

Le plan 5000 terrains de sport

Un pumtrack à Val-de-Virieu ? Donnez votre avis



Le Plan «5000 terrains de sport » vise à accompagner le développement de 5 000 équipements sportifs de proximité d'ici 2024. Le déploiement a été confié à l'Agence Nationale du Sport. À destination des collectivités et des associations à vocation sportive, ce plan contribue à l'action de l'Agence en matière de correction des inégalités sociales et territoriales. Il est destiné à financer la création d'équipements sportifs de proximité. La commune de Val-de-Virieu candidatera prochainement à ce projet et nous avons besoin de vos avis et motivations pour soutenir ce dossier.

Arrivés en France il y a seulement une dizaine d'années, les pistes de **pumptracks** sont de plus en plus nombreuses sur notre territoire. Véritables phénomènes, elles sont particulièrement **adaptées aux communes** qui souhaitent accroître leur offre sportive en libre accès, abordable pour tous.

Le pumptrack : son fonctionnement, ses avantages et sa facilité d'installation. Vous comprendrez pourquoi autant de communes font le choix d'installer de tels équipements.

Qu'est-ce que le pumtrack ?

Le pump track est un circuit tout terrain fermé. La piste est constituée d'alternance de petites bosses, de virages relevés et de bosses plus grandes permettant de réaliser des sauts. Elle s'emploie généralement à vélo, mais aussi en BMX. Certains peuvent être parcourus en skateboard, rollers, trottinettes ou même en draisienne pour les plus petits.

Comment fonctionne le pumtrack ?

En anglais, « pump » signifie « pomper ». En pumtrack, il n'est donc pas nécessaire de pédaler, mais d'au contraire agir en flexion avec les bras et les jambes en « pompant » sur les bosses et sur les virages pour prendre de la vitesse. Il existe des **vélos spécialement conçus** pour la pratique du pumtrack, mais il n'est pas obligatoire d'en posséder un pour s'amuser sur une piste. Les meilleurs équipements sont des vélos n'ayant pas de suspension, afin que l'énergie créée en passant sur les bosses et les virages ne soit pas absorbée. Vous pouvez également privilégier un centre de gravité bas, comme c'est le cas sur les BMX.

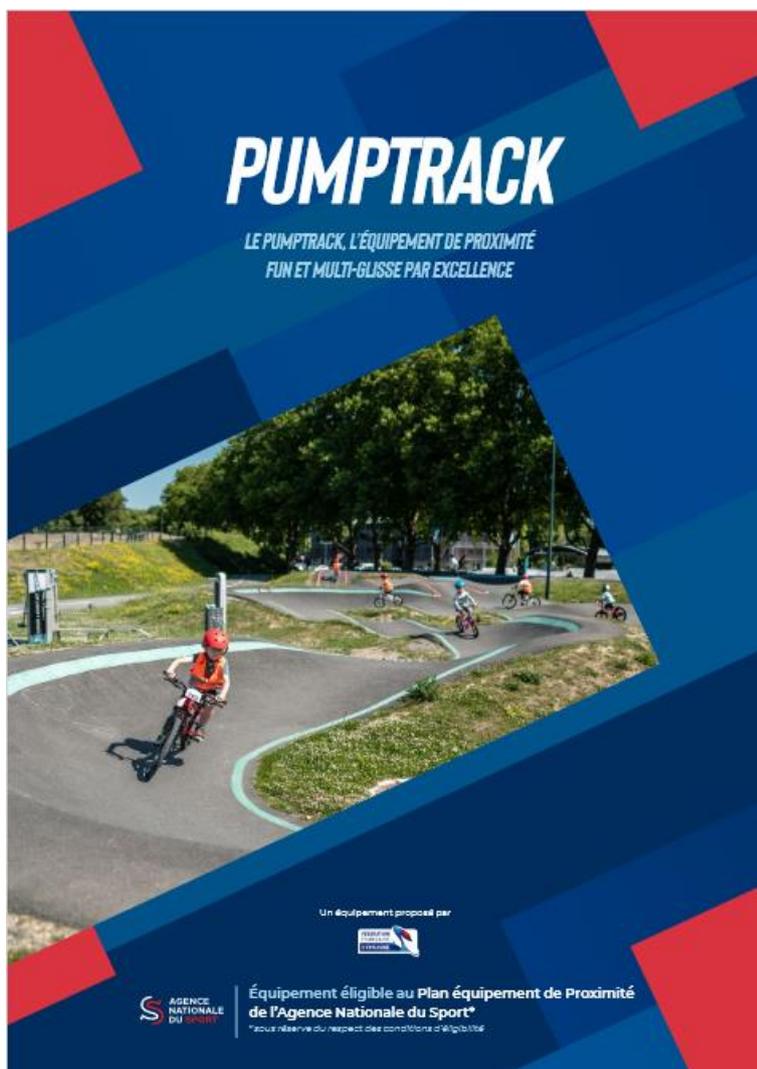
Les avantages du pumtrack dans une commune sont nombreux

Le pumtrack est véritablement accessible à tous. En effet, dès l'âge de 4 ou 5ans, les enfants sont capables d'effectuer des petits mouvements de flexion pour avancer sur la piste sans avoir à pédaler. Sur certaines pistes, il y a même des **aménagements adaptés aux plus petits** : les bosses n'y font pas plus de 10 cm. De quoi appréhender la motricité tout en s'amusant. Des boucles confirmées permettent aux plus grands de pratiquer sur des **parcours plus difficiles**. Il ne faut pas de compétences particulières pour être capable de se déplacer sur un pumtrack. C'est une activité physique qui développe de nombreuses capacités au niveau de la **coordination** et des **muscles**. Elle est intéressante à pratiquer à tout âge, idéale pour tous les membres de la famille.

Un véritable lieu de rencontre

Les pistes de pumtrack sont de véritables **lieux d'interactions et de rencontres de proximité**. On y trouve plusieurs générations et cultures au même endroit. La pratique étant libre, elle est **accessible à tous les foyers**, peu importe leurs revenus. Installer ce type d'équipement ne permet donc pas seulement aux personnes de pratiquer un sport : c'est aussi une façon de **rapprocher les habitants** les uns des autres.

Les pistes de pumtrack sont innovantes et permettent aux membres de toutes les générations de se dépenser tout en s'amusant dans un lieu accessible à tous en favorisant la pratique d'une activité physique.



Vallésiennes et Vallésiens faites nous part de vos avis et de vos envies sur ce projet de pumptrack.

Adressez-nous un Mail à secretariat@valdevirieu.fr pour donner votre avis, soutenir le projet ou participer au groupe de travail « Pumptrack ».

Flashez ce QRCODE pour découvrir la vidéo d'une installation pumptrack :

