



en jeu

en jeu une autre idée du sport

la revue de l'UFOLEP Mai 2025 - N° 66 - Prix 3,50€

INVITÉ

Philippe Liotard

FÉDÉRAL

L'AG du Creusot

**LE TRAIL EST
EN CHEMIN**

ufolep

Émotion, vérité, confiance

Par **Arnaud Jean**, président de l'Ufolep

Philippe Brenot



L'assemblée générale est le moment le plus important de l'année dans la vie d'une association. Parce que le comité directeur y rend compte de son action au service d'un projet commun, et parce que c'est un rendez-vous où l'humain a toute sa place.

Si l'on devait caractériser en quelques mots notre AG 2025, le premier serait « émotion », pour dire le grand moment de fraternité partagé lors de la remise d'un chèque de 41 000 euros, fruit de la solidarité de tout un réseau et de celle de notre assureur Marsh, aux amis de l'Ufolep Mayotte, qui relancent leurs activités après avoir été si durement ébranlés par le cyclone Chido.

Le deuxième mot serait « vérité », parce qu'il faut savoir dire les choses, les partager en toute transparence, afin de poser clairement les sujets de débat et les éléments de tension, pour mieux les résoudre.

Ce qui caractérise une AG ce sont aussi les « retrouvailles » avec des personnes que l'on retrouve une fois par an, éloignés que nous sommes par la distance kilométrique – tout particulièrement entre comités de France hexagonale et d'Outre-Mer – mais si proches par le projet et l'ardeur mise à le déployer.

Ces mots font écho à ceux du quotidien des bénévoles et dirigeants : le « courage » et la « détermination » avec lesquels ils abordent les sujets de société et se mobilisent pour « l'égalité » et la « laïcité ». Un engagement qui donne plus encore de sens et de valeur à la « confiance » manifestée par les mandatés des comités en validant à quasi 100 % tous les rapports et propositions soumis à leur vote.

Enfin, le dernier mot est celui de « perspectives », car en clôture d'une AG il importe que la route soit tracée et les repères posés sur la voie du développement, tout en réaffirmant les valeurs qui nous unissent. Merci à tous pour le moment fort que fut cette AG du Creusot, et tout particulièrement à nos hôtes de Saône-et-Loire, qui ont largement contribué à faire émerger ces mots. ●

coup de crayon

Par Nadège Pertuit





INVITÉ Philippe Liotard, existe-t-il un sport arc-en-ciel ?

Quel impact un évènement comme les Euro Games 2025 peut-il avoir sur l'accueil des personnes LGBTQI+ en club ? L'analyse de l'anthropologue Philippe Liotard, spécialiste des discriminations dans le sport.

FÉDÉRAL L'assemblée générale du Creusot

Réunis les 26 et 27 avril au Creusot (71), les mandaté.es des comités ont signifié leur pleine adhésion en votant à quasiment 100% les rapports moral et financier, le budget et les tarifs statutaires.



DOSSIER Le trail est en chemin



Départ de l'une des courses de l'Ultra-Trail du Puy Mary, organisé par l'association Ufolep TOM 15.

Les associations Ufolep sont de plus en plus nombreuses à pratiquer le trail, désormais identifié par un code activité distinct de celui des courses hors stade et accompagné par un groupe de travail national. Objectif : mieux fédérer la discipline en développant notamment l'approche éducative auprès des enfants.

en jeu "une autre idée du sport" est la revue de l'Union française des œuvres laïques d'éducation physique (Ufolep), secteur sportif de la Ligue de l'enseignement Ufolep-Usep 3, rue Juliette-Récamier, 75341 Paris Cedex 07 Téléphone 01 43 58 97 71 Site internet www.ufolep.org Directeur de la publication Arnaud Jean Rédacteur en chef Philippe Brenot Ont participé à ce numéro Marie-Christine Favérial-Labuzan, Rosemary Paul-Chopin, Antoine Richet Photo de couverture JBJOLY / Ultra-Trail du Puy Mary 2022 Maquette Agnès Rousseaux Impression et routage Centr'Imprim, rue Denis Papin 36 100 Issoudun Abonnement annuel 13,50 € Numéro de Commission paritaire 1025 K 79982 Numéro ISSN 1620-6282 Dépôt légal Mai 2025 Tirage du numéro précédent 7778 exemplaires

la ligue de
l'enseignement
un avenir par l'éducation populaire



sommaire

4 actualité

Le guide laïcité du ministère des Sports actualisé
VuLuEntendu : *Haute randonnée pyrénéenne*, Marie Millet (Glénat-Rando Éditions) ; *Partez!*, à vélo avec la revue 200 (Ulmer) ; *Music Football Club*, Stéphane Basset (Hugo Sport)

6 invité

8 santé

Le sport contre l'endométriose

9 dossier

16 activité

Gym : demain, des agrès mixtes ?

17 fédéral

20 terrain



Le Toulouse Bike Polo, pédale et maillet

22 reportage



À Lille, Passer'Elles fait rimer gymnastique et sororité

24 réseau

Comité : VTT éducatif dans le Gers ; Association : À Brest, le catch laïque fait le show ; Double dutch sur la Canebière ; Instantanés : Nationaux de printemps

28 histoires

Morceaux choisis : « Mon héros s'appelle Roubaud », Gérard Ejnès (En Exergue) ; Je me souviens : Gilles Bertrand ; L'image : « Ramasseurs au repos » par Pauline Ballet (Amphora)

30 repères

Les Jeux olympiques de 1892 à 2024, Patrick Clastres (Presses universitaires de Rennes) ; Le crépuscule des Jeux, Guillaume Desmurs (Guérin-Paulsen)

Sensibiliser à la santé mentale avec l'Ufolep

Tandis que la santé mentale a été déclarée Grande Cause nationale 2025, l'équipe pédagogique nationale (EPN) secourisme de l'Ufolep propose désormais une sensibilisation de 6 heures en direction du grand public. Pour l'animer, les formateurs aux premiers secours citoyens (PSC) peuvent dès à présent postuler pour suivre une formation complémentaire consistant en une sensibilisation de 6 h suivie de 2 h en distanciel et de 5 h pour s'approprier les outils Ufolep : tutoriels, flyer, affiche, jeu de puzzle...

Cette sensibilisation se veut complémentaire de la formation de secouriste en santé mentale plus poussée (12 heures) de l'association Premiers Secours en Santé Mentale France. L'objectif est que les personnes sensibilisées par les formateurs Ufolep soient en mesure d'identifier les signes de leur propre santé mentale, d'optimiser leur état et, si besoin, sachent se tourner vers des groupes d'entraide mutuelle ou des professionnels de santé.



Le retour de la vasque



Chaque été jusqu'aux JO de Los Angeles en 2028, la vasque symbole des Jeux de Paris 2024 s'élèvera à nouveau avec son ballon à 60 m de hauteur au-dessus du jardin des Tuileries. Précisément entre la Journée olympique du 23 juin et le 14 septembre, date fixée par Emmanuel Macron pour la nouvelle fête nationale du sport.

L'explosion des salles de loisirs indoor

Parcours ninja, bowling, trampoline, minigolf, karting, laser game...

« Les vastes complexes de loisirs multiactivités essaient sur le territoire. Plébiscités par les familles, ces nouveaux modèles de divertissement connaissent un succès croissant et une belle rentabilité » explique *Le Monde* du 13 avril. Ce phénomène, Vincent Philippe, fondateur de l'observatoire des nouveaux lieux de loisirs en ville Funfaircity, en résume le business

model: « Vous prenez beaucoup de mètres carrés – 5 000 au minimum –, de préférence en zone périurbaine; vous installez au moins quatre attractions différentes, avec la possibilité de les faire évoluer au fil du temps; vous créez un espace de restauration et vous pouvez accueillir des familles au grand complet. »

La plupart des marques phares, SpeedPark (19 établissements), Games Factory (13), Metropolis (8), La Tête dans les nuages (8), 1055 (6), Koezio (5) ou Nikito (photo), prévoient d'ouvrir de nouveaux lieux dans l'année. Et plusieurs d'entre elles appartiennent au groupe Hadrena, qui exploite 150 sites en Europe et aux États-Unis et a pour actionnaire le controversé homme d'affaires conservateur Pierre-Édouard Stérin.



Le rucking, marcher et en avoir plein le dos

Marcher avec un gilet ou un sac lesté: le rucking (dérivé du terme allemand « sac à dos ») est parait-il la dernière tendance parmi les marcheurs cherchant à repousser leurs limites¹. « Cette pratique fait surgir en nous l'image du légionnaire marchant sous un soleil

LE GUIDE LAÏCITÉ DU MINISTÈRE DES SPORTS ACTUALISÉ

Le ministère des Sports a publié une version actualisée de son guide « Laïcité et fait religieux dans le champ du sport ». Dans une première partie, six fiches apportent toutes les précisions nécessaires sur « la liberté religieuse et celle de manifester sa religion », « la laïcité », « le principe de neutralité » et son « application » par les fédérations, ligues professionnelles et établissements publics sous tutelle, et enfin son « respect » par les clubs sportifs. Une deuxième partie détaille ensuite dix cas pratiques. L'Ufolep salue la qualité et la clarté de ce guide, alors que la question du port du voile sur les terrains de sport a donné lieu à des prises de positions discordantes entre les ministres des Sports, de l'Éducation



nationale, de l'Intérieur et de la Justice, ou encore la proposition de loi déposée fin février par le sénateur (LR) Michel Savin. À noter: François Bayrou a annoncé le 18 mars que le gouvernement inscrira « dans les meilleurs délais » à l'ordre du jour de l'Assemblée nationale la proposition de loi interdisant le voile islamique dans le sport, tandis que la « ligne » du gouvernement était précisée dans la foulée par Aurore Berger, ministre chargée de l'Égalité entre les femmes et les hommes: « Aucun signe religieux ostentatoire ne doit être porté lors des compétitions sportives. » Pour sa part, l'Ufolep invite ses comités et associations à se référer au guide du ministère des Sports, à télécharger sur www.sports.gouv.fr ●



de plomb avec un sac de 40 kg dans le dos», sourit le Dr Jean-Jacques Pik, membre de la commission médicale de l'Ufolep, qui a lui-même récemment «avalé» sur le chemin de Compostelle 150 km et 3 500 m de dénivelé positif avec un sac de 12 kg, soit 1/6^e de son poids corporel: «Par inexpérience, j'avais trop chargé mon sac et j'en garde un très mauvais souvenir musculaire!»

Sur la base d'une petite revue de presse médicale, Jean-Jacques Pik estime l'intérêt du rucking en sport-santé «nul, voire contre-productif», en raison de «trop de charge articulaire sur les hanches, les genoux et la voûte plantaire. Côté épaules et dos, on ne voit pas non plus quel bénéfice attendre, et la statique rachidienne peut s'en trouver aggravée. Une augmentation du régime énergétique de la marche est probable, mais pourquoi faire si pénible quand il suffit d'introduire un peu de dénivelé? Ou bien de choisir la marche nordique, en amplifiant si l'on veut l'effort des membres supérieurs par un système de ressort.» **PH.B.**

(1) *Le Monde* du 24 janvier.

Duel au CNOSF

Le 19 juin, l'élection à la présidence du Comité national olympique et sportif français se jouera entre Didier Séminet, président de la Fédération française de baseball et softball, et l'ancienne ministre des Sports, Amélie Oudéa-Castéra, parrainée par la FF handball. Celle-ci bénéficie également du soutien du président de la FF Triathlon, Cédric Gosse, qui a retiré sa candidature, et de l'ex-escrimeuse Astrid Guyart, secrétaire générale du CNOSF depuis 2022. David Lappartient, élu en juin 2023 après la démission de Brigitte Henriques, et qui avait annoncé dès mars sa décision de ne pas se représenter, a salué pour sa part «deux candidats de qualité, chacun avec son parcours».

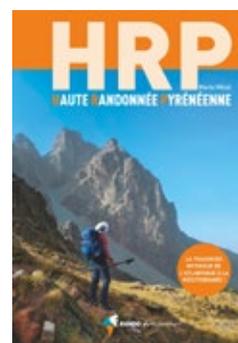
VuLuEntendu

HAUTE RANDONNÉE PYRÉNÉENNE

HRP: trois lettres synonymes de beauté et de liberté pour ceux qui savent qu'elles désignent «la traversée des Pyrénées qui oscille entre permanence entre la France et l'Espagne» comme le précise la Fédération française de randonnée pédestre. Mais cet itinéraire menant de l'Atlantique à la Méditerranée ne doit pas être pris à la légère. Car si elle se confond au départ avec le GR 11 et à l'arrivée avec le GR 10, la HRP se rapproche le plus possible de la ligne des crêtes et exige de savoir s'orienter en l'absence de toute marque.

Le parcours proposé par Marie Millet chez Glénat totalise 700 km et 40 000 mètres de dénivelé positif, à effectuer en 40 étapes depuis la plage d'Hendaye à celle de Banyuls-sur-Mer, avec possibilités de haltes dans des refuges gardés ou non ou des cabanes. Néanmoins «la plupart des randonneurs opteront pour le bivouac» indique l'autrice. Afin d'être libre de son rythme et de s'adapter aux aléas de la météo pyrénéenne, qui font aussi le prix du voyage. **PH.B.**

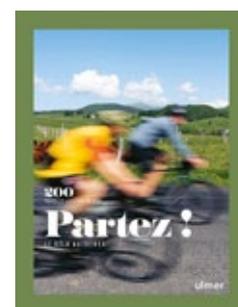
HRP, Marie Millet, Glénat-Rando Éditions, 192 pages, 22€.



«PARTEZ!», À VÉLO À TRAVERS LA FRANCE

«Partez!»: sous cette amicale injonction, le magazine *200, le vélo autrement* a réuni dix récits de voyage pour souffler ses dix bougies. Dix randonnées originales et poétiques sur les traces de Gustave Courbet dans le Jura, sous les ailes d'un circaète entamant depuis la Haute-Loire sa migration vers le grand sud ou bien avec pour balises les chansons du regretté Jean-Louis Murat et leurs discrètes références au terroir auvergnat. Les auteurs – les journalistes Alain Servan-Puiseux et François Paoletti et le photographe Matthieu Lifschütz – n'hésitent pas non plus à enfourcher un vélo gravel pour sillonner les chemins provençaux de Manosque à Marseille. Une France oubliée se raconte au fil des kilomètres, avec un vrai coup de cœur pour la remontée de l'Allier, de sa confluence avec la Loire à sa source lozérienne. Le voyage peut naître aussi de correspondances potaches, comme cette ultime équipée de 800 bornes entre Guéret et le Far West de pacotille de Sad Hill (Espagne) où fut tournée la scène finale de *Le Bon, la Brute et le Truand*: «Toi, tu Creuse(s)!», et nous on pédale. **PH.B.**

Partez!, Ulmer, 2024, 208 pages, 160 photos, 28€.



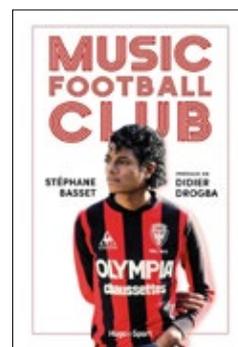
MUSIC FOOTBALL CLUB

Stade Bollaert, dimanche 16 février: Marine, gagnante de la Star Academy 2025, interprète «Les Corons» de Pierre Bachelet devant les 37 000 spectateurs du match Lens-Strasbourg, vingt ans après la première diffusion dans les hauts parleurs de cet hymne au Nord et aux mineurs de fond. Un hymne dont les supporters des sang et or ont fait depuis l'équivalent local du «You'll Never Walk Alone» du Liverpool FC, offrant ainsi une postérité inattendue à son auteur décédé.

Ces deux chansons figurent bien sûr au générique de ce *Music Football Club* qui s'ouvre par le récit du parcours tortueux qui rendit «I will survive», tube disco de Gloria Gaynor adapté avec succès par un obscur groupe néerlandais, à jamais indissociable du triomphe des Bleus de 1998.

Cet ouvrage né de la double passion du journaliste Stéphane Basset alterne de façon plaisante mais décousue notices, playlists, interviews people et portraits de footeux mélomanes, sans chercher rivaliser à avec l'érudit *Petit manuel musical du football* de Pierre-Étienne Minonzio (*Le Mot et le Reste*, 2014). Quant à la photo où Michael Jackson arbore un maillot de l'OGC Nice, elle est issue d'une séance réalisée en 1983 après la sortie de l'album *Thriller*. Sans qu'il faille en déduire un quelconque intérêt du défunt King of Pop pour le ballon rond ou le club azuréen. **PH.B.**

Music Football Club, Stéphane Basset, préface de Didier Drogba, Hugo Sport, 220 pages, 18,50€.



Philippe Liotard, existe-t-il un sport arc-en-ciel ?

Quel impact un évènement comme les Euro Games peut-il avoir sur l'accueil des personnes LGBTQI+ en club ? L'analyse de l'anthropologue Philippe Liotard, spécialiste des discriminations dans le sport.

Philippe Liotard, les Euro Games, organisés du 23 au 26 juillet à Lyon, veulent-ils affirmer le droit à la pratique sportive des personnes LGBTQI+¹ ?

Plus que l'affirmation d'un droit, il s'agit de la mise en visibilité d'une communauté. C'est une forme de revendication, à travers l'organisation d'un évènement sportif: une façon de dire « Nous sommes là », en créant un espace de pratique « safe », bienveillant, où nul ne subira d'injures homophobes ni ne sera maltraité en raison de son orientation sexuelle. Les Euro Games, comme les Gay Games, réunissent deux types de publics: des pratiquants et pratiquantes engagés par ailleurs dans des championnats classiques, et des personnes venant d'abord participer à un évènement ludique et festif. Bien sûr, certains vont sans doute s'interroger sur la finalité d'un tel évènement. Je leur répondrai en citant l'étude menée début 2000 au sein du laboratoire Corps et culture

à l'université de Montpellier: nous avons alors mis en évidence comme fondement de ces organisations une expérience partagée de l'homophobie et de la lesbophobie dans l'espace sportif ordinaire. Cela reste valable.

Aux Euro Games, chacun ou chacune peut participer dans les disciplines de son choix, dans la limite des places disponibles. S'agit-il dès lors d'une vraie compétition ?

Cet aspect, qui touche au règlement et à la finalité du sport, est central. Dans le sport de compétition, ne pas l'emporter ou terminer au pied du podium est synonyme d'échec, et le niveau de pratique un critère d'exclusion. Certes, la compétition fait intrinsèquement partie du jeu. Mais le problème réside dans la signification sociale et la valeur qu'on lui donne. Quand un enfant joue, la valeur est produite par le jeu, pas par le classement, oublié sitôt le jeu terminé. Les Euro Games valorisent le fait qu'il s'agit de jeux et que la compétition n'est qu'un moyen.

AGRÉGÉ D'EPS ET UNIVERSITAIRE

Né en 1963, Philippe Liotard est agrégé d'EPS. À la fin des années 1980, il est professeur en lycée à Montpellier et en collège aux Mureaux (Yvelines) mais se tourne bientôt vers la recherche et enseigne en Staps¹ les aspects historiques et sociaux du sport. Après les Staps de Montpellier et Strasbourg, il rejoint en 2002 l'université Claude Bernard Lyon 1, où il est membre du Laboratoire sur les vulnérabilités et l'innovation dans le sport (LVIS) et titulaire de sa Chaire LGBT+, aujourd'hui associée aux Euro Games. « Parmi tous les sports que j'ai essayés, explique Philippe Liotard, j'ai pratiqué l'haltérophilie et le football, et plus tard le rugby. Plutôt des sports masculins, pas épargnés par l'homophobie et le sexisme. Je connais donc de l'intérieur la culture viriliste qui peut se forger dans les vestiaires et lors des déplacements. Je l'ai vécue dans ma socialisation de jeune homme, où il fallait que je montre que je n'étais ni un "pédé" ni une "gonzesse". Mais cette "culture" peut se transformer si on veille à ce que les jeunes ne se laissent pas prendre dans l'engrenage des mécanismes de haine et de rejet. » ●

(1) Sciences et techniques des activités physiques et sportives.

Quel impact un évènement communautaire peut-il avoir sur les discriminations envers les personnes LGBTQI+ dans le sport ? Et comment faire le lien avec l'enjeu d'un accueil bienveillant dans les clubs ?

C'est tout l'enjeu. La vraie question, c'est: pourquoi ces évènements communautaires existent-ils ? Et cette question, c'est l'environnement sportif qui doit se la poser. Une personne qui se fait traiter de « pédé » sur le terrain, dans les tribunes ou les vestiaires ne se sentira pas forcément très à l'aise... Quant à l'impact d'un évènement comme les Euro Games, ses organisateurs savent pertinemment qu'il peut aussi s'avérer négatif, en provoquant un retour de bâton. Ces Jeux peuvent nourrir des critiques d'extrême-droite à la Trump, qui utiliseront politiquement l'identité sexuelle ou de genre pour abaisser les personnes qui y participeront. Ces critiques ciblant une communauté deviennent ensuite une arme pour attaquer les pouvoirs publics et la lutte contre les discriminations. Car certaines personnes ou organisations revendiquent le droit de discriminer.

Les personnes LGBTQI+ investissent-elles certaines disciplines plus « accueillantes » que d'autres ?

Je ne crois pas. Si différenciation il y a, elle concerne plutôt les associations sportives, notamment si elles appartiennent à une fédération ayant obtenu le label FIER², notamment en montrant qu'elles sont sensibilisées à la question de l'inclusion de toutes et tous. Ce discret affichage donnera à penser aux personnes LGBT : peut-être que là, je me sentirai bien... Ne pas laisser passer insultes et moqueries, cela construit une ambiance.

Les personnes non binaires peuvent se sentir mal à l'aise dans un sport structuré en catégories hommes/femmes. Aussi les Euro Games envisagent-ils de proposer une catégorie spécifique...

On touche là à la capacité d'innovation réglementaire, dans le double but d'inclure toutes les personnes – non binaires ou trans – et de faire qu'elles puissent participer dans la catégorie qui correspond à leur identité, et d'y être acceptées. Nous verrons si ces personnes se retrouvent dans une catégorie spécifique.

La mixité des pratiques est-elle aussi une voie à explorer? À l'Ufolep, c'est le cas dans des championnats loisirs à l'enjeu compétitif moindre...

On peut en effet jouer avec le règlement ou les catégories avec une finalité éducative, celle d'apprendre aux gens à jouer ensemble. Voyez au collège : en classe de 5^e, l'objectif d'un prof d'EPS sera de faire jouer ensemble garçons et filles. En cela, la mixité est un modèle éducatif. Des sportives peuvent aussi avoir des résistances ou des réticences à concourir avec une femme trans, mais elles disparaîtront quand, la côtoyant, elles constateront que ses capacités physiques n'en sont pas démultipliées. Professeur d'EPS, je me posais déjà la question de «jouer ensemble» sans être écrasé par le modèle compétitif. La compétition, n'est-ce pas jouer à éliminer les plus faibles? Et à quel modèle de société renvoie-t-elle? Les Euro Games, tout en s'affichant comme événement communautaire, souhaitent accueillir tout le monde.

Toujours sur le registre de la mixité, l'Ufolep expérimente celle des agrès en gymnastique³ : qu'en pensez-vous?

Je me félicite de ce genre d'initiative. Au nom de quoi interdire à un garçon de s'essayer à l'agrès d'équilibre qu'est la poutre? Un enfant joue bien à marcher sur le rebord du trottoir comme s'il était au bord d'un précipice... Les agrès en gymnastique ont été conçus pour la pratique masculine, puis on en a inventé d'autres pour les femmes, considérées comme plus faibles et dont il fallait aussi préserver les organes reproducteurs du risque de blessure... L'Ufolep s'autorise à jouer avec un règlement qui s'est construit historiquement pour différencier les pratiques selon le genre. Voyez l'athlétisme : ce n'est que depuis la fin du siècle dernier que, du marathon à la perche en passant par le 3000 mètres steeple, toutes les disciplines sont accessibles aux femmes. Voyez aussi le rugby, l'haltérophilie ou la boxe. Ces pratiques ont été longtemps corsetées par des règlements forgés sur des croyances datant du 19^e siècle, qui hiérarchisaient les capacités physiques des filles et des garçons. Moi, je trouve génial qu'un gymnaste garçon puisse faire ses sauts périlleux en musique et qu'une fille s'exerce aux anneaux!



Philippe Liotard :
« Pourquoi ces événements communautaires existent-ils? Cette question, c'est l'environnement sportif qui doit se la poser. »

Avec 50 associations et 9 000 adhérents, la Fédération sportive LGBT+ est peu représentative. Faut-il le regretter ou s'en réjouir?

J'insisterai plutôt sur le fait que rien n'empêche une association d'appartenir à la Fédération sportive gaie et lesbienne afin d'être dans le « réseau », et de s'affilier par ailleurs à des fédérations unisports classiques pour participer à des championnats à finalité compétitive plus marquée. À titre individuel, on peut aussi être adhérent de la fédération sportive LGBT+ et jouer en parallèle dans une équipe de football lambda. Et je le répète, les Euro Games ne sont pas un espace exclusif. Chacun et chacune y est le bienvenu! ●

PROPOS RECUEILLIS PAR PHILIPPE BRENOT

- (1) LGBTQI+ : personnes lesbiennes, gays, bisexuelles, trans, queers, intersexuées (et le + pour tous les autres termes désignant genres et sexualités).
- (2) Initiée par les promoteurs des Gay Games Paris 2018, la Fondation Inclusion pour un Environnement Respectueux décerne le label FIER – obtenu par l'Ufolep – sur la base d'un autodiagnostic réalisé par les fédérations candidates.
- (3) Lire page 18.



L'UFOLEP PARTENAIRE DE L'ÉVÈNEMENT

« Festival européen du sport, de l'inclusion et de la diversité », les Euro Games Lyon 2025 proposent du mercredi 23 au samedi 26 juillet des épreuves ouvertes à tous dans 37 disciplines. L'évènement est soutenu par les collectivités locales (office municipal des sports, Métropole du Grand Lyon, ville de Villeurbanne), la Dilcrah (délégation interministérielle à la lutte contre le racisme, l'antisémitisme et la haine anti-LGBT) et la Fédération sportive LGBT+. Pour sa part, l'Ufolep, déjà partenaire des Gay Games Paris 2018, contribuera à l'organisation des épreuves de gymnastique, animera un stand dans le « village » et participera à des conférences. ●

Le sport contre l'endométriose

En appui du récent guide ministériel, le médecin fédéral de l'Ufolep souligne les bénéfices de l'activité physique face aux douleurs provoquées chez les femmes par cette maladie invalidante.

Pathologie longtemps cachée mais dont une femme sur dix est porteuse, l'endométriose est devenue depuis trois ans une priorité en santé du gouvernement, avec pour principales mesures le congé menstruel, l'accès élargi au test salivaire¹ pour identifier la maladie et sa reconnaissance en affection de longue durée (ALD) par la sécurité sociale.

DÉFINITION. L'endométriose se manifeste durant les règles par des douleurs anormalement fortes. Présente normalement en surface de l'utérus, la muqueuse

appelée «endomètre» se retrouve alors dans des zones non prévues telles que le muscle utérin (adénomyose), les annexes trompes et les ovaires (endométriose génitale) et des organes périphériques (péritoine, vessie, canal rectal et anal), mais aussi parfois dans le foie, la plèvre des poumons, et même le cerveau! L'endométriose a notamment pour conséquence une moindre fertilité et nécessite alors un accompagnement spécialisé.

L'endométriose est une maladie complexe, liée à l'héritage génétique et à l'environnement. Selon une étude



britannique (Jama psychiatry, 2024), la plupart des cas d'endométriose sont également liés à des traumatismes de l'enfance (violences, perte de confiance). C'est aussi une maladie systémique, c'est-à-dire globale, car l'intensité de la douleur affecte les patientes sur le plan de l'énergie physique et du psychisme, avec un fort impact sur la vie quotidienne et professionnelle.

TRAITEMENTS. Les traitements de l'endométriose sont multiples et peuvent se conjuguer, notamment pour lutter contre les douleurs: arrêt des règles par contraception (de préférence) ou traitement hormonal, prise de médicaments ou utilisation d'un neurostimulateur électrique. Il convient aussi de favoriser une bonne hygiène de vie (sommeil, alimentation saine, éviter alcool et tabac). Une prise en charge par psychothérapie peut également s'avérer nécessaire. Enfin, il est important de lutter contre la sédentarité et de conserver ou de reprendre une activité physique.

ACTIVITÉ PHYSIQUE. Les douleurs et la fatigue générale occasionnée par la maladie peuvent inciter les femmes souffrant de cette maladie invalidante à renoncer à l'activité physique. Or celle-ci sécrète naturellement des substances anti-inflammatoires et des endorphines qui soulagent les douleurs, tandis que l'énergie développée aide aussi à surmonter la fatigue. Tout en luttant contre la sédentarité liée au travail de bureau – se lever régulièrement et marcher dans le couloir –, il convient d'avoir une activité physique, mais adaptée et individualisée: exercices d'endurance progressifs, étirements appropriés aux organes atteints, exercices respiratoires et de posture.

Si l'activité physique est un traitement adjuvant nécessaire au traitement de la plupart des maladies chroniques et au maintien d'un bon niveau de santé, dans le cas de l'endométriose une activité régulière entrainera de réels bénéfices sur l'intensité des douleurs, l'estime de soi et la qualité de vie. ● **MARIE-CHRISTINE FAVÉRIAL-LABUZAN,**

MÉDECIN GÉNÉRALISTE, MÉDECIN FÉDÉRAL DE L'UFOLEP

(1) L'endotest, mesure annoncée le 5 mars.

BOUGER CONTRE LA MALADIE

Le guide numérique « En mouvement avec l'endométriose » édité par le ministère des Sports a été réalisé par l'équipe pluridisciplinaire d'une Maison sport santé, en collaboration avec une médecin du sport et gynécologue. Il dispense des conseils adaptés à chaque femme (peu ou pas active ou au contraire pratiquante assidue

d'une activité physique ou sportive), avec trois règles d'or: ne pas bloquer sa respiration lors d'exercices de renforcement musculaire (cela augmente la pression intra-abdominale); éviter les pratiques nécessitant des sauts (course ou boxe par exemple); adapter l'intensité de sa pratique selon la fatigue et les douleurs ressenties.

Un QR code donne accès aux témoignages d'une pratiquante en Maison sport santé et de la basketteuse internationale Sandrine Gruda. Le guide mentionne aussi les associations engagées contre l'endométriose, comme EndoFrance, dont Thomas Ramos est le parrain. Solidaire de son épouse, le rugbyman du Stade Toulousain met en évidence le rôle du conjoint dans la prise en compte de la maladie et de ses effets au quotidien. ●

Télécharger le guide sur www.sports.gouv.fr





Le trail est en chemin

Les associations Ufolep sont de plus en plus nombreuses à pratiquer le trail, désormais identifié par un code activité distinct de celui des courses hors stade et accompagné par un groupe de travail national. Objectif : mieux fédérer la discipline en développant notamment l'approche éducative auprès des enfants.

QUELLE PLUS-VALUE OFFRIR AUX LICENCIÉS ET AUX ASSOCIATIONS ?

Fédérer hors des sentiers battus

À l'ombre des épreuves les plus médiatisées, le trail a pris sa place parmi les associations Ufolep. Mais quel accompagnement leur proposer pour les fidéliser et en attirer de nouvelles ?

C'est en 2015, à l'âge de 29 ans, que Loïc, alors pratiquant et coach d'athlétisme, s'est mis au trail. « Pour rompre la monotonie des tours de piste, explique-t-il, j'ai commencé à emmener les enfants courir en milieu naturel. C'étaient les débuts de la popularisation du trail et, l'année suivante, j'ai fondé ma propre asso-

ciation, avec une école de trail en parallèle de la pratique adulte. Je me suis moi-même pris au jeu et, après de premiers essais sur des distances de 8 à 10 km, poussé par l'envie de se dépasser que favorisent les entraînements en groupe, je suis passé à des épreuves plus longues. Aujourd'hui je participe à des 100 km en y prenant un immense plaisir. »

Certes, tous les « traileurs » n'ont pas la condition physique ni la fibre associative aussi développée que Loïc Blanchet, délégué Ufolep de la Gironde, dont l'association Fronsadais sport nature compte 105 licenciés, dont la moitié d'enfants. Son itinéraire personnel n'en illustre pas moins le vif engouement pour la course nature à fort dénivelé, dans le sillage des épreuves emblématiques que sont Les Templiers à Millau (Aveyron), l'UTMB à Chamonix (Haute-Savoie) ou la Diagonale des fous à La Réunion.

GROUPE DE TRAVAIL

Depuis deux ans, en plus de la case « course hors stade », les associations Ufolep peuvent ainsi cocher « trail » dans leur formulaire d'affiliation : 133 l'ont fait cette saison, pour 1 516 licenciés, tandis qu'on estime à 25 000 les adeptes engagés dans les multiples épreuves organisées sous la bannière de la fédération¹.

Un groupe de travail national vient également d'être constitué pour développer l'activité, avec pour mission de construire des formations, proposer des outils de communication et faire profiter les associations de services et de partenariats. Dans l'immédiat, il planche sur un Guide des organisateurs. Ce GT trail offre par ailleurs la particularité de réunir principalement des délégués départementaux qui, à l'instar de Loïc Blanchet*, sont souvent eux-mêmes pratiquants et membres d'une association. D'où une connaissance fine de l'activité et de la façon dont elle s'est développée sur leur territoire.

DES ORIGINES ANGLO-SAXONNES

Le trail, abréviation francophone de l'anglais *trail running* (course sur sentier), trouve ses origines dans la tradition britannique des courses en montagne. Dans les années 1970, sa pratique se structure et se diffuse parallèlement à la vogue des courses sur route, compétitions à l'appui. En 1977 aux États-Unis, Gordy Ainsleigh vient ainsi à bout des 160 km de la mythique Western States Endurance Run.

Outre la distance, le dénivelé et la technicité des chemins entrent en compte dans la difficulté des parcours. Les organisateurs peuvent aussi imposer une barrière horaire et déclarer hors course les concurrents trop attardés. Le trail revendique par ailleurs sa proximité avec la nature et son souci de réduire le plus possible l'impact du passage des coureurs.

En France, bien que le trail soit éloigné de sa culture, la Fédération française d'athlétisme a obtenu en 2008 la délégation du ministère des Sports pour organiser la pratique et les compétitions, et classifié les courses selon leur difficulté : trail découverte (moins de 21 km), trail court (de 21 à 42 km), trail (plus de 42 km) et ultra trail (plus de 80 km). Les portions goudronnées ne doivent pas dépasser 25 % pour les deux premières distances et 15 % pour les plus longues. Toutefois, la majorité des pratiquants ne sont pas licenciés et de nombreuses associations organisatrices ne sont pas affiliées à la FFA, les compétitions les plus emblématiques relevant des entreprises privées. ●



JRBOLEY / UTMFA 2022



L'Ultra-trail du Puy Mary est organisé par l'association TOM 15, affiliée à l'Ufolep.

«En Dordogne, explique Patrick Mans*, aujourd'hui délégué de Nouvelle-Aquitaine, dès les années 2000 nous organisons dans le Sarladais le Trail des Picadis² avec un foyer rural qui souhaitait faire connaître son territoire. Et lorsque j'ai créé en 2019 l'association Sport Nature des Côteaux avec des amis, je courais depuis déjà dix ans avec la section trail-marche nordique de l'amicale laïque de Saint-Astier.»

Pour étoffer la participation sans balisage supplémentaire, les clubs organisateurs de randos VTT ont aussi pris l'habitude d'y greffer un trail loisir n'exigeant pas d'appliquer les règlements techniques de la Fédération française d'athlétisme. Enfin, ces dernières années, «la pratique et l'offre d'épreuves ont explosé».

En Dordogne comme ailleurs, nombre d'associations sont en effet organisatrices. «Cela les identifie à un territoire, avec un nom et une formule qui les distinguent», explique Patrick Mans. Le Relais des Potos organisé par son club de Saint-Jean-d'Estissac s'affiche ainsi festif et convivial, avec final nocturne ponctué d'un banquet façon irréductibles gaulois.

La pratique du trail exige toutefois un minimum de relief. Aussi recense-t-on moins d'adeptes dans les «plats pays» comme la

Beauce, les Landes ou le Médoc. Pour changer de la montée-descente des côteaux de la Dordogne ou de la Garonne, les traileurs du Fronsadais sport nature de Loïc Blanchet s'offrent aussi quelques week-ends au Pays basque. S'ils le souhaitent, qu'ils sachent qu'à l'occasion de l'une de leurs virées ils pourront participer en juillet à la première édition du trail Ufolep d'Iholdy, entre Saint-Palais et Cambo-les-Bains.

MONTAGNE ET TOURISME

Toujours dans les Pyrénées-Atlantiques, mais côté Béarn cette fois, deux autres épreuves Ufolep proposent de découvrir les vallées de l'Ouzoum et d'Ossau. «Nous proposons aux associations la prise en charge du dépôt des dossiers sur la plateforme préfectorale et du prêt du matériel: arches, barnum, chasubles, bidons et dossard «pucés» pour le chronométrage. Plus l'offre assurance», détaille le délégué départemental, Stéphane Lalanne.

Après quinze éditions, le comité a en revanche passé le relais du Tour de l'Ossau, «lancé à l'époque pour accompagner l'essor de l'activité et travailler les questions d'environnement avec le Parc national des Pyrénées». En lieu et place, il propose depuis cette année à Gelos, près de Pau, un trail

nocturne hivernal où – c'est la touche Ufolep – les participants ne paient aucun engagement mais font un don aux Restos du cœur. Plus à l'est, l'Ufolep Ariège fédère pour sa part trois associations, dont l'organisatrice

ENJEUX « ÉCO »

Le trail est devenu un marché porteur: selon l'Union Sport & Cycle, en 2023 un traileur dépensait plus de 1 100 euros par an pour s'équiper. Dans le sillage de Kilian Jornet et François d'Haene, les stars de la discipline bénéficient ainsi de contrats de sponsoring auprès de marques comme Hoka, Millet ou Salomon.

Parallèlement, impossible de ne pas interroger l'impact environnemental d'épreuves qui drainent des milliers de concurrents dans des lieux naturels fragiles sur un temps très court, ce à quoi peut s'ajouter le problème des interactions avec les troupeaux en montagne. ●

de l'UltrAriège, qui draine 1500 concurrents sur les 6 courses – dont l'une de 170 km – proposées au départ de Guzet avec arrivée à Ax-les-Thermes en passant par les Monts d'Olmes, trois stations habituellement fréquentées par les skieurs ou les curistes.

« Derrière les licenciés, il y a aussi 600 bénévoles et un enjeu touristique qui justifie le soutien de la communauté de communes de Haute-Ariège », souligne le délégué Ufolep, Camille Brunel*. À 38 ans, ce footeux est lui-même devenu adepte du trail et prévoit de bientôt s'engager sur des épreuves où, « au-delà de la poignée de coureurs qui jouent la gagne, tous les autres sont à la fois dans le dépassement de soi, le partage et l'entraide: si je mets dix minutes pour avoir aidé celui qui tombe devant moi ou a un « coup de moins bien », quelle importance ? »

DES ALPES AU MASSIF CENTRAL

Les enjeux touristiques sont également présents dans les Hautes-Alpes. « Les épreuves fleurissent sitôt terminée la saison de ski. De mai à octobre, il y en a au moins une par week-end, souvent en lien avec des commu-

nautés de communes ou des offices de tourisme souhaitant animer leur territoire », constate la déléguée départementale Ufolep, Florine Renard*.

La pratique associative est en revanche encore à la traîne. À ce jour, seuls deux clubs Ufolep – Tallard D+ et l'Association sportive et culturelle de La Saulce – proposent l'activité. À l'initiative d'un groupe de marcheurs nordiques d'Anceles, près de Gap, un troisième s'apprête toutefois à les rejoindre pour organiser un rendez-vous de marche nordique au printemps et un trail en fin de saison: une première édition pour laquelle ces néophytes tablent sur 300 participants.

« Côté pratiquants, le potentiel est là. Mais pour fédérer des associations ou convaincre ceux qui courent de façon autonome d'en créer une, il faudrait pouvoir proposer des formations d'animateur et d'autres services que la seule couverture assurance », estime la déléguée, qui a elle-même fondé il y a quelques années Run in Gréoux dans les Alpes-du-Sud, où elle était précédemment en poste.



Sur les chemins de l'UltrAriège.

Autre configuration dans le Cantal, où la marque Ufolep est mise en valeur par l'Ultra trail du Puy Mary, initié il y a onze ans par l'association Trail Odyssée Montagne, dite TOM 15. « Mi-juin, l'UTPMA attire 3 000 participants sur trois jours. Outre l'épreuve phare, on y trouve des courses aux distances plus accessibles, des randonnées et une « course des super héros » pour les enfants, Pour nous, c'est une vitrine, la reconnaissance d'un savoir-faire et l'occasion d'associer nos associations de randonnée », résume le délégué Ufolep, Philippe Couderc.

Bien souvent, à l'Ufolep le trail coexiste avec d'autres sport nature comme le VTT. D'autres associations proposent d'alterner entre course hors stade et trail. « C'est le cas dans la Loire où, en dehors du massif du Pilat [alt. 1 432 m], les reliefs ne sont pas très affirmés, mais où tout est vallonné. Au Running Club Lerptien, près de Saint-Étienne, nous faisons ainsi de la route et du chemin en profitant de la proximité des gorges de la Loire », confie le délégué Ufolep, Mathieu Serre*.

Idem à l'amicale de Renaison, où la section running-course nature-trail-randonnée-marche nordique organise l'automne « Treille en côte roannaise » avec les producteurs de ce vin AOC: « La formule se veut loisir, solidaire et festive: 42 km en équipe de trois, le dernier relayeur effectuant une quatrième et dernière boucle avec ses coéquipiers. Tu te balades dans les vignes et à l'arrivée tu peux déguster vins et fromages locaux au son d'un orchestre! »

FÉDÉRER

Mathieu Serre se demande également: « Où commence le trail? Dès que l'on court dans les chemins? Quand on ajoute du dénivelé, de la durée? Quand on met un dossard? Certains le pratiquent peut-être sans cocher le code activité! »

CHARENTE, JURA, NIÈVRE, YVELINES...

Partout en France, des associations Ufolep organisent des épreuves plus ou moins exigeantes. Quatre exemples départementaux.

En **Charente**, la 19^e édition du Trail des Gorges du Chambon et du Montbronnais, pilotée par l'Ufolep Team 16 Club Multisport, se déroule le 21 septembre, avec un ultra de 86 km et 2700 D+ ouvert à la participation en duo.

Dans le **Jura**, la 20^e édition du Trail des reculées organisée par l'Amicale laïque lédonienne a réuni le 6 avril près de 2 000 concurrents, dont le président national de l'Ufolep. Avec en prime les animations du « village » installé dès le samedi dans le centre de Lons-le-Saunier, dont un « troc-trail ».

Dans la **Nièvre**, Morvan Oxygène propose le 28 juin à Château-Chinon son premier Trifolium trail, avec des épreuves de jour et une de nuit et pour mots d'ordre « convivialité », « écoresponsabilité » et « économie », en référence à un coût d'inscription minimum.

Dans les **Yvelines**, l'hiver a vu se succéder le 8 décembre le premier Trail des Arpents (17 et 35 km) organisé en vallée de Chevreuse par Alternance 3R, puis le 9 février à Gambais la Trace des Loups (15 et 30 km) balisée par la Wolf Gamb Team, et le 16 mars le traditionnel Trail d'Auffargis (26 km 700D+ et 45 km 1200 D+) proposé par ASR Trail. ●



Trail du Montbronnais

Trail du Montbronnais.



Il suffit en effet de chausser une paire de baskets – ou plutôt de chaussures adaptées, légères mais au talon et à la pointe renforcée et à la semelle offrant une bonne accroche – pour pratiquer le trail. Après s'être émancipé des tartans et du macadam, ses adeptes peuvent vivre leur passion en toute liberté et juste s'inscrire à quelques courses pour se fixer un objectif ou par envie de se mesurer aux autres.

Question : ces pratiquants sont-ils plus rétifs que d'autres sportifs à la vie associative ou au fait de s'affilier ensuite à une fédération ? « Peut-être ne leur propose-t-on pas d'offre adaptée ! Et si je m'interroge sur l'intérêt de championnats départementaux ou régionaux, l'Ufolep gagnerait en revanche à mettre en avant son savoir-faire éducatif auprès des enfants », estime Loïc Blanchet, avec en tête sa propre école de trail où les enfants découvrent la faune et la flore et s'initient à l'orientation ou à la sarbacane. « Pour cela, il faut des éducateurs formés, complète Patrick Mans. Or la plupart des clubs n'en ont pas : c'est pourquoi la formation est l'une des priorités de notre groupe de travail. »

Le délégué de la région Nouvelle-Aquitaine invite aussi à tenir compte de l'évolution des profils. Non seulement la pratique s'est féminisée (38 % de licenciées à l'Ufolep), mais les vingtenaires et les sexagénaires, « qui ont du temps pour s'entraîner et souvent une excellente hygiène de vie », encadrent désormais la tranche des 30-40-50 ans.

« Ce que l'Ufolep peut apporter aux associations, affirme Camille Brunel, c'est l'appui d'une fédération à l'écoute et qui, tout en laissant une grande liberté de pratique, les



L'équipe des « Se'coureurs » Ufolep, Tour de l'Ossau 2022.

fait profiter de sa proximité avec les collectivités locales et peut leur ouvrir la porte à des financements. » En Ariège, plusieurs dirigeants d'associations de trail ont ainsi rejoint le nouveau comité directeur et une commission technique départementale a été créée, qui pourra réfléchir à l'intérêt d'un challenge départemental ou d'investir dans du matériel mutualisé pour le balisage ou le chronométrage numérique. Le genre de choses auxquelles les délégués Ufolep amateurs de trail songent aussi lorsqu'ils partent se vider la tête hors des sentiers battus. ●

PHILIPPE BRENOT

*Membres du GT trail.

(1) Sur la base d'une enquête qui a enregistré les réponses de 50 comités. Par ailleurs, on compte parmi les 1 516 licenciés Ufolep 573 femmes, et 108 personnes âgées de moins de 18 ans. De son côté, la FFA revendique 35 000 licenciés déclarant pratiquer le trail.

(2) Les « champs », en patois.

• RELANCER SE'COUREUR

Expérimenté en 2015 dans les Pyrénées-Atlantiques puis élargi à l'ensemble du réseau Ufolep, le dispositif Se'Coureur facilite les premiers secours en s'appuyant sur les concurrents titulaires du PSC1 ou possédant de compétences médicales. « En échange de leur disponibilité pour porter assistance à toute personne blessée ou en difficulté, l'inscription est gratuite. Le développement du dispositif a toutefois été freiné par l'absence de croisement numérique du listing des Se'Coureurs avec celui des engagés, ce qui alourdit la gestion, explique Stéphane Lalanne, qui anime l'équipe pédagogique nationale en charge du secourisme. L'EPN n'étant pas identifiée à la course à pied, la communication n'était pas non plus optimum et il sera sans doute plus facile pour le nouveau GT trail de communiquer en direct vers les clubs. » ●

PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ, FAUSSE BONNE IDÉE ?

Mis en place par la FFA en 2024, le Parcours prévention santé (PPS) consiste en de courtes vidéos en ligne (trois minutes en tout) censées responsabiliser le sportif face aux risques de santé liés aux courses hors stade et aux trails. Le PPS découle de la loi de 2022 visant à démocratiser la pratique du sport en France et se substitue, pour tout majeur, au certificat médical d'aptitude à la pratique. Cela concerne deux millions d'inscrits et 10 000 courses. Concrètement, tout.e participant.e doit se connecter sur une plateforme dédiée dans les trois mois précédant sa ou ses compétitions, afin d'obtenir une attestation avec un QR code.

Cette disposition a pour conséquence la non prise en compte des licences Ufolep (et FSGT¹, FSCF¹, FF Triathlon...) pour les

manifestations « ouvertes » organisées ou autorisées par la FFA. Elle contrevient ainsi à la convention liant nos fédérations depuis 2006 qui permettait à nos licenciés de participer aux courses FFA¹ sans besoin d'effectuer d'autre démarche.

Le plus dommageable est que cette mesure n'encourage pas la pratique licenciée. De surcroît, un licencié Ufolep doit renouveler la démarche plusieurs fois par saison quand un licencié FFA ne doit l'effectuer qu'une seule fois. Toutefois l'Ufolep a bon espoir que cette disposition pénalisante soit adaptée après la phase de test qui s'achevait fin avril. ●

(1) Concernant les épreuves Ufolep, le code du sport continue de prévaloir : acceptation du questionnaire de santé, d'une licence sportive mentionnant la discipline pratiquée (quelle que soit la fédération) ou d'un certificat médical de moins d'un an.

L'UTMB s'est-il perdu ?

Vitrine de la discipline en France, l'Ultra-Trail du Mont-Blanc est devenu une marque commerciale en rupture avec l'esprit nature et libertaire des origines.

« **D**e la construction du mythe à l'incarnation d'un avatar de l'hypermodernité : le sous-titre donné par le sociologue Olivier Bessy à son ouvrage *20 ans d'UTMB*¹ résume le regard critique que beaucoup portent sur « un événement marchand qui se perd dans la surenchère ».

« Au départ, rappelle la journaliste Patricia Oudit², l'UTMB, l'Ultra-Trail du Mont-Blanc, c'est une course de 170 kilomètres créée en 2003 à Chamonix par Catherine et Michel Poletti. Aujourd'hui, il s'est mué en un groupe, achetant ou franchisant des compétitions, pour devenir le plus gros circuit de courses d'ultra-trail au monde : 51 événements appelés World Series dans 28 pays annoncés en 2025, rassemblant 165 000 participants³. »

En 2003, ils étaient 633 pionniers au départ de l'UTMB, dont seulement 67 rallièrent l'arrivée. Deux ans plus tard ils étaient trois fois plus et le nombre de *finishers* multiplié par dix. La participation continuant à progresser de façon exponentielle, les organisateurs ont d'abord limité les inscriptions à 2 500 personnes pour éviter les bouchons sur les sentiers, puis lancé des courses parallèles. À la règle du « premier arrivé,

premier servi » s'est également substitué un tirage au sort, puis aujourd'hui un système de qualification par points à glaner dans les épreuves labélisées UTMB partout dans le monde... Le mastodonte né du mariage de la PME Poletti avec géant américain du triathlon Ironman n'hésite pas à racheter ou à étouffer les épreuves restées cantonnées à leur terroir d'origine. L'ogre UTMB a même voulu avaler les Templiers, autre événement emblématique de l'ultra-trail, qui réunit en octobre plus de 10 000 participants. Identifié aux Grands causses aveyronnais, le Festival des Templiers a lui-même évolué et quitté en 2009 la commune de Nant pour Millau, préfecture de l'Aveyron, plus apte à héberger la masse des participants.

Face à la « course au dossard » effrénée qui risque de dénaturer l'esprit des origines, ce sont toutefois les amateurs de trail qui ont



Vincent Bouillard, vainqueur de l'UTMB 2024.

la clé. Il leur suffit de cesser de se focaliser sur les épreuves les plus fameuses et d'aller à la découverte des organisations à taille humaine qui animent les territoires. ●

PH.B.

(1) Paru en août 2024 à compte d'auteur (19 €) : www.olivierbessy.com

(2) *Le Monde* du 17 novembre 2024.

(3) En 2025, 25 000 demandes, pour cinq fois moins de places, ont été enregistrées pour les trois courses principales : l'UTMB (176 km, 9 900m en D+), la Courmayeur-Champex-Chamonix (101 km; 6050 D+) et l'Orsières-Champex-Chamonix (57 km, 3 500 D+).

COURSE AUX ANTI-INFLAMMATOIRES

Ils ont pour nom Voltarène, Profenid ou Apranax et ont été retrouvés dans les urines de la moitié des participants testés l'an passé sur le Festival des Templiers, à la demande des organisateurs. Ce chiffre, proche des données recueillies sur l'Ultra-Trail du Mont-Blanc en 2023, traduit la banalisation d'une automédication visant à prévenir la douleur.

Or même s'ils ne sont pas interdits par les règlements anti-dopage – à la différence de la cortisone et de ses dérivés –, la prise de ces anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) est « potentiellement dangereuse, surtout dans les conditions physiologiques très particulières des trails, en particulier ceux de longue durée et à fort dénivelé » alerte le Dr Jean-Jacques Pik, élu national et membre de la com-

mission médicale de l'Ufolep. Jean-Jacques Pik préconise donc « une interruption, au moins douze heures avant le départ, d'un traitement prescrit dans des conditions standard¹ », et « aucune prise en cours d'épreuve, ni dans les douze heures qui suivent l'arrivée ». Ce fervent adepte du running invite aussi tout compétiteur à se demander s'il est raisonnable de prendre le départ s'il éprouve « une douleur qui ne semble pas céder avec du paracétamol ». Tout en prenant en compte « la psychologie du sportif qui s'est préparé depuis des semaines à cette épreuve ». ● PH.B.

(1) Jean-Jacques Pik soulève aussi le cas particulier de l'Ibuprofène (Advil, Nurofen), en vente libre à 200 mg comme antalgique simple et non comme AINS alors qu'il en est très proche.



À La Réunion, le trail autrement

Depuis quinze ans, l'Ufolep permet à 400 personnes d'accompagner les concurrents de la Diagonale des fous sur leurs derniers kilomètres. Et s'apprête à lancer son propre trail.

Si la légende de la Diagonale des fous s'est propagée depuis longtemps par-delà les océans, à La Réunion tout le monde connaît le Somin Grand Raid. « C'est en 2012 que l'association organisatrice s'est affiliée à l'Ufolep Réunion, par nécessité de placer les contrôles antidopage sous l'égide d'une fédération sportive agréée, rappelle le président départemental Gilles Elma. En contrepartie, nous avons proposé d'associer une randonnée « sportive et populaire » au Grand Raid, dont la Diagonale des fous n'est que la plus longue et la plus exigeante des courses qu'il réunit⁽¹⁾. Ni compétition ni classement, mais une façon de participer « autrement », en accompagnant et en encourageant les derniers concurrents quand ils puisent au plus profond d'eux-mêmes pour terminer. »

400 MARCHEURS

La proposition de l'Ufolep est accueillie avec enthousiasme et l'association Grand Raid propose d'ouvrir les 20 derniers km à un millier de marcheurs. Ce sera finalement 400, « ce qui est largement suffisant ». Parmi les candidats au Somin Grand Raid, on trouve à la fois des randonneurs locaux et des accompagnants de concurrents, voire aussi des coureurs qui n'ont pu s'inscrire ou ont abandonné l'année précédente au contrôle de La Possession et tiennent à finir le parcours. « Qui ils soient, il faut voir leur joie d'entrer dans le stade de La Redoute, à Saint-Denis. Eux aussi ont fait "leur" Grand Raid. Il y a aussi les fidèles, présents tous les ans, et bien sûr les bénévoles et les salariés du comité, mobilisés dans la bonne humeur générale », décrit Gilles Elma.

À l'image de la formule du Somin – emprunt au créole réunionnais –, l'Ufolep Réunion misait jusqu'à présent sur la randonnée, avec pour manifestation phare « Faites de la Randonnée » en novembre, qui permet à 500 personnes – licenciées ou non – de s'aventurer sur les pentes désolées du volcan du piton de la Fournaise. Mais l'engouement pour les courses nature a incité le comité à organiser le 14 septembre la première édition du « Trail autrement » avec le concours de l'association Canne en fleur, qui a récem-



À l'arrivée du Somin Grand Raid.

ment ajouté la pratique de la randonnée et du trail à celle de la canne de combat. « Ce sera un trail différent, sérieux mais pas trop, intégrant les principes du développement durable et de l'inclusion, explique Alain Descorsier, en charge de la discipline à l'Ufolep Réunion. L'objectif est de lancer une dynamique et de susciter la création d'associations dédiées à l'activité. »

La Réunion pourrait ainsi montrer le « somin » à d'autres comités, d'Outre-Mer comme de « France hexagonale ». ● **PH.B.**

(1) Outre la Diagonale des fous qui traverse l'île du sud-est au nord-ouest sur 170 km, de Saint-Pierre à Saint-Denis en passant par le Piton de la Fournaise et les cirques de Cilaos et de Mafate (170 km et 10 500 m de D+), il s'agit du Zembrocal (course à quatre de 151 km), du Trail de Bourbon (100 km), de la Mascareignes (73 km) et de la Métis (50 km).

THÉRAPEUTIQUE DE LA COURSE NATURE

« Ma pratique du trail remonte à une douzaine d'années, raconte Alain Descorsier, 61 ans, enseignant retraité et ex-délégué Usep du secteur nord-ouest de La Réunion. Je venais d'être brutalement écarté de mes fonctions de conseiller technique régional pour la canne de combat et la pratique du trail m'a aidé à me reconstruire. Courir sur les sentiers permet de faire le vide, de prendre du recul et d'oublier les choses désagréables. Le trail a été pour moi une forme de thérapeutique. Et comme c'est addictif, le trail est devenu mon activité sportive principale. Je me suis alors fixé des objectifs sportifs : gagner dans ma catégorie d'âge la Mascareignes, la course de 70 km du Grand Raid, et aussi l'Ultra trail du Cap, en Afrique du Sud. Je l'ai fait, et désormais j'envisage moins ma pratique sous l'angle compétitif. » Cela offre aussi à Alain Descorsier davantage de temps pour s'investir dans le développement du trail à La Réunion et – en visio pour l'instant – dans le groupe de travail national, qu'il a intégré. ●



Gym : demain, des agrès mixtes ?

Fin janvier, un garçon a participé au championnat du Puy-de-Dôme avec une équipe féminine. Une expérience que la CNS gym souhaite renouveler.

Florence Dufraise-Leva-doux, vous êtes élue nationale, membre de la commission gymnastique. Dans quel contexte Ethan Romo, 21 ans, a-t-il participé fin janvier à un championnat du Puy-de-Dôme avec une équipe féminine de votre club de Cournon ?

Le rêve de concourir avec une équipe féminine, qu'Ethan avait exprimé dans une vidéo postée sur TikTok, rejoignait notre souhait d'expérimenter la mixité des agrès dans notre secteur géographique: le « groupe 4 », qui va de la Bretagne à l'Auvergne en passant par les Pays-de-la-Loire et la région Centre. Nous avons donc contacté Ethan.

Étudiant en géographie et aménagement du territoire à Montpellier, il s'entraîne depuis des années dans un club FFG. Mais bien qu'ayant pratiqué en masculin, il préfère l'ambiance de la gymnastique féminine. Nous lui avons proposé de le licencier au club et de tourner avec notre équipe niveau 2 lors du championnat du Puy-de-Dôme, coorganisé avec l'Ufolep de la Loire à Boën-sur-Lignon. Ethan a pratiqué comme les autres les quatre agrès féminins: sol avec accompagnement musical, poutre, saut de cheval et barres asymétriques. Comme c'était une expérimentation, ses notes n'ont pas compté pour l'équipe. En revanche, il a été classé en individuel.

Comment cela s'est-il passé ?

Très bien ! Les filles avaient déjà vu ses vidéos et tout le monde était très à l'aise. C'était tout à fait naturel.



Ethan Romo :
« Je peux pratiquer la gym que j'aime. »

Était-ce une première ?

Oui. Mais trois semaines plus tard, un autre garçon, Nathan, a pu participer à Mozac à un championnat départemental de moindre niveau avec l'équipe féminine de niveau 7 de son club de la Gymnastique Montagne Thiernoise¹: le seul qui soit à proximité de son village de Viscomtat, où il s'entraîne chaque semaine sur les agrès féminins. Son équipe a terminé 10^e et lui 36^e en individuel. Mais l'important pour Nathan était de pouvoir se mesurer à d'autres gymnastes, de montrer ses progrès et de vivre les émotions d'une compétition officielle avec ses coéquipières. Plus généralement, on rencontre deux types

de cas: celui de garçons qui rejoignent un club uniquement féminin car il n'existe pas d'équipe masculine de gymnastique près de chez eux; et celui de garçons qui souhaitent s'essayer sur les agrès féminins.

Et l'inverse ?

C'est plus rare, même si des filles s'essaient aussi aux agrès garçons lors des entraînements. Mais c'est plus compliqué pour elles, surtout au cheval d'arçon et aux anneaux qui sont des agrès de force². La gym féminine est plus dansée et valorise la souplesse, la grâce. C'est justement ce que peuvent apprécier certains garçons.

Sur quoi cette expérience débouchera-t-elle ?

Pas forcément sur une généralisation de la possibilité pour un garçon de tourner sur tous les agrès féminins. Mais imaginons aussi un club mixte qui peine à compléter une équipe masculine: une fille ne pourrait-elle pas renforcer celle-ci au saut de cheval ou au sol ? Plus généralement, l'idée est de permettre de mélanger les équipes dans une discipline très codifiée. Cela intéressera peut-être une minorité de gymnastes, mais tant mieux si ils ou elles s'épanouissent ainsi. Pourquoi ne pourrions-nous pas laisser à chaque gymnaste le choix libre de son ou de ses agrès, indépendamment de son genre ? Cela relève du principe d'inclusion que défend l'Ufolep. Au-delà des préjugés, l'important est d'accepter les choix de chacun et de chacune. ●

PROPOS RECUEILLIS PAR PH.B.

EXPÉRIMENTÉ DÉBUT JUIN AUX NATIONAUX

L'expérimentation menée en janvier se poursuivra lors des finales nationales des 8-9 juin à Bordeaux : 5 places seront réservées à des filles souhaitant matcher sur des agrès masculins et 5 places pour des garçons désireux d'évoluer sur des agrès féminins. Il n'y aura pas de classement et les gymnastes filles et garçons déjà qualifiés en GAF et GAM¹ ne seront pas admis. Les 5 premiers ou premières gymnastes à s'inscrire seront automatiquement sélectionné.e.s. Dans un second temps, une vidéo des mouvements leur sera demandée pour identifier leur niveau technique. ●

(1) Gymnastique artistique « fille » et « garçon ». Contact : cns.gym@ufolep.org

(1) Voir *En Jeu* n°61, page 17.

(2) Les autres agrès masculins sont la barre fixe (qui comporte des similitudes avec les barres asymétriques), les barres parallèles et le sol (mais sans musique).

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU CREUSOT DES 26-27 AVRIL

L'Ufolep sur sa lancée

Dans un contexte post-olympique de restrictions budgétaires, l'Ufolep poursuit son projet, forte de l'adhésion réaffirmée de ses comités.

Comment va l'Ufolep? Très bien, avec un rapport moral, un rapport financier et des tarifs statutaires votés à 100% tandis que le budget a recueilli 99,63% des suffrages¹. Le cap fixé, incarné par un Projet sportif fédéral 2024-2028 qui actualise les priorités du précédent, a fait l'unanimité au Creusot.

HÉRITAGE DES JEUX. Dans son complément au rapport moral, Arnaud Jean est revenu sur l'année 2024: année de transition pour l'Ufolep entre l'arrivée d'un nouveau DTN, la finalisation du projet fédéral 2024-2028 et le changement d'assureur, et année où l'émotion qui a accompagné les podiums de Jeux de Paris a contrasté avec les «*podiums du pire*» qui ont vu, dans plusieurs pays, l'arrivée au pouvoir de leaders populistes. «*Et si ces Jeux olympiques et paralympiques et la promesse d'héritage étaient un appel à l'éducation populaire et à notre affinité?*», a aussi lancé Arnaud Jean en faisant le parallèle entre les fondamentaux de l'Ufolep – «inclusion, égalité, intégrité» – et les propos de Tony Estanguet en clôture des Jeux paralympiques: «*Grâce à vous, nous avons pu voir à quoi ressemble une société inclusive.*»

SOLIDARITÉ MAYOTTE. Au nom du réseau Ufolep, Arnaud Jean a remis à Naoilou Yahaya, présidente du comité de Mayotte, un chèque de 41 027 €, montant de la cagnotte en ligne lancée après le passage, mi-décembre, du cyclone Chido. Cette somme aidera le comité à relancer ses activités.

RAPPORT D'ACTIVITÉ. Même s'il n'était pas encore en poste puisqu'il n'a été nommé directeur technique national que le 1^{er} janvier, Ludovic Trézières est revenu sur la saison 2023-2024 avant de préciser ce qui guidera son action, en synergie avec la Ligue de l'enseignement et l'Usep. L'ex-élu national et délégué des Yvelines a particulièrement insisté sur la relance de la formation et l'arrivée d'une conseillère technique nationale aux côtés de Jean-Pierre Gallot, élu en charge du dossier, qui a présenté le lendemain les grandes lignes de la nouvelle orga-



Un auditoire studieux dans l'amphi de l'UFR Staps.

nisation de cette formation. Ludovic Trézières a également abordé l'enjeu crucial du modèle économique des associations et l'importance des financements, dans un contexte de réduction des subventions.

PSF. Élu en charge du PSF, Régis Fossati en a rappelé les grands axes avant que sa collègue Brigitte Clochet ne détaille la méthodologie déployée pour le décliner en Saône-et-Loire, département hôte de l'AG: des réunions de concertation pour impliquer tous les acteurs de la fédération, puis des échanges réguliers et enfin un séminaire de pilotage des actions de terrain. «*Quasiment 100% des comités ont aujourd'hui un PSF, du jamais vu*», s'est ainsi félicité le président de l'Ufolep, Arnaud Jean. À ce jour, 88% des projets départementaux et régionaux sont finalisés, et les 12% restants sont en passe de l'être.

ASSURANCE. L'Ufolep a aussi franchi un pas décisif en matière d'assurance en se dotant d'un outil moderne et adapté. Changer de prestataire, comme cela a été opéré à la rentrée 2024, est parfois un virage périlleux, tant cela impacte directement les associations et les comités. C'est pourquoi l'accompagnement déjà proposé aux associations et aux comités sera complété par un site internet dédié pour faciliter l'information des structures et des adhérents. Un temps mis en sommeil après avoir achevé ses travaux, le groupe de travail Assurance a été réactivé pour assurer un suivi opérationnel, au plus près des besoins du terrain.

CONVENTIONS. Deux conventions ont été signées avec

EFFECTIFS EN HAUSSE

Le satisfécit manifesté par l'AG à travers ses votes valait aussi pour la progression des effectifs qui s'est poursuivie l'an passé, avec plus de 18 000 licenciés et 50 nouvelles associations, date à date, à la fin de l'année 2024. À l'issue de la saison 2023-2024, l'Ufolep comptait précisément 318 334 licencié.s, dont 56% de femmes, dans ses 6 876 associations. En y ajoutant les 272 structures à objet non sportif qu'elle fédère, ce chiffre grimpe même à 331 364 adhérent.es. ●

la Caisse nationale d'assurance maladie et la MGEN, première mutuelle des agents du service public. Avec la CNAM, il s'agit notamment de faciliter l'accès aux droits des bénéficiaires des parcours d'insertion par le sport et du public des Maisons sport santé société de l'Ufolep. Le partenariat avec la MGEN vise lui à proposer aux adhérents des bilans sport-santé-bien-être et une offre multisport, mais aussi à accompagner les événementiels comme le Playa Tour et à mobiliser son réseau dans le cadre du programme «MGEN Championnes Clubs».

QUESTIONS. Parmi les questions et interpellations des mandaté.es, la Gironde a exprimé son souhait qu'un dispositif assurantiel permette l'organisation de rencontres interfédérales en basket et football américain; une demande qui faisait écho à celle de l'Ain pour le volley-ball. Le délégué régional de Nouvelle-Aquitaine, Patrick Mans a ensuite demandé l'intervention de l'échelon national et du centre confédéral pour résoudre les contentieux existant en Charente-Maritime et Dordogne entre les comités Ufolep et les fédérations de la Ligue de l'enseignement. Par la voix d'Henri Quatrefoies, ex-élu national en charge du sociosport, l'Hérault a par ailleurs souhaité que l'Ufolep prenne position à l'égard de la proposition de loi, adoptée au Sénat, visant à interdire les signes religieux dans le sport amateur (*lire page 4*).

PERSPECTIVES. Au moment de conclure les débats le président de l'Ufolep s'est appuyé sur les temps forts de l'AG pour évoquer les perspectives de développement: mise en valeur des dispositifs sport société lors du Festival du sport



autrement programmé fin juin, priorités sport-santé et nécessité de renforcer l'engagement de la fédération pour la transition écologique en imaginant un «*plan fédéral de mobilité active et sportive*», en déployant le réseau de ressourceries sportives et en multipliant les formations Kid Bike et Savoir Rouler à Vélo, parallèlement aux dispositifs «*Toutes et tous en selle*» et «*Ensemble à vélo*» pour les adultes.

VIGILANCE. Il y a aussi les points de vigilance. Si, «*parce que nous sommes issus de la Ligue de l'enseignement, notre action autour de la citoyenneté et de la démocratie doit*

être un fil rouge de la saison à venir», «*le nombre insuffisant de nos dirigeantes et dirigeants est un point de faiblesse*» a observé Arnaud Jean. D'où l'importance de créer des «*parcours de formation pour les futurs leaders de l'Ufolep*». Et alors que la capacité d'action de l'Ufolep repose en partie sur la professionnalisation, il importe de diversifier les ressources, à l'échelon de la fédération comme à celui des comités et des associations face aux menaces de réduction des financements.

CANDIDATURE. Enfin, Arnaud Jean a annoncé, au nom de l'Ufolep et après décision du comité directeur, sa candidature au conseil d'administration du Comité national olympique et sportif français (CNOSF) et à celui du comité paralympique (CPSF). Une autre façon de faire entendre la voix du sport pour tous au sein du Mouvement sportif. ●

PH.B.

(1) L'affectation du résultat financier de l'année écoulée et le renouvellement du commissaire aux comptes ont également été approuvés à 100%.

Une vidéo de la ministre des Sports

La ministre des Sports, **Marie Barsacq**, a salué l'action de l'Ufolep dans une vidéo préenregistrée. Elle a notamment mentionné la progression du nombre de licenciés, les dispositifs UfoBaby, Toutes Sportives et Ufostreet, les parcours coordonnés permettant d'accéder aux métiers de l'animation



sportive, le copilotage de l'opération le Sport au cœur des villages et les 71 maisons sport santé Ufolep, avant de réaffirmer que «*le sport est un droit*» et de donner rendez-vous le 14 septembre pour la Fête du sport.

La présidente de l'Usep, **Véronique Moreira**, s'est aussi exprimée par vidéo interposée. Après avoir souligné le contraste entre l'élan de 2024 et le contexte actuel, elle a insisté sur le combat commun contre l'extrême droite et les valeurs qui ont conduit les deux fédérations sportives de la Ligue de l'enseignement à quitter le réseau X. Puis elle a souligné la proximité des projets fédéraux de l'Ufolep et de l'Usep, «*au service des enfants et des citoyens sportifs*».

Présente tout au long de l'AG avec le secrétaire général **Franck Présumey**, et la vice-présidente **Martine Besson**, la présidente de la Ligue de l'enseignement, **Hélène Lacassagne**, a aussi replacé dans le contexte actuel l'action de l'Ufolep et salué son action, par exemple en appui de la campagne Carton rouge pour défendre le financement du sport.

Lucien Matron, président de l'Ufolep Saône-et-Loire, a mis en évidence l'aventure collective que représente l'animation d'un comité départemental. Comme son adjoint **Arnaud Deleplanque**, le maire du Creusot **David Marti** a souligné l'action coordonnée de sa municipalité et de l'Ufolep en faveur du sport pour tous. Sur un registre plus personnel, il a expliqué avoir lui-même découvert le sport par l'intermédiaire de l'école et de l'Ufolep. **Thierry Desjoues**, pour la Communauté urbaine du Creusot-Monceau, et **Franck Charlier**, pour le Conseil régional Bourgogne-Franche-Comté, se sont également exprimés. ●

La santé, une priorité

En écho aux conventions signées avec la CNAM et la MGEN, le samedi un temps de plénière a été consacré à trois tables rondes successives sur la santé.

INSTITUTIONNELS. « Comment l'Ufolep met-elle son expertise sportive à la disposition de l'Ufolep ? » : telle était la question à laquelle la déléguée de l'Oise, Claudie Azeronde, a répondu en expliquant comment la Maison sport santé Ufolep (Ufo3S) gérée par son comité travaille en lien avec les différents acteurs concernés, et notamment la Caisse nationale d'assurance maladie.

SANTÉ MENTALE. Alors que la santé mentale a succédé au sport comme Grande Cause nationale 2025, dans notre société la sédentarité devient la norme et le fantasme du champion relègue souvent les véritables enjeux de l'activité physique au second plan. Ceci alors que le sport doit au contraire contribuer à l'épanouissement personnel et au bien-être mental. Tel était l'esprit de la table ronde où Françoise Fromageau, médecin soins de suite et de réadaptation polyvalent (SSR), est revenue sur la définition de la santé mentale de l'OMS pour mieux sensibiliser l'assistance à ses causes et ses symptômes. Ces propos furent complétés par les Dr Marie-Christine Favérial-Labuzan et Jean-Jacques Pik, membres de la commission nationale médicale de l'Ufolep, qui ont évoqué les signaux d'alertes visibles chez nos adhérents. Enfin, Gregory Camara, élu national et membre de l'équipe pédagogique nationale secourisme, a présenté le module de formation « sensibilisation à la santé mentale » dont une première session s'est déjà déroulée courant avril (lire page 4).



Chloé Malet, Isabelle Chusseau, Adrien Cousseau, Brigitte Clochet.

À MON RYTHME. Le focus a ensuite été mis sur le dispositif santé-bien-être « À Mon Rythme » à travers l'exemple de l'Ufo3S de Seine-et-Marne: rappels des étapes de sa structuration, détails de son action, identification des publics touchés... Le délégué départemental, Adrien Cousseau, a aussi insisté sur le modèle économique et le soutien de l'Agence régionale de santé (ARS) et de l'Agence nationale du sport (ANS). En contrepoint, Brigitte Cochet, élue nationale et de Saône-et-Loire, a souligné comment la Vaillante d'Autun, qu'elle préside, contribue à son échelle à la santé et au bien-être de ses 500 licenciés à travers ses différentes sections: randonnée, UfoBaby, écoles de sport, créneau multisport adulte, basket loisir, gymnastique et activités de la forme. ●

En bref

Centenaire

Le président d'honneur Philippe Machu a présenté avec l'ex-DTN Pierre Chevalier la façon dont la commission créée pour célébrer le centenaire de l'Ufolep en 2028 prépare celui-ci. Il sera notamment fait appel à des référents départementaux bénévoles pour collecter photos et documents.

Gymnova et Quatro

Deux conventions ont été signées avec les équipementiers Gymnova et Quatro, déjà partenaires des activités gymnastique artistique, GRS et trampoline, avec à la clé des dotations et des services aux associations.

Commissions disciplinaires

Dans son discours de clôture, Arnaud

Jean a exhorté les comités à veiller à la mise en conformité de la composition des commissions disciplinaires départementales et régionales, qui s'écarte parfois des exigences du code du sport. « Ces commissions sont régulièrement saisies pour tout type de manquement et nous devons, avec au soutien du ministère des Sports, rester intraitables sur la mise en œuvre de notre plan de lutte contre les violences sexistes et sexuelles », a-t-il insisté.

Médailles d'honneur



Deux médailles d'honneur ont été remises à Alain Garnier, membre du

comité du Loiret et responsable de la commission nationale activités cyclistes, et à Cathy Miklou qui a beaucoup œuvré au rayonnement de la GRS et du cheerleading comme présidente du Club de gymnique lormontois et vice-présidente de l'Ufolep Gironde.

Coup de pouce

Le club de volley-ball loisir de Palinges (71) a bénéficié du « jedon » par lequel les congressistes acceptent que leurs consommations à la buvette soient majorées de quelques dizaines de centimes. Né il y a 41 ans, le club est issu d'une section d'amicale laïque et compte une vingtaine de licenciés âgés de 20 à 74 ans.

Brest 2026

L'AG 2026 se déroulera les 10 et 11 avril 2026 au Quartz de Brest, emblématique scène nationale de la préfecture du Finistère.

DEUX CLUBS UFOLEP PRATIQUENT CE SPORT MIXTE

Le bike polo, pédale et maillet

Cette discipline inventée par des coursiers américains réunit en France 250 adeptes et est pratiquée dans deux associations Ufolep. Présentation avec Léa Ruffat, présidente du Toulouse Bike Polo.

Dans les années 2000, un étudiant toulousain ramène d'un séjour universitaire en Angleterre la pratique du *hardcourt bike polo*, née à l'aube du XXI^e siècle sur les parkings de Seattle dans la communauté des coursiers à vélo : une façon ludique pour ceux-ci de prouver leur dextérité au guidon de leurs *fixies* à pignon fixe. Et attention à ne pas confondre ce sport très nerveux avec le polo-vélo, introduit en France dans les années 1920 et qui se pratiquait sur herbe¹, à l'instar de son modèle aristocratique à cheval.

La version urbaine moderne se dispute sur un terrain de 20x40 m délimité par des bordures – comme au hockey – et oppose deux équipes de trois joueurs lors de parties de 12 mn, sans remplaçant. « *C'est ainsi que nous le pratiquons au Toulouse Bike Polo, association créée en 2010 et affiliée à l'Ufolep depuis deux saisons. Nous sommes 24 licenciés, dont 4 femmes, âgés de 16 à 57 ans* », précise sa présidente, Léa Ruffat, 40 ans, venue à la discipline un peu par hasard.

DES VÉLOS ADAPTÉS

« *Un jour, un ami m'a demandé de compléter une équipe où il manquait une féminine sur un tournoi mixte. Je circulais alors à vélo de façon utilitaire, mais c'est tout* »



Le TBP dispose d'un terrain aménagé.

explique celle qui, peu après, a quitté son poste administratif dans le médico-social pour intégrer une ressource proposant du matériel vélo. « *J'ai ensuite suivi une formation de mécanique puis travaillé cinq ans dans un atelier de réparation des deux-roues.* »

C'est donc en experte que Léa conseille les nouvelles recrues. « *On commence généralement avec ce qu'on a sous la main. L'idée, c'est un vélo simple, compact et rigide, sans fourche suspendue. Il n'y a qu'un seul frein, car l'autre main tient le maillet. Plus pratique, la roue libre a supplanté le pignon fixe, mais il n'y a toujours qu'une seule vitesse, avec un petit ratio : on mouline pour être réactif.* » Côté maillet, fini les temps héroïques des bâtons de ski bricolés en ajoutant des bouts de tuyau en PVC : désormais, quelques fabricants européens se partagent ce petit marché et développent le matériel.

UNE PRATIQUE STRUCTURÉE

S'il n'est pas rattaché à une fédération sportive agréée, le bike polo est néanmoins une pratique structurée en ligues régionales, avec des rendez-vous réguliers sous forme de tournois. « *Nous appartenons à la Ligue du Soleil avec les clubs de Perpignan et Montpellier, qui ont déjà organisé des championnats d'Europe et du monde, avec celui de Bordeaux et celui de Salies-du-Salat, avec qui nous sommes très liés car il n'est qu'à trois quarts d'heure de voiture, sur la route de Pyrénées* », explique Léa.

La couverture hexagonale est complétée par une Ligue du « Crachin » (Nantes, Caen, Tours, Paris), une Ligue Alpine (Grenoble, Lyon, Genève, Annecy) et une Ligue du Nord à laquelle appartient le club de Lille, également affilié à l'Ufolep. Les clubs communiquent entre eux via Telegram et, chaque mois, l'un d'eux organise à tour de rôle un tournoi sur un week-end. Le TBP organise par exemple régulièrement des tournois de la Ligue du Soleil, plus le Tolosa Open en octobre, qui réunit des joueurs et joueuses de toute la France et d'Europe.

LES AVANTAGES DE L'AFFILIATION

« *Le Toulouse Bike Polo s'est affilié à l'Ufolep à la demande de la Ville de Toulouse, qui depuis 2022 conditionne l'accès aux infrastructures à l'adhésion à une fédération agréée. En l'absence de fédération de bike polo, il nous était plus naturel de se tourner vers une fédération multisport comme l'Ufolep* », explique Léa Ruffat.

« *À la base, nous percevions cette affiliation comme une contrainte, mais à l'expérience je me suis rendu compte que c'était un atout au regard des services que cela offre. Nous avons accès à des outils numériques pour gérer nos adhérents et à des ressources pour "manager" le club. Nous avons aussi un interlocuteur en la personne du délégué départemental, François Duché. Notre adhésion nous a aussi apporté davantage de visibilité. Elle nous a notamment permis de participer en juin dernier au Forum des associations sur la place du Capitole, où nous avons fait deux recrues. Nous espérons pouvoir y faire cette année une petite démo, comme nous le faisons par ailleurs de façon ponctuelle en différents lieux afin d'attirer de nouveaux licenciés.* » ●



Membre de la Ligue du Soleil, le Toulouse Bike Polo compte 24 membres et organise des tournois nationaux et internationaux.

Après des débuts en « mode pirate et débrouille » – un passage obligé pour quasiment toutes les associations proposant cette discipline mal identifiée –, le Toulouse Polo Bike a obtenu en 2012 de la ville de Toulouse la mise à disposition d'un terrain dédié dans un quartier prioritaire. Cerise sur le gâteau, celui-ci dispose de bordures fixes – pas besoin de tout réinstaller à chaque fois –, d'un éclairage et de locaux d'accueil. Un confort qui a aidé le club à repartir après la coupure du Covid.

UN JEU PLUS FLUIDE

Parallèlement, la qualité du jeu a progressé. « Au début, indique Léa, les règles étaient encore floues et c'était assez musclé, avec beaucoup de contacts entre joueurs. Ces règles ont évolué afin de rendre le jeu plus fluide, plus « propre », en un mot plus agréable. Côté score, cela peut donner du 3-0, du 5-2. Sinon, les postes – attaquant, défenseur et gardien – sont tournants selon les phases de jeu. Nous testons aussi de nouveaux formats, en ajoutant un remplaçant et en allongeant la durée de jeu à 20 mn. » « En France, poursuit Léa Ruffat, les adeptes du bike polo

forment une communauté assez soudée où règne l'entraide. Nous sommes 250 pratiquants et pratiquantes, et dans ce sport mixte on se connaît presque toutes et tous. Les nouveaux sont également accueillis avec bienveillance. Nous les faisons débiter sur les tournois de la Ligue du Soleil, sans enjeu, en essayant de composer des équipes réunissant un joueur débutant, un autre de niveau intermédiaire et un troisième plus expérimenté. L'idée, c'est de les accompagner. Parce que s'ils progressent et prennent du plaisir à disputer ces compétitions, ils auront envie de s'impliquer et de rester au club ! »

Avec une telle mentalité, pourquoi le bike polo ne trouverait-il pas sa place à l'Ufolep ? Et s'il est probable qu'il demeure un sport de niche, le peloton des cyclistes du quotidien représente toutefois un vrai potentiel de développement. ● PHILIPPE BRENOT

(1) La Fédération sportive du travail (FST), proche du Parti communiste, organise en 1928 un premier championnat sur Paris. Dans les années 1930, l'Union vélocipédique de France, « fédération bourgeoise », développe aussi le polo-vélo, dont la popularité décline à la fin des années 1950.

UN TOIT ET UN TOURNOI POUR LE CH'TI BIKE POLO

C'est en 2018 que la pratique du bike-polo s'est organisée à Lille sous forme associative à l'initiative de Pablo Parra, Chilien d'origine, et de sa compagne Emilia. Pablo avait lui-même découvert la discipline quelques années plus tôt à Nancy, où il était alors bénévole dans un atelier d'auto-réparation. Depuis, il a ouvert dans la capitale du Nord un magasin de vente et de réparation, « La Bici », « Le biclou » en espagnol : un bon spot pour recruter parmi les cyclistes urbains !

Si le Ch'ti Bike Polo (Lille Bike Polo sur leur page Facebook) est à l'origine de la création du code activité à l'Ufolep, son essor



Ch'ti Bike Polo

a toutefois été freiné par la difficulté de trouver un terrain. Mais, grâce à des contacts noués lors du Festival de la Mobilité accueilli par le Btwin Village de Decathlon, les membres de l'association – affiliée depuis deux ans à l'Ufolep – se retrouvent désormais un soir par semaine sur un parking couvert de

ce site. Ils sont pour l'instant sept ou huit, mais Ch'ti Bike Polo espère étoffer ses effectifs en profitant de l'écho rencontré en mars dernier par son tout premier tournoi (photo), organisé en public à la Halle des Glisses de Lille. ● PH.B.

À LILLE, ELLES FONT RIMER GYMNASTIQUE AVEC SORORITÉ

Passer'Elles, femmes en mouvement

L'association assume la non-mixité choisie pour fédérer 450 femmes de tous horizons au nom de l'appropriation de leur corps.

Si Passer'Elles est un collectif et une aventure partagée, l'association trouve son origine dans le parcours de vie d'Alessandra Machado, 52 ans, qui l'a fondée en 2010 et continue de l'incarner. «Ce parcours, résume-t-elle, est celui d'une immigrée sans papiers qui a fui la misère de son village de l'État de Rio de Janeiro, au Brésil. J'ai grandi sans père et celui de mes trois filles était aux abonnés absents. Puis j'ai rencontré le cuisinier du restaurant français où j'étais serveuse, qui me promettait monts et merveilles... Et c'est vrai qu'en travaillant trois mois ici j'ai pu faire vivre ma famille pendant un an!»

En France, Alessandra donne naissance à un fils mais finit par se séparer de son conjoint. «C'est à ce moment



Alessandra Machado

qu'est né le projet de Passer'Elles. À 37 ans, sans salaire ni métier, avec quatre enfants à charge mais forte de mon goût pour le mouvement et la danse, j'ai entamé une formation zumba et commencé à créer un réseau de femmes dans les quartiers de Lille, avec la volonté de créer une communauté.»

ZUMBA ET MIXITÉ SOCIALE

Alessandra Machado passe ses diplômes – dont un BP Jeps¹ – et prend le statut d'auto-entrepreneuse pour démarrer son activité. «J'animais des cours dans les quartiers populaires et les beaux quartiers et j'ai

voulu réunir ces publics. D'où le nom de l'association, Passer'Elles, née avec l'appui de deux amies, l'une sociologue et l'autre impliquée dans l'accessibilité des personnes handicapées : une question qui me concerne aussi car l'une de mes filles est autiste.»

Passer'Elles s'affilie en 2014 à la Fédération de gymnastique volontaire², dont Alessandra intègre en parallèle le comité des Hauts-de-France pour œuvrer au développement associatif. «Même si notre principe de non-mixité choisie et notre engagement dans les quartiers avait reçu la validation fédérale, nous restions un peu disruptives, dissonantes, analyse-t-elle. Aussi, en 2019 nous avons décidé de basculer vers l'Ufolep, qui correspondait mieux à notre projet d'éducation populaire très engagé.»

Les 450 licenciées de Passer'Elles – chiffre en progression chaque année – ont aujourd'hui le choix entre 21 cours différents, orientés cardio ou gymnastique douce¹ et proposés du lundi au samedi en sept lieux différents. «Les mères peuvent venir avec leurs enfants dès 4 ans et nos pratiquantes les plus âgées vont sur leurs 90 ans», précise Alessandra Machado.

Cette offre variée, avec des activités «tendance» comme le «cardio fight girl» où l'on mime les gestes de la boxe, est la première raison du succès rencontré. À l'image d'un site internet qui donne envie de la rejoindre, l'association bénéficie aussi d'une communication très pro qui s'ajoute au bouche-à-oreille. «Et puis il y a tout ce que l'on trouve chez nous et pas ailleurs, insiste Alessandra Machado : un réseau communautaire, une solidarité entre femmes et un engagement militant qui se retrouve dans des tarifs indexés sur le quotient familial et l'accompagnement des

NON-MIXITÉ, UN CHOIX ASSUMÉ

«La non-mixité choisie permet d'offrir un espace sécurisé où les femmes ne se sentent ni regardées, ni jugées, explique Alessandra Machado. À mes yeux cela rejoint l'attention spécifique portée aux personnes vulnérables. Cela nous permet d'échanger sur nos histoires et de construire



quelque chose en commun. Le mouvement sportif a longtemps été réfractaire à la non-mixité et la mairie de Lille n'était pas non plus à l'aise sur le sujet, en raison notamment du parallèle établi avec les demandes de créneaux exclusivement féminins en piscine. Je le comprends d'ailleurs tout à fait. Mais ces critiques s'atténuent car nous sommes l'antithèse de l'entre-soi : nous favorisons au contraire la diversité et le dialogue. Les femmes se découvrent et se rapprochent, loin des a priori nourris par certaines prises de position politiques. Et aujourd'hui le vécu de l'association permet de désamorcer les craintes que pouvait susciter au départ cette non-mixité pleinement assumée.» ●



publics vulnérables comme les réfugiées et les demandeurs d'asile. Ce qui ne nous empêche pas de nous autofinancer à 80%.»

UNE ÉQUIPE

Alessandra a su fédérer autour d'elle toute une équipe, à commencer par les cinq autres membres du bureau. Souvent adhérentes de longue date, celles-ci font profiter l'association de leurs compétences professionnelles : Aurélie, la présidente, travaille dans la communication ; Juliette est psychiatre ; Soued est consultante et professeure en management ; enfin, Fatima et Kheira maîtrisent tout ce qui relève des finances et de l'administratif. L'association réfléchit néanmoins à la façon de financer un poste de direction, dans l'idée de renforcer le soutien des collectivités ou d'autres acteurs sensibles à son projet. Côté animation sportive, elles sont quatre à seconder Alessandra : un quatuor dans lequel on retrouve Aurélie, la présidente, qui au début était simple adhérente. « Je repère celles qui peuvent devenir des relais. J'ai ainsi formé une trentaine de personnes depuis les débuts de l'association, explique Alessandra. Je regrette d'ailleurs que nous n'ayons pas encore de formation à proposer à l'Ufolep. Mais un Certificat de qualification professionnelle d'animateur ou animatrice de loisir sportif (CQP ALS) doit se mettre en place la saison prochaine dans les Hauts-de-France, avec une attention particulière portée à la pédagogie inclusive et différenciée. »

ENGAGEMENTS

Au-delà du brassage des publics, l'identité de l'association réside dans ses engagements et l'invitation faite aux adhérentes à participer, si elles le souhaitent, à des temps qui dépassent le cadre de l'activité physique. « Ce sont par exemple des groupes de paroles, comme récemment sur la procréation maternelle assistée (PMA), mais aussi des voyages à vélo, des rendez-vous bénévoles où l'on parle stratégie et action, et la participation à des manifestations. En novembre, nous avons ainsi animé une

course contre les violences sexuelles et sexistes qui a réuni 10 000 personnes à la citadelle de Lille. Et pour la Journée internationale des droits de femmes du 8 mars, nous avons pris la parole pour exprimer notre engagement féministe et défilé sous notre banderole. »

Alessandra n'hésite pas à parler de Passer'Elles comme d'un projet « révolutionnaire », au sens où « le corps des femmes est politique ». « Se réapproprier son corps à travers le mouvement est un engagement militant, poursuit-elle. Que l'on porte la mini-jupe ou le voile, l'habiter pleinement permet de choisir librement ce qui est bon ou non pour soi. Et puis il y a la joie de se retrouver. La révolution, ça passe aussi par là. » ● PHILIPPE BRENOT

(1) Brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport.

(2) FFEFGV : Fédération française de l'éducation physique et de la gymnastique volontaire.

(3) Les activités « cardio » sont : Zumba, Zumba step, HIIT, cardio fight girl et AFROVIBE™. Et les plus « zen » : Pilates, FitBall, Circl Mobility, Marche nordique et de méditation et breathwork.

Renforcement musculaire avec élastiques.

VÉLO EN S'ELLES POURSUIT SA ROUTE

Lancé en 2017 avec Lille Sud Insertion et soutenu par la Ville de Lille, le projet Vélo en s'elles propose chaque année à 25 femmes un apprentissage de la bicyclette, concrétisé par le passage d'un brevet sur route et finalisé par un voyage de 100 à 150 km. Ce projet, pour lequel Alessandra Machado s'est inspirée de la vélo-école pour adultes de Montreuil (Seine-Saint-Denis), a depuis été modélisé avec Santé publique France. On y retrouve l'ADN de Passer'Elles (autonomie et « empowerment » des femmes, sport santé et bien-être) doublé d'un souci d'inclusion et d'insertion sociale. ●



La mer au bout de l'apprentissage.

À CONDOM COMME AILLEURS DANS LE GERS

Le VTT éducatif rayonne

L'Union cycliste condomoise et l'engagement de son président auprès des jeunes illustrent la dynamique des écoles de VTT gersoises.

« **A**dolescent, explique Sylvain Tarrow, je pratiquais le VTT, mais il ne fallait pas me parler de club ! J'ai repris le vélo à 22 ans en voyant des copains du judo s'abîmer le genou. Puis, quand j'ai eu mon premier poste de professeur de biologie au lycée de Condom, j'ai sympathisé avec des membres du club cycliste Ufolep local, que j'ai alors intégré, et que je préside depuis 2010. C'était surtout de la route, mais nous étions aussi quelques vététistes. J'ai ensuite monté des petites sorties « jeunes » puis participé à une formation d'animateur chez nos voisins du Lot-et-Garonne, engagés de longue date dans le dispositif Kid Bike aujourd'hui déployé à l'échelle nationale. »

KID BIKE. « Le VTT attire plus facilement les jeunes que la route. Le vélo est moins cher, d'usage plus quotidien, et côté sécurité les parents sont davantage rassurés. C'est aussi plus facile à animer : il suffit d'un talus pour les occuper ! »

Par la suite, j'ai effectué une formation Kid Bike proprement dite. Depuis, nous organisons un rassemblement tous les deux ans avec les clubs gersoises, notamment le club de Beaucaire avec qui nous nous entendons très bien. Leur section jeune compte pas moins de 40 licenciés, ça motive donc d'organiser quand on sait qu'il y a de la demande. Et comme j'aime bien la cartographie, nous donnons à ces rassemblements une coloration orientation. »

SORTIES. « Parmi nos 60 licenciés, il y a environ 25 cyclos dont 10 participent à des compétitions, d'autres adultes en pur loisir et 25 enfants dans la section VTT. Paradoxalement, le Covid en a « dopé » les effectifs. Nous avons en



« Le VTT attire plus facilement les jeunes. »

effet relancé l'activité sitôt levées les restrictions du confinement, avec un événement qui a très bien marché. Nous avons aussi déplacé notre sortie d'entraînement du lundi soir au samedi matin. Je l'encadre avec trois autres adultes, dont un jeune retraité et mon épouse, qui s'est mise au VTT électrique, comme d'autres licenciés prenant de l'âge. En plus des jeunes – dont nos enfants Amel et Alexandrine, 14 et 10 ans –, quelques adultes participent aussi à ces sorties où nous adaptons les circuits selon l'âge et la forme de chacun. Nous avons un bois à 5 km et nous pratiquons aussi les départs délocalisés en embarquant les vélos sur nos véhicules. »

COMPÉTITION. « J'incite les jeunes à participer à des compétitions, pour « montrer le maillot ». Au moins à celle que nous organisons chaque année en avril, qui l'an passé a réuni 40 adultes et 80 jeunes. Quatre ou cinq de chez nous ont une âme de compétiteurs, et les autres sont plutôt « randonneurs ». Mais on espère quand même qu'ils feront l'effort de venir, ne serait-ce que pour faire plaisir aux gens qui s'occupent d'eux tous les samedis ! ».

SAVOIR ROULER. « En 2021, j'ai participé à une formation d'animateur Savoir Rouler à Vélo à Limoges. Je me suis ensuite fait la main dans l'école – privée – ou enseigne mon épouse. Depuis deux ans, à la demande de la mairie de Condom et en lien avec le comité Ufolep, j'interviens avec deux autres membres du club auprès des CM1-CM2 des écoles Jules-Ferry et Pierre-Mendès-France. Cela représente 40 enfants dans chaque école. Profitant que les abords sont tranquilles, nous les emmenons assez vite faire le tour du pâté de maisons, sans attendre la sortie finale permettant de délivrer l'attestation. Sinon, il m'est aussi arrivé d'encadrer des étapes du P'tit Tour Usep, quand la correction des copies du baccalauréat m'en laissait le loisir ! » ● **PH.B.**

UNE GRANDE FÊTE DE FIN D'ANNÉE

« Les éducateurs des clubs de Condom, Beaucaire, Cologne et Auch participent en fin d'année à une grande fête départementale du VTT éducatif. Celle-ci réunit aussi des jeunes d'autres associations et des enfants non licenciés, pour lesquels nous prenons une assurance à la journée afin de leur faire découvrir la dynamique club, explique Simon Duran, délégué Ufolep et Usep du Gers. Nous essayons également de favoriser les passerelles avec les associations Usep d'école lorsque la proximité d'un club le permet, notamment à l'occasion d'une étape du P'tit Tour. Il y en aura six ou sept cette année, dont deux à Auch, qui cette année est ville-départ de la 17^e étape du Tour de France. » ●

Le catch laïque fait le show

Depuis dix-huit ans, la section catch du Patronage laïque de Recouvrance accueille les amateurs débutants et organise des galas très populaires.

«**Q** uoi, du catch à la Ligue de l'enseignement et à l'Ufolep¹?» Passé l'étonnement, la nouvelle directrice du Patronage laïque de Recouvrance, à Brest, a vite compris que cette section atypique ne dénotait pas dans la maison. «Les 16 licenciés, dont 3 femmes, sont bénévoles et toujours prêts à donner un coup de main. Deux d'entre eux siègent au conseil d'administration et le catch participe à la vie du patronage avec des galas qui réunissent plus de 200 personnes dans notre grande salle», résume Géraldine Capelle, qui dirigeait auparavant le centre d'animation Ravel à Paris.

La section catch du PL Recouvrance, quartier historique de l'arsenal militaire, a été créée il y a 18 ans par Vincent Balcon et John Bardin, lequel était allé se former un an au Japon. Les entraînements se déroulaient sur des tapis, puis des planches posées sur des pneus récupérés à la casse, avant de se faire envoyer d'Angleterre un ring d'entraînement d'occasion. «Il était déjà là à mon arrivée il y a 15 ans», se souvient Alexandre Dekhis, 38 ans, actuel responsable de la section.

APPRENDRE À CHUTER

«J'étais fan de catch et j'avais lu dans Le Télégramme qu'ils accueillent ceux qui voulaient apprendre. J'ai essayé, j'ai aimé, je suis resté» raconte cet ex-pratiquant de judo qui avait tâté de la boxe anglaise avant de vite raccrocher les gants en raison de «la mentalité de l'entraîneur». Rien à voir avec l'ambiance bienveillante du catch made in Recouvrance, éloigné de tout esprit de compétition et où, à l'image d'Éléonore, 18 ans, les licenciés hommes et femmes sont loin de tous ressembler à des armoires à glace.

Alexandre anime avec son compère Pascal les entraînements du lundi, du mercredi et du vendredi, où les nouvelles recrues apprennent à «chuter et mettre des coups sans blesser». «On débute par du cardio, des étirements, divers exercices pour échauffer les articulations, des roulades et des roues pour gagner en souplesse, avant d'aborder vraiment la technique catch» précise ce fan du combattant américain The Rock. Sur le ring, lui-même devient «Léon, le dentiste inca», en référence à sa tenue et sa technique du coup de genou dans la mâchoire.

Le catch trouve en effet sa finalité dans sa mise en scène. «Ici, ce n'est ni pour la gloire ni pour l'argent, mais pour le plaisir d'organiser des combats selon une trame, en s'y prenant des semaines ou des mois à l'avance. C'est toujours le bon contre le méchant, et comme à Guignol le



Le catch, c'est du sport et surtout du spectacle.

public doit prendre parti. Au besoin, les catcheurs interagissent avec lui», explique Alexandre, qui possède aussi un personnage caché, à ne pas dévoiler! Pas étonnant donc que les sections catch et théâtre d'improvisation du patronage fassent parfois scène commune. «La dernière fois, pour le final à trente sur le ring, on était un peu serrés!» Les quelques centaines d'euros généralement dégagés par la recette viennent alors abonder la caisse commune². Les catcheurs de Recouvrance proposent aussi des exhibitions à la fac et participent aux «Marinades» qui animent le quartier en été.

Et les gnons? «On retient nos coups, tout en les exagérant. Forcément il y a des doigts retournés, et plus rarement des clavicules cassées quand une chute est mal exécutée. Mais on fait tout pour l'éviter», insiste Alexandre. C'est bien la moindre des choses dans un patronage laïque qui, par ailleurs, accueille une Maison sport santé! ●

PHILIPPE BRENOT

(1) En l'absence de code activité dédié, le catch est apparenté à la lutte.
(2) Le PL Recouvrance compte 450 adhérents, dont 360 licenciés Ufolep dans ses différentes sections d'activités de la forme et breakdance, badminton, tennis de table et école de sport.

NEVEZ WEB CATCH, VIDÉOS À L'APPUI

«Nevez (nouveau) Web Catch»: c'est depuis dix ans l'identité numérique des catcheurs de Recouvrance, qui ont fêté cet anniversaire en février avec un grand gala relayé sur YouTube, Facebook, X et Instagram par les deux licenciés experts en communication digitale qui réalisent eux-mêmes teasers et vidéos. ●



AVEC MARSEILLE JUMP ROPE

Double dutch sur la Canebière

Créée en 2021, l'association Marseille Jump Rope développe la variante sportive du saut à la corde avec l'Ufolep des Bouches-du-Rhône.

Un jeu de cour d'école : ainsi considère-t-on encore le double dutch en France, quand aux États-Unis cette version codifiée du saut à la corde est un sport à part entière. Mais dans les Bouches-du-Rhône cela pourrait changer sous l'impulsion de Yann Espigulé, 46 ans, fondateur en 2021 de Marseille Jump Rope, qui veut « en développer et en structurer la pratique » avec l'appui du comité Ufolep, dont il est désormais élu. « Le double dutch vient d'ailleurs d'être reconnu sport de haut niveau par le ministère des Sports », précise-t-il.

C'est après avoir croisé l'américaine Bree Maraux, animatrice d'un club près de Toulouse, que Yann Espigulé, qui lui-même travaille dans le domaine du sport, a eu la révélation. Et c'est dans les cours d'écoles que tout a débuté, en lien avec l'amicale laïque du quartier de La Blancarde, qui depuis a créé sa propre section. Aujourd'hui, 60 jeunes marseillais sautent à la corde chaque semaine dès l'âge de 4 ans¹. Dont la quinzaine de membres de l'équipe compétition, licenciés à la fois à l'Ufolep et à la fédération de double dutch².

DÉMONSTRATIONS TOUS PUBLICS

« Nous animons l'activité dans une dizaine d'écoles : dans les cours, sous les préaux et en gymnase quand c'est possible. Plus ponctuellement, nous faisons aussi découvrir le double dutch dans les écoles et centres aérés de communes voisines » précise Yann Espigulé. Peu avare de démonstrations auprès du grand public, Marseille Jump Rope a aussi sauté pour un concert de Soprano au stade-vélodrome et participé dernièrement à la braderie puis au carnaval de Marseille, en attendant Ufostreet en mai, les Talents mar-



À l'entraînement avec Yann Espigulé (à droite).

seillais en juin (7000 personnes attendues au Dôme) et l'émission télé « La France a un incroyable talent », en juillet sur M6.

« Les atouts du double dutch sont sa facilité d'accès, son caractère mixte et son côté très ludique, résume Yann Espigulé. Les plus jeunes participent à une séance hebdomadaire de 50 minutes tandis que les adolescents motivés par la compétition ont la possibilité de s'entraîner chaque jour, notamment pour perfectionner l'aspect technique du tournage et du lancer de corde. » Le double dutch est en effet un sport collectif où la cohésion entre partenaires est déterminante. Les passages se font en musique et l'activité, particulièrement populaire parmi les afro-américains, est proche de la culture hip hop.

OBJECTIF FORMATION

Marseille Jump Rope est aujourd'hui dépassé par son succès et Yann Espigulé ne pourra pas continuer à se démultiplier pour animer tous ces créneaux ! « Il y a notamment une demande adulte à laquelle nous ne sommes pas en mesure de répondre. Localement nous aurions besoin d'au moins 40 éducateurs et formateurs ! » Aussi a-t-il mis en place des stages de formation avec le comité Ufolep.

En attendant, Marseille Jump Rope continue de promouvoir l'activité avec un enthousiasme intact. Par exemple dans le cadre du dispositif départemental « Sport pour elles » destiné aux femmes éloignées de la pratique physique. Ou comment faire entrer celles-ci dans la danse avec une activité qui est d'abord un jeu et qui peut réveiller des souvenirs de cour d'école. ● ANTOINE RICHEL

(1) Baby jumper (4-6 ans), Kids (6-8 ans), Juniors (8-11 ans), adolescents et jeunes adultes.

(2) « Nous avons trois Champions de France 2024, catégorie vitesse – Andrew en U10 garçon, Elyzia en U10 fille et Marouane en U12 garçon – et notre équipe U10 a terminé 3^e en double dutch freestyle : des titres remis en jeu en mai à Paris. En 2022 et 2023, Marouane et Andrew ont également été champions en jump rope freestyle. »

UNE CORDE DANS CHAQUE MAIN

Le double dutch¹ est la version en équipe d'une discipline qui se pratique à trois ou quatre athlètes, dont deux « tourneurs » maniant dans chaque main deux cordes qui forment des ellipses opposées et alternées où leurs camarades rivalisent d'acrobaties chorégraphiées. La durée des performances est de 30 à 40 secondes, parfois plus selon les formules et le niveau. Il existe aussi des épreuves de vitesse où les concurrents sautent à pieds joints ou d'un pied sur l'autre à une cadence folle, et une version individuelle appelée *single rope*. ● A.R.

(1) Ainsi nommé en référence au « charabia » des enfants d'immigrés hollandais qui sautaient à la corde il y a plus de 300 ans dans les rues de New York.



CINQ NATIONAUX DE L'HIVER ET DU PRINTEMPS

Badminton. Les trois gymnases de la cité scolaire du Banlay, à Nevers (Nièvre) ont accueilli, samedi 19 et dimanche 20 avril, 240 joueuses et joueurs répartis en 35 équipes mixtes.

Cyclocross. Plus de 600 coureuses et coureurs ont joyeusement pédalé les 8 et 9 février à Wallers-Arenberg (Nord) sur le circuit de la porte du Hainaut, à quelques encablures du puits de mine figurant au patrimoine mondial de l'Unesco et de la mythique trouée d'Arenberg, empruntée chaque année par les concurrents du Paris-Roubaix. La boue ça colle, mais c'est plus doux que les pavés !

Cheerleading. En 2019, une démonstration de cheerleading du club de Lormont enflammait l'AG nationale Ufolep organisée en Gironde. Six ans plus tard, cette même association a réuni les 19 et 20 avril 200 participantes et participants pour le premier National d'une discipline qui s'est très vite structurée. Soit en tout 29 équipes de 5 à 30 gym-

nastes pouvant concourir dans plusieurs formations. La matinée était réservée au moins de 11 ans, l'après-midi aux plus âgés, sans limitation d'âge. Et si les 5 clubs représentés venaient tous de Gironde ou du Lot et Lot-et-Garonne, le succès de cette première incitera probablement les autres associations Ufolep à participer à la deuxième édition.

Sports de neige. C'est en deux manches de slalom que se sont affrontés la cinquantaine de participants au National de ski alpin, le 6 avril aux Saisies (Savoie) : une dizaine en U11, les autres dans des catégories allant de U12 à Master vétérans. La veille, l'association Ufolep du Snowscoot du Val d'Arly avait organisé sur les mêmes pistes une compétition dédiée à sa discipline.

Tir sportif. Pistolet, carabine et arbalète étaient à l'honneur du rendez-vous hivernal du tir sportif, qui a vu se mesurer 270 tireuses et tireurs, les 15 et 16 mars à Montereau-Fault-Yonne (Seine-et-Marne). ●

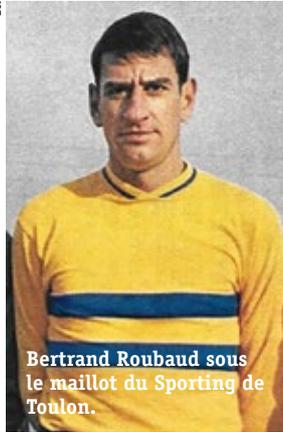
Mon héros s'appelle Roubaud

L'homme en noir a donc indiqué le point de penalty et j'en suis comme pétrifié. La suite ressemble à une exécution capitale. Les joueurs du CAP sortent tristement de la surface de réparation. Ils l'abandonnent à leur gardien qui se poste sur sa ligne de but. Tout juste s'ils ne lui demandent pas sa dernière volonté. Un joueur de Toulon s'est emparé du ballon. Personne n'a contesté sa décision. Son autorité naturelle est évidente. Quelques connaisseurs voisins lâchent son nom que j'entends pour la première fois. Je comprends d'abord « Robot » ou « Rabot ». Mais non, c'est plutôt « Roux beau » ou « Roubo » ou « Roubaud ». Je ne maîtrise pas assez bien mes lettres pour lui donner une orthographe, mais quelle importance ?

Je l'ai déjà repéré, ce joueur infatigable qui va sans cesse d'un camp à l'autre, toujours au cœur du jeu dans son beau maillot jaune. J'ai vu qu'il portait dans son dos le numéro 8. J'aime bien le 8. Avec ses cercles qui s'épousent il est difficile mais marrant à dessiner.

Maintenant, je le vois de plus en plus près tandis qu'il s'approche du rond blanc tracé à la craie à 11 mètres de la ligne de but adverse, en plein dans l'axe. Il se plie pour poser le ballon et se redéploie. C'est comme s'il était juste devant moi, à portée de main. Il est gigantesque. Bien sûr, vu d'en bas, pour un enfant de cinq ans, quatre mois et treize jours pour quelques secondes encore, tout adulte s'il n'est pas nain est quasiment un géant. Mais là, c'est différent. Je n'exagère pas. Ou un peu seulement. Sa coupe de cheveux à la brosse bien haute accentue encore l'impression d'immensité. Il est brun. Sous ce casque pileux, je revois un visage tout rouge. Plus sans doute que dans la réalité mais la température inhabituelle pour la saison a pu lui donner une teinte cuivrée. Voilà, il est clairement plus grand que tous les autres joueurs.

Ce qui n'est rien à côté de l'essentiel. Son nez. Son nez très



Bertrand Roubaud sous le maillot du Sporting de Toulon.

long dont l'extrémité vient presque mordre la lèvre supérieure. Il me fait un peu peur. Une vision enfantine qui ne m'a jamais quitté et me fascine encore. Ce joueur a tout d'un chef. Comment ne pas l'admirer ? Il s'avance, le chef. Ses équipiers ont également déserté la surface de réparation qui lui est désormais réservée. Il vient méticuleusement déposer le ballon beige à panneaux sur le point de penalty. Il se recule de quelques pas. Il est seul. Il regarde le gardien prisonnier de sa ligne blanche. Interdiction pour celui-ci de bouger avant le tir. C'est la règle. Les bras

écartés, comme accroupi, le goal attend, immobile. Je retiens mon souffle.

C'est cruel, un penalty. Il met en jeu un bourreau et une victime. Même quand il est raté et que les rôles tout simplement s'inversent. L'arbitre donne un petit coup de sifflot bref. Le stade est silencieux. « Roux beau » ou « Roubo » s'élanche. Au moment où il arrive près du point d'impact, le gardien de but anticipe et s'élanche sur sa gauche. Le choc du pied sur le ballon est une détonation, un coup de fusil. La balle, le mot convient si bien, file à mi-hauteur, à droite du gardien. Déjà à terre du mauvais côté, il tourne la tête pour la regarder pénétrer dans son but. Les filets claquent. La boule de cuir retombe au sol. « Roubo » a trompé Halotél. Je sais, c'est facile, mais c'est la réalité.

73^e minute, but de Roubaud sur penalty ! Le stade bruisse à peine. Pas de cris d'enthousiasme. Pas de « y'est ! ». C'est l'équipe adverse qui vient de marquer et, à l'oreille, les supporters de Toulon ne sont pas bien nombreux. Le buteur lève le bras droit vers le ciel tandis que ses camarades, réjouis, viennent le féliciter sans ostentation. La troupe jaune me tourne le dos et repart en trotinant joyeusement en direction de sa partie de terrain. Pendant tout ce temps, je suis resté figé. Comme la statue d'un enfant ébahi. ●

© EN EXERGUE



Mon héros s'appelle Roubaud, récit, Gérard Ejnès, En Exergue, 218 pages, 18,90 €.

COUP DE Foudre

C'est son père, confectionneur à façon travaillant à domicile, qui transmet la passion du ballon rond à Gérard Ejnès. Le dimanche 10 mars 1957, le futur directeur de la rédaction de *L'Équipe* et de *France Football* assiste au stade Léon-Bonvoisin de Vincennes à un match de bas de classement du championnat de France de première division opposant les Parisiens du CAP au Sporting Club de Toulon : sa « seconde naissance », raconte l'ex-journaliste, qui se décide sur le tard à partir sur les traces du bon géant devenu ce jour-là

son héros éternel pour avoir inscrit le seul but du match. Après une « première mi-temps » alourdie d'un trop-plein de références au contexte de l'époque, la rencontre s'anime quand l'auteur retrouve dans sa retraite toulonnaise le chaleureux Bernard Roubaud, footballeur né en 1935 à l'honnête carrière, dont les trous de mémoire sont comblés par son épouse attentionnée et de vieilles coupures de presse. Le lecteur s'interrogera peut-être alors : et moi, qui est le héros sportif de mon enfance ? ● PH.B.

je me souviens... GILLES BERTRAND

Radio France



Gilles Bertrand, 69 ans, crée en 1995 le Festival des Templiers (Aveyron) avec son épouse Odile Baudrier, actuelle directrice d'un évènement identifié à son ultra-trail. Journaliste et photographe, il lance avec elle d'autres épreuves et des magazines consacrés à la course à pied sous toutes ses formes. Parmi ses livres photos, on citera Kenya les coureurs du siècle (1999), Jamaïca, l'art du sprint (2003) ou Sport en Chine, ombres et lumières (2008).

Je me souviens du jour où, avec des copains de 6^e du collège de Mehun-sur-Yèvre, nous avons pris le bus pour participer à Bourges à une sélection comptant pour le championnat départemental d'athlétisme au stade Séraucourt. Je participe au 56 m haïes, au relais 4x60 m et au saut en hauteur, où je suis largement battu par José Marajo, futur finaliste du 800 et du 1500 m des Jeux de Moscou. José que je retrouverai régulièrement tout au long de mon parcours de journaliste.

Je me souviens que mon père achetait le *Miroir de l'athlétisme* et que cette revue a nourri ma vocation de journaliste et de photographe. J'étais particulièrement fan du sauteur en hauteur russe Valery Brummel, auquel je m'identifiais, et du sauteur en longueur Igor Ter-Ovannessian.

L'athlétisme au collège s'arrête vite, faute de prof pour l'animer, mais à 16 ans je participe au raid nocturne Bourges-Sancerre. Je finis dans la douleur, 55 km en dix heures, mais c'est le début de ma passion pour les longues distances en endurance. L'année suivante, je suis beaucoup mieux préparé, après m'être licencié dans un club de marche athlétique, discipline que je pratique plusieurs années avec le rêve – jamais réalisé – de participer à Paris-Strasbourg.

Je me souviens de mon premier reportage photo, réalisé sans accréditation depuis le pied des tribunes, lors d'un match France-Finlande organisé à Blois au retour des Jeux olympiques 1976. J'étrene alors mon premier

Reflex, acheté après avoir travaillé en usine tout l'été, et je fais mes premières armes en prenant en photo Colette Besson, Jacky Boxberger et Guy Drut, tout auréolé de son titre olympique. Pour l'anecdote, Drut abandonne à la troisième ou quatrième haie et se montre ensuite si odieux avec les juges que j'écris à Raymond Pointu, la grande plume de l'athlétisme, pour lui faire part de ce comportement choquant.

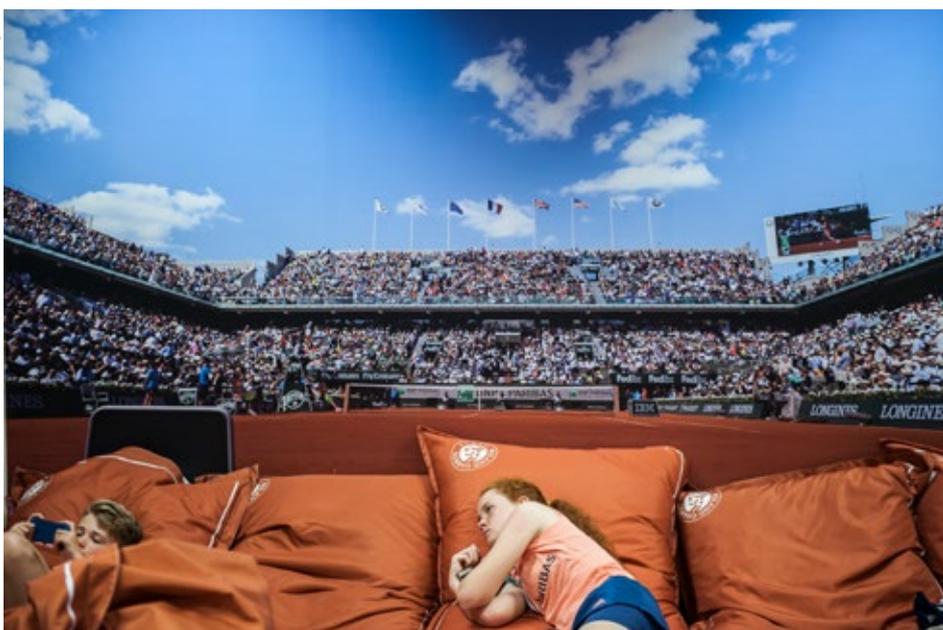
Mon premier reportage rémunéré, ce sera en 1981 dans l'Éthiopie du général Mengistu. Je rencontre Mamo Wolde, vainqueur du marathon des Jeux de Mexico, et ce reportage sur les coureurs éthiopiens fait la couverture du magazine *Spiridon*. Cela me met le pied à l'étrier et je pige pour d'autres revues. Mais comme cela ne suffit pas pour vivre, je m'occupe aussi d'enquêtes statistiques de terrain. Entre temps, je publie en 1979 avec mon collègue Jean-Pierre Rech le *Carnet du bipède*, premier guide annuel des courses hors stade en France. Puis je crée en 1989 avec mon épouse Odile le magazine *VO2* et obtiens ma première carte de presse.

Je me souviens que c'est lors d'un reportage en duo sur les trails du Colorado que j'ai l'idée de créer les Templiers. Ce projet mettra quatre ans à devenir réalité. Je me souviens de la première édition et de la joie inondant le visage du vainqueur Patrick Renard lorsqu'il franchit la ligne d'arrivée. Une joie qui me submerge moi aussi et me procure le sentiment d'avoir créé quelque chose qui fait sens. À cet instant, je sais que c'est le début d'une grande histoire. ●

l'image

RAMASSEURS AU REPOS, PAR PAULINE BALLET

Pauline Ballet / Amphora



Que de décontraction chez ces « petites mains » de Roland-Garros, qui semblent totalement se désintéresser de ce qui se passe sur un central vibrant de lumière... Trop beau pour être vrai ! L'image de doit pourtant rien à l'intelligence artificielle et tout au regard affûté de Pauline Ballet, associée à quatorze autres photographes pour composer cet *Iconic Roland-Garros*. La légende donne la clé : « Repos devant la reproduction du court

Philippe-Chatrier au foyer des ramasseurs. » ●

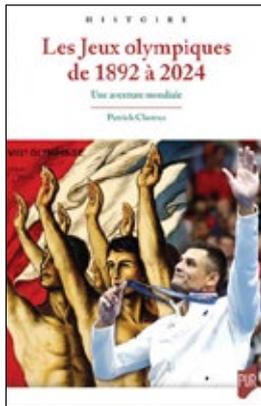
PH.B.

Iconic Roland-Garros, Amphora, 256 pages, 59,50 €. Une vision du tournoi et de ses coulisses depuis près de dix ans.



repères

LES JEUX OLYMPIQUES DE 1892 À 2024



Faire l'histoire des Jeux olympiques, c'est ambitieux, surtout quand on la veut imperméable aux « fables olympiques », indépendante de l'« histoire officielle » et échappant au « trompe-l'œil de la permanence et de l'universalité des Jeux ». Universitaire et spécialiste incontesté du sujet, Patrick Clastres déroule la chaîne narrative reliant Athènes 1896 à Paris 2024 en abordant chacune des trente éditions avec la même grille : l'évolution des relations internationales sur la période ; les conditions du choix de la ville organisatrice et les jeux diplomatiques ; la façon dont les cérémonies d'ouverture et de clôture illustrent le roman national du pays hôte ; l'évolution du programme sportif ; le tableau des

médailles ; et enfin des portraits d'athlètes et de dirigeants du sport international et olympique. Une approche qui confère à l'ouvrage son unité tout en rendant ses 450 pages tout à fait digestes.

Il est en effet passionnant de retrouver dans chaque édition le reflet de la marche du monde, le sens que prend le palmarès et le jeu des luttes d'influences dès la renaissance des Jeux en leur berceau grec. Au fil du récit, Patrick Clastres rappelle combien les éditions de Paris 1900 et Saint-Louis 1904 furent éloignées de l'idéal olympique, comment Américains et Anglais s'opposèrent à Londres 1908, et que le drapeau olympique n'apparut qu'à Anvers 1920. On apprend aussi qu'il y a un siècle des polémiques sur la féminité de certaines compétitrices n'étaient pas moins vives. Plus près de nous, commentant la cérémonie d'ouverture des Jeux de Paris 2024 et les dix sculptures de femmes surgies du fleuve au son de *La Marseillaise*, l'historien constate « l'effacement mémoriel de Pierre de Coubertin devant la dirigeante féministe Alice Milliat ». On attend à présent le regard affûté qu'il ne

manquera pas de porter sur l'élection d'une femme à la tête du CIO et l'édition 2028 dans l'Amérique de Donald Trump. **PH.B.**

Les Jeux olympiques de 1892 à 2024, une aventure mondiale, Patrick Clastres, Presses universitaires de Rennes, 464 pages, 25 €.

LE CRÉPUSCULE DES JEUX

Octobre 1986 : dans la cour de son collège de Moûtiers (Savoie), Guillaume Desmurs saute de joie en apprenant en direct sur France Inter qu'Albertville organisera les Jeux olympiques d'hiver 1992. Quarante ans plus tard, devenu journaliste, il publie un essai critique sur les JO 2030 dans les Alpes françaises. « En 1986, explique-t-il, nous baignions encore dans la lumière de l'époque bénie du ski alpin. Les JO de 1968 à Grenoble n'étaient pas si lointains. Ils avaient couronné le Plan neige, geste bâtisseur qui avait offert à la France les plus grandes stations de ski du monde en associant maires et investisseurs, puissance publique et promoteurs immobiliers. » Mais depuis le monde a changé et la crise climatique soumet l'économie montagnarde à des « risques existentiels ». La candidature désormais incarnée par Edgar



Grospron devient ainsi un révélateur de la fracture entre « ceux qui défendent bec et ongles le modèle moribond (parce qu'ils ne connaissent que celui-là, parce que leur statut en dépend, parce qu'ils ont peur) et ceux qui poussent à travailler à de nouveaux modèles économiques tenant compte des changements profonds affectant le climat, la ressource en eau, la biodiversité, la gouvernance, les habitudes de consommation, les valeurs, etc. » « On peut critiquer la candidature des JO 2030 tout en aimant les JO [et] en appelant à une réforme profonde de leur organisation pour qu'ils répondent aux enjeux de notre époque » conclut pour finir l'auteur de cet ouvrage critique mais documenté qui n'a rien d'un brûlot ni d'un simple pamphlet. **PH.B.**

Le crépuscule des Jeux, enquête sur les JO d'hiver 2030, Guillaume Desmurs, Guérin-Paulsen, 170 pages, 22 €.

L'ACTUALITÉ DE L'UFOLEP SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

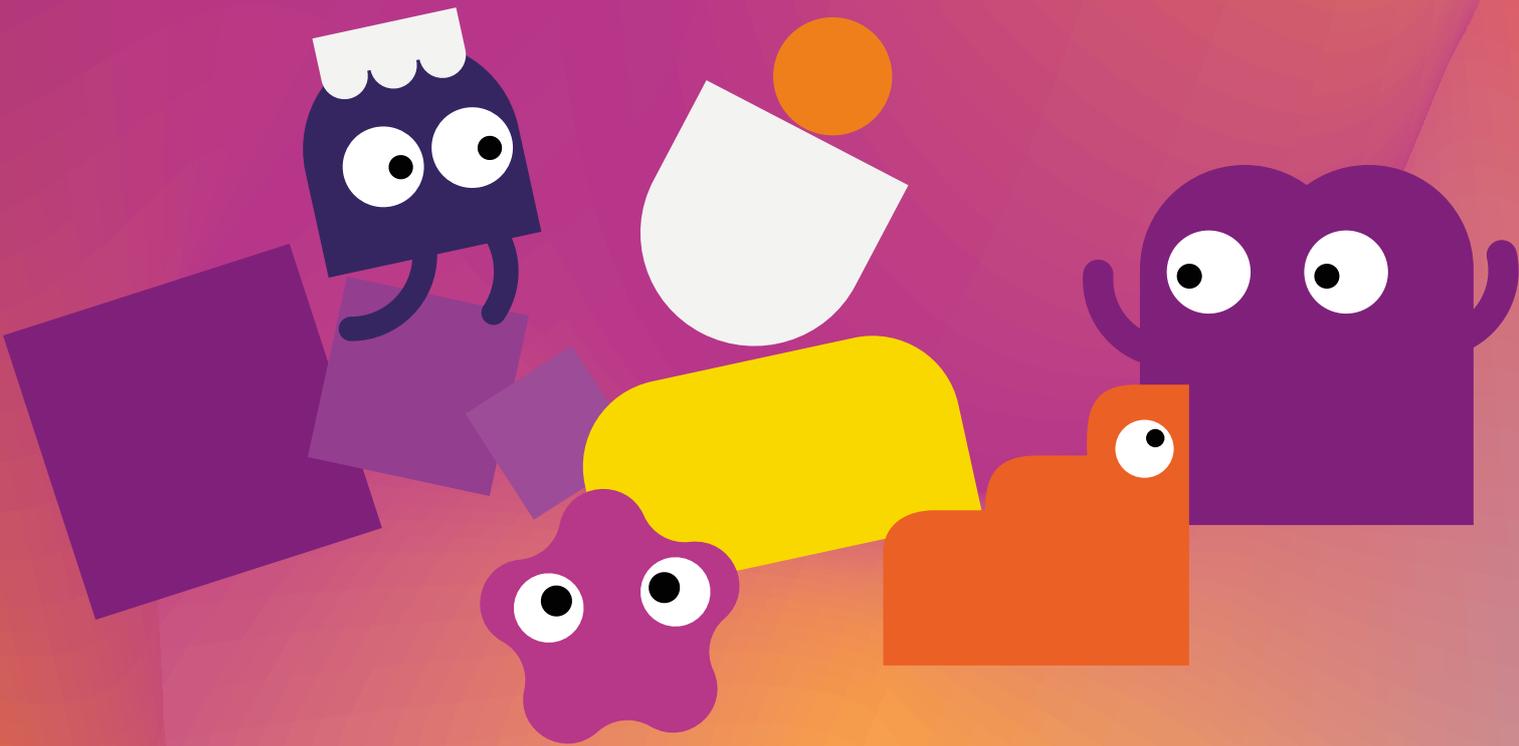


La Quinzaine

Sport et Petite Enfance

Du 24 mai au
08 juin 2025

2^e édition



Fédération sportive de

la ligue de
l'enseignement

un avenir par l'éducation populaire



Ensemble, Agissons !
SOLIDAIRE, CITOYEN ET LAÏQUE AVEC L'UFOLEP

PROJET SPORTIF FÉDÉRAL UFOLEP
2024-2028

est disponible !

Pour un sport toujours plus accessible
à toutes et tous et sur tous les territoires !

- Brochure
- Dépliant
- Flyer
- Réseaux sociaux



En téléchargement
ou à personnaliser sur
creation.ufolep.org

ufolep
TOUS LES SPORTS / AUTREMENT