulinet fait partie des lieux qui se transforment en été. En effet, du 6 juillet au 31 août, le plan d'eau est aménagé en base nautique. Il est alors possible de pratiquer le pédalo, le paddle ou encore la baignade. Des terrains de beach-volley sont également à disposition, mais aussi un tour aménagé de deux kilomètres qui permet de faire le tour complet du lac grâce à des passerelles et un pont de singe. Mais en été, et tout le reste de l'année, le lac du Moulinet demeure un site de pêche bien connu en Lozère. Ainsi, de nombreux pêcheurs profitent des conditions estivales idéales pour faire mordre à l'appât la faune locale.



© Lozère Tourisme

### Via Ferrata de Coumély (Hautes-Pyrénées)



© Tourisme Hautes-Pyrénées

En Hautes-Pyrénées, la pratique de la Via Ferrata fait partie des activités les plus populaires en période estivale. Parmi les nombreux sites qui permettent de découvrir la discipline au sein du département, la Via Ferrata de Coumély fait partie des incontournables. Elle se situe face au Cirque de Gavarnie, offrant un panorama spectaculaire, une ambiance de montagne et la sensation de verticalité. Le tout en toute sécurité bien évidemment, la pratique de cette activité étant particulièrement encadrée. Ce qui fait le succès de ce spot, c'est aussi son final : un magnifique pont népalais d'une hauteur de 40 mètres et d'une longueur de 30 mètres, pour une impression unique de marcher au milieu du vide.

L'AVIS DE...

Noah Cardona

Champion de France 2020 de VTT Trial



© Noah Cardona

## Base nature de Saint-Sauveur à Saint-Clément-de-Rivière (Hérault)

« La région Occitanie a la chance de disposer de pas mal d'installations dédiées à la pratique du VTT Trial. De mon côté, j'adore utiliser les installations du club de Saint-Clément-de-Rivière, les Bikers du Pic, près de Montpellier. Ces installations se situent du côté de la base nature intercommunale de Saint-Sauveur à Saint-Clément-de-Rivière. C'est un spot idéal pour la pratique de la discipline, c'est vraiment un lieu accessible pour tous les niveaux. En vue de l'été, je pense que cela risque d'être un lieu assez prisé, notre discipline a tout pour plaire à un nouveau public avec la reprise sportive marquée par l'amélioration de la crise sanitaire. Sur le territoire montpelliérain, où est organisé le Festival International des Sports Extrêmes chaque année, la pratique du VTT Trial est réputée et le spot de Saint-Clément-de-Rivière fait partie des incontournables. En plus, j'ai eu la chance de participer à son élaboration, c'est donc mon spot de cœur. »



© Hérault Tourisme

## Terrain de Trial de Fabrègues (Hérault)

« Là aussi, ce spot est situé à proximité de Montpellier, qui demeure la capitale de notre discipline et des sports extrêmes en général. Le spot de Fabrègues est très agréable dans la mesure où il est 100% adapté à notre discipline. Pour quelqu'un qui souhaite débiter le VTT Trial, c'est le spot parfait. Il y a des obstacles de différentes formes qui offrent une belle diversité. Pour ceux qui évoluent à plus haut niveau, il y a également pas mal de challenges, d'obstacles proposés qui permettent un vrai travail sur la technique et donc une belle progression. Le Trial Club Fabrègues propose une école de Bike et de VTT Trial sur ce spot qui permet à de nombreux curieux de venir pratiquer et découvrir la discipline. Il y a bien sûr d'autres spots dans le coin qui sont également à découvrir, mais je pense que celui de Fabrègues rassemble vraiment toutes les qualités essentielles à la découverte de notre discipline. »



© Trial Club Fabrègues

## Réserve marine de Cerbère-Banyuls (Pyrénées-Orientales)

Si les Pyrénées-Orientales offrent un large panel de pratique nautiques en période estivale, il est également possible de profiter pleinement... sous l'eau. Chaque été, la plongée sous-marine est prisée par les curieux désireux de découvrir la richesse offerte par la Réserve marine de Cerbère-Banyuls. Il s'agit de l'unique réserve naturelle exclusivement marine de France. La plongée est ainsi le meilleur moyen de partir à la découverte de plus de 1200 espèces animales et environ 500 espèces végétales qui peuplent le lieu. Plusieurs écoles et clubs du département proposent des baptêmes de plongée dans ce lieu unique et magique, où l'environnement règne en maître depuis 1974, date de création de la réserve marine.



© Tourisme Pyrénées-Orientales



# GRANDE TRAVERSÉE DU MASSIF CENTRAL :

PLUS GRANDE TRAVERSÉE À VTT DE FRANCE



Pendant plus de 3 ans, le Département de la Lozère et Lozère Tourisme ont suivi et accompagné l'IPAMAC sur les différents travaux destinés à relancer la Grande Traversée du Massif Central (G.T.M.C)

« L'étape lozérienne, c'est 5 jours pour remonter la rivière Allier, depuis ses gorges jusqu'à sa source, aux abords du Mont-Lozère. À mi-parcours, votre étape au Domaine du Sauvage vous fera ressentir l'esprit du Chemin de St-Jacques de Compostelle avant une traversée des terres sauvages du Gévaudan. A votre arrivée, quoi de mieux qu'un temps de détente dans les eaux thermales de Bagnols-les-Bains ! »



© A. J. S. Studio

- 138 km et 3 160 m de dénivelé entre 491 et 1 510 m d'altitude,
- 4 étapes de 28 à 46 km conseillées aux vététistes réguliers équipés de VTT avec ou sans assistance électrique, nécessitant une bonne condition physique.

[www.la-gtmc.com](http://www.la-gtmc.com)

RETROUVEZ NOS OFFRES SPORT NATURE SUR [WWW.LOZERE-TOURISME.COM](http://WWW.LOZERE-TOURISME.COM)

Pédaler, respirer,  
en Lozère, *naturellement!*



## Adoptez le Maillot Français !



Pour tous renseignements : [contact@evencom.eu](mailto:contact@evencom.eu)

[www.maillotfrançais.fr](http://www.maillotfrançais.fr)



# La voile en vedette en Pays de la Loire

Que ce soit la planche à voile ou le char à voile, la voile a le vent en poupe en Pays de la Loire. Un territoire qui bénéficie de conditions exceptionnelles pour la pratique de ces disciplines, notamment en période estivale.



Discipline particulièrement technique, la planche à voile se démocratise depuis plusieurs années.



© Hélène Noesmoen

## L'AVIS DE...

**Hélène Noesmoen**

Championne du monde 2020 de Formula Foil

## Les Sables d'Olonne (Vendée)

« C'est évidemment un site principalement connu pour la Vendée Globe, mais c'est aussi un lieu qui offre de très bonnes conditions pour la pratique de ma discipline. Globalement, sur toute la côte, il y a de super conditions pour faire du foil. Bien sûr, lorsque que l'on part avec du matériel de planche à voile, la mise à l'eau peut parfois être un peu compliquée au milieu des vagues. Il faut donc bien choisir ses conditions et c'est pour cela qu'un spot comme celui des Sables d'Olonne, qui offre de très bonnes conditions en période estivale, est idéal. Il y a globalement beaucoup moins de vagues, ce qui offre une pratique plus accessible pour les pratiquants chevronnés, mais aussi pour ceux qui souhaitent découvrir ce sport. De nombreux clubs et écoles proposent des initiations afin de s'initier aux bases de la planche à voile, qui demeure un sport assez technique. Pour les débutants et les curieux, les Sables d'Olonne fait office de lieu de pratique idéal. »



© Les Sables d'Olonne Tourisme

## Plan d'eau de La Tranche-sur-Mer (Vendée)

« Comme pour les Sables d'Olonne, ce plan d'eau se situe sur une côte où l'on retrouve des conditions idéales pour la pratique de la planche à voile en période estivale. Le cadre y est exceptionnel, La Tranche-sur-Mer est un petit village au bord de la mer qu'il faut découvrir au moins une fois dans sa vie. Les conditions proposées permettent d'ailleurs non seulement de pratiquer la planche à voile, mais aussi pas mal d'autres disciplines comme le surf et le kitesurf. Là aussi, des clubs proposent des initiations aux différentes disciplines et je trouve que La Tranche-sur-Mer est un super cadre pour cela. C'est une station balnéaire familiale, pratiquer en famille peut donc être très sympa sur ce plan d'eau. C'est un site qui a vraiment tout pour plaire et qui, je pense, sera assez fréquenté cet été. Heureusement, il y a plus de dix kilomètres de plage, il devrait donc y avoir de place pour tout le monde. »



© Vendée Tourisme

## L'île d'Yeu (Vendée)

Une randonnée palmée, voilà un concept que l'on ne retrouve qu'en période estivale. C'est ce que propose le centre de plongée de la Meule, en Vendée : une escapade sous-marine dans l'Atlantique avec cette randonnée palmée accessible dès l'âge de 6 ans. Les fonds marins bordant l'île d'Yeu n'auront ainsi plus de secrets pour les curieux venus découvrir cette activité originale. Les poissons de roche et les algues croisés lors de la balade font une grande partie du charme de cette marche palmée, au cœur d'une eau claire permettant de bénéficier d'une très bonne visibilité. Une balade sous-marine qui dure entre 30 et 45 minutes et qui s'effectue en compagnie d'un moniteur. D'ailleurs, ce dernier est à l'écoute de la forme physique et des envies d'exploration aquatique de chaque personne, afin d'adapter le contenu et le format de cette découverte sous-marine autour de ce lieu magnifique qu'est l'île d'Yeu.



© Office de Tourisme de l'île d'Yeu

## L'AVIS DE...

Jean-Marc Chériaux  
Champion d'Europe 2019 de blokart



© Jean-Marc Chériaux

## Grande plage de Saint-Gilles-Croix-de-Vie (Vendée)

« La région Pays de la Loire se prête particulièrement bien à la pratique du char à voile. Il y a de bons spots et de bons sites de roulage. Il faut savoir que toutes les plages ne permettent pas d'avoir de bonnes conditions de roulage, il faut avoir un terrain relativement dur et stable. Dans la région, il y a beaucoup de lieux qui permettent d'avoir cette pratique. Je pense que Saint-Gilles-Croix-de-Vie fait partie des spots majeurs, avec plusieurs sites de roulage répartis sur plusieurs communes. Je pense notamment à Noirmoutier, qui est à proximité. La grande plage de Saint-Gilles-Croix-de-Vie demeure un spot particulièrement agréable, notamment en été. C'est l'idéal pour la pratique du char à voile, qui est un sport qui est vraiment accessible au plus grand nombre. De nombreux clubs proposent des initiations qui permettent au grand public de découvrir notre discipline qui reste malgré tout encore trop méconnue. »



© Jean-Marc Chériaux

## Baie de la Baule (Loire-Atlantique)

« Le char à voile est une activité qui a longtemps eu du mal à se faire une place sur la plage de la Baule, mais désormais ça y est, on retrouve la possibilité de pratiquer la discipline sur l'une des plus belles plages de la région grâce à la base nautique Les Voies Royales. C'est un spot idéal qui est situé en plein littoral atlantique et dont la plage correspond bien aux standards de pratique du char à voile. C'est aussi un lieu important pour la promotion de la discipline car cela demeure une plage extrêmement fréquentée en période estivale. D'ailleurs, pour ceux qui viennent profiter des initiations et s'essayer au char à voile, c'est aussi l'occasion de pratiquer d'autres activités proposées par la base nautique, je pense par exemple au surf, à la planche à voile, au kayak de mer ou encore au longe-côte. Il y a toute une diversité de pratiques qui ne sont pas concurrentes mais qui permettent justement de faire connaître les disciplines moins connues. Des vacanciers qui viennent surfer auront peut-être envie de s'essayer au char à voile. C'est ce que permet la plage de la Baule. »



© Tourisme Loire-Atlantique

## Parcours Aventure 49 à Brion (Maine-et-Loire)

Dans la longue tradition des lieux dédiés aux sports de pleine nature, le Parcours Aventure 49 est une structure qui présente la particularité d'offrir des disciplines très variées... et donc de proposer des activités pour tous les goûts et toutes les sensibilités. Située à Brion, au cœur du Maine-et-Loire, la structure est un espace 100% nature de 10 hectares, au cœur d'une immense forêt de 300 hectares. Un parcours accrobranche et de la course d'orientation sont notamment proposés, ainsi que du paintball au cœur d'un endroit parfaitement aménagé en vue de cette activité. Mais ce qui attire le plus de curieux et de pratiquants, notamment en période estivale, c'est le parcours du combattant proposé par Parcours Aventure 49. Un kilomètre, 23 obstacles : un chemin de croix pour certains, mais avant tout du fun et une fête autour des activités de pleine nature pour l'ensemble des participants.



© Parcours Aventure 49



mgen<sup>★</sup>

GRUPE **vyv**

POUR SON AUTHENTICITÉ

# J'AI CHOISI MGEN

**MUTUELLE SANTÉ - PRÉVOYANCE**

Martin Fourcade a choisi MGEN pour son engagement à protéger la santé des personnes en toutes circonstances. Authentiquement mutualiste, MGEN rend accessibles les meilleurs soins à tous. Rejoignez-la.

**MARTIN FOURCADE**  
CHAMPION DU MONDE &  
CHAMPION OLYMPIQUE  
DE BIATHLON

MGEN, Mutuelle Générale de l'Éducation Nationale, immatriculée sous le numéro SIREN 775 685 399, MGEN Vie, immatriculée sous le numéro SIREN 441 922 002, MGEN Filia, immatriculée sous le numéro SIREN 440 363 588, mutuelles soumises aux dispositions du livre II du Code de la mutualité. MGEN Action sanitaire et sociale, immatriculée sous le numéro SIREN 441 921 913, MGEN Centres de santé, immatriculée sous le numéro SIREN 477 901 714, mutuelles soumises aux dispositions du livre III du Code de la mutualité. Siège social : 3 square Max-Hymans - 75748 Paris CEDEX 15.



© Fédération Française de Vol en Planeur

## Le sport au soleil en Région Sud

La Région Sud n'attire pas que les amateurs de farniente en période estivale. Elle propose également de très nombreuses activités de plein air, pour le plus grand bonheur de petits et grands.

### Les Gorges du Verdon, véritable paradis pour sportif (Var et Alpes-de-Haute-Provence)

Les Gorges du Verdon, c'est plus de 100 kilomètres de bonheur ! Avec une profondeur qui atteint à certains endroits 750 mètres, il s'agit du plus grand canyon en Europe. Et les sportifs ont largement de quoi se faire plaisir dans un cadre sublime (n'oubliez pas votre appareil photo). Canoë-kayak, voies d'escalade mythiques, randonnées pédestres ou aquatiques, parapente, nage, rafting et canyoning en eau vive, VTT, il y a l'embaras du choix, pour le plus grand bonheur de petits et grands. Pour les amateurs de sensations fortes, il est possible de tester le saut à l'élastique sur le pont de l'Artuby... et ses 182 mètres de hauteur. Pour prendre encore plus de hauteur, existe l'option de la découverte du Verdon en montgolfière. Et si vous préférez être sous terre plutôt que dans les airs, la spéléologie est également une activité proposée pour tous les publics. Un succès qui n'est plus à démontrer puisque, chaque année, un million de personnes viennent profiter de ce lieu emblématique de la région.



© DR

## S'envoyer en l'air à Saint-Auban (Alpes-Maritimes)

Qui n'a jamais rêver de voler ? Le Centre national de vol à voile (CNVV) se trouve à Saint-Auban, charmant village des Alpes-Maritimes situé à une soixantaine de kilomètres de Grasse, dans le Parc naturel régional des Préalpes d'Azur. Chaque année, il accueille plus de 1000 stagiaires qui souhaitent découvrir les sensations apportées par un voyage très aérien en planeur. Près de 20 000 heures de vol sont réalisées chaque année au Centre national de vol à voile, dont 6000 en instruction. Seize planeurs de toutes classes sont disponibles lors des 280 jours de vol effectués chaque année. Et, évidemment, une équipe d'instructeurs qualifiés sont là pour encadrer les curieux, au sein d'infrastructures d'accueil uniques dédiées au planeur. Un lieu idéal pour apprendre, progresser et prendre du plaisir en planeur, en toute sécurité. Val de Durance, plateau de Valensole ou Gorges du Verdon, il faut choisir l'un des trois itinéraires proposés, prendre son courage à deux mains, et se laisser emporter par la magie du moment.



© Fédération Française de Vol en Planeur



© Daniel Blin

### L'AVIS DE...

**Rémy Taranto**

Vice-champion d'Europe 2020 de Para Aviron

## Découvrir Marseille à la rame (Bouches-du-Rhône)

« Ma spécialité c'est l'aviron, et mon club c'est le Rowing Club de Marseille, donc je vais mettre en avant l'aviron, car c'est un sport très agréable, qui peut se pratiquer en pleine mer dans notre région. Nous avons les bateaux équipés pour cela. C'est un sport complet, que l'on peut pratiquer à tous les âges. Le plus vieux licencié du club a 93 ans, et il rame encore. On médiatise beaucoup la compétition, mais la majeure partie de la pratique, c'est de la pratique loisir, de la pratique plaisir. Le Rowing Club de Marseille, c'est l'endroit où on peut admirer en sortant du club le Fort Saint-Jean et le Vieux-Port de Marseille. Et après, on peut partir de la rade de Marseille pour aller jusqu'au Frioul, au Château d'If, longer la Corniche. Ce sont des endroits à avoir dans notre ville. Sur Marseille, c'est l'idéal pour découvrir l'aviron », explique Rémy Taranto, qui a un rendez-vous important début juin. « Il nous reste une régates internationale au début du mois, en Italie. Notre staff prendra sa décision finale pour la composition du bateau aux Jeux Paralympiques de Tokyo à ce moment-là. Nous sommes plusieurs athlètes à prétendre à une place dans l'embarcation. »



© Rémy Taranto

## Les calanques de Cassis en aviron (Bouches-du-Rhône)

« Pour l'aviron, vous pouvez également aller à Cassis, pour voir ou revoir les calanques. On peut y entrer en bateau, et c'est quand même super agréable de faire une partie des calanques en ramant. Au-delà de les faire à pied, ce qui aussi quelque chose d'extraordinaire, les découvrir en faisant de l'aviron, c'est super sympa. En partant du club de Cassis, on peut rapidement faire quelques sorties vers les calanques. Pour faire cette sortie pendant l'été, si la mer est calme, c'est accessible au plus grand nombre. » Après le bronze européen en 2020 et l'argent continental cette année, Rémy Taranto vise un bon résultat aux Jeux Paralympiques de Tokyo, s'il a la chance d'être sélectionné : « L'objectif final, c'est Tokyo, si je gagne ma place dans le bateau. Ce sera différent de mes deux premiers Jeux. Si j'ai la chance de faire mes troisièmes Jeux, on prendra cette compétition comme un championnat du monde, où on arrive, on fait notre compétition et on repart. Ce n'est pas ce que l'on attend des Jeux, mais ce sera moins difficile à vivre pour un sportif qui a déjà fait les Jeux, comme moi. J'ai déjà connu la ferveur de Londres et de Rio. »



© FFA, Daniel Blin

# 3<sup>e</sup> MI-TEMPS

## Le dessin du mois





# Nissan LEAF

## 100% Électrique

LES JOURS ÉCLAIR  
NISSAN



18 000 €  
de prime à l'électrique  
sous condition de reprise<sup>(1)</sup>

7 000 € de bonus écologique  
+ 5 000 € de prime à la conversion<sup>(2)</sup>  
+ 6 000 € d'aide à la reprise



(1) Bonus écologique de 7 000 €, Prime à la Conversion de 5 000 €, et aide à la reprise de 6 000 €, soit 18 000 € d'avantage. (2) Prime à la conversion de 5 000 € (sous conditions de revenus - voir conditions sur [primealaconversion.gouv.fr](http://primealaconversion.gouv.fr)). Offre réservée aux particuliers, valable jusqu'au 30/06/2021 sur NISSAN LEAF 40 kWh (Sauf Visia) neuve, sur véhicules identifiés, livrés et immatriculés jusqu'au 31/07/2021, chez les Concessionnaires Nissan participants. Modèle présenté : Version spécifique. Zéro Émission à l'utilisation, hors pièces d'usure. NISSAN WEST EUROPE SAS : [nissan.fr](http://nissan.fr)

01 NISSAN GEX  
04 NISSAN MANOSQUE  
05 NISSAN GAP  
11 NISSAN CARCASSONNE  
11 NISSAN NARBONNE

13 NISSAN ARLES  
13 NISSAN SALON-PCE  
30 NISSAN ALÈS  
30 NISSAN NÎMES  
34 NISSAN BÉZIERS

34 NISSAN MONTPELLIER  
38 NISSAN GRENOBLE  
66 NISSAN PERPIGNAN  
73 NISSAN CHAMBÉRY  
74 NISSAN ANNECY

74 NISSAN ANNEMASSE  
74 NISSAN THONON  
84 NISSAN AVIGNON  
84 NISSAN CARPENTRAS  
84 NISSAN ORANGE



# RANDO

PYRÉNÉES  
ORIENTALES

LE DÉPARTEMENT



Préparez vos randonnées  
en **1 clic** sur [rando66.fr](http://rando66.fr)

TÉLÉCHARGEZ AUSSI L'APPLICATION



[leDépartement66.fr](http://leDépartement66.fr)

L'Accent Catalan de la République Française

Credits photos : C.J. S. Millaud - 04/2021