

#sportinnov

N°5 • DÉCEMBRE 2022 • www.irds-idf.fr

RADIOGRAPHIE D'UNE AIRE DE STREET WORKOUT

Réussir son projet de « street workout » - équipement sportif en accès libre - nécessite une bonne préparation en amont : attentes des pratiquants, qualité de l'équipement, localisation, animation...

Exemple avec le site de Saint-Thibault-des-Vignes.



De nombreux équipements en accès libre sont programmés dans les villes afin de développer la pratique sportive (skatepark, street workout, terrain multisport...) sans qu'on en connaisse réellement les usages. Si certains remplissent bien leur fonction, d'autres demeurent peu utilisés, ou seulement par une catégorie de la population. Comment optimiser ces installations pour un véritable développement de la pratique sportive et une programmation raisonnée de ces investissements ?

UN PROJET CONÇU AVEC LES FUTURS USAGERS

En 2016, de jeunes Théobaldiens se mobilisent pour demander la création d'une aire de street workout (SWO). Sur les conseils du service des sports, ils constituent une association (Hard street workout) avec un double objectif : être force de proposition auprès des élus et prendre la responsabilité d'animer

la structure une fois sortie de terre. Pour la direction des sports et les élus locaux, c'est aussi la possibilité d'associer plus facilement les futurs usagers dès le début du projet, afin de choisir l'emplacement du site et d'élaborer le plan de l'équipement.

Saint-Thibault-des-Vignes

Communauté d'agglomération de Marne et Gondoire
(20 communes, 108 000 habitants, Seine-et-Marne)

6 400 HABITANTS

20 ASSOCIATIONS SPORTIVES

1 860 ADHÉRENTS

12 ÉQUIPEMENTS SPORTIFS

© L'INSTITUT PARIS RÉGION, IRDS 2022

Sources : Ville de Saint-Thibault-des-Vignes ;
Insee, recensement de la population de 2019



IRDS

INSTITUT RÉGIONAL DE
DÉVELOPPEMENT DU SPORT



RÉGION ACADÉMIQUE
ÎLE-DE-FRANCE

Liberté
Égalité
Fraternité



LE LIEU D'IMPLANTATION, UN CHOIX CRUCIAL

Le président de l'association, qui pratique cette activité sur de nombreuses aires, a convaincu la direction des sports de retenir le site actuel, appelé l'Esplanade : « J'ai tendance à essayer des équipements dès que je voyage en France ou à l'étranger. Pour moi, les conditions importantes d'un bon spot, c'est d'abord sa visibilité, sa qualité programmatique et enfin son cadre ». L'Esplanade est effectivement un lieu de passage, dans un environnement à la fois de nature et urbain, qui favorise la fréquentation et renforce le sentiment de sécurité. Le site se situe en bordure d'un rond-point, proche d'une zone d'activité industrielle et commerciale. Un collège est également à proximité. Il est accessible à pied, à vélo grâce à des pistes cyclables ou par la route.

UN CADRE DE QUALITÉ, À LA FOIS NATUREL ET URBAIN



L'emplacement présente d'autres avantages : il n'est pas en proximité immédiate d'habitations (pas de problème de nuisances) et il s'inscrit dans un large espace de respiration. Pour Maxime qui fréquente le site depuis trois ans, c'est un énorme atout : « Ici, c'est spacieux, il y a des arbres, on se sent bien ». En outre, les dimensions du terrain communal ont permis d'agrandir le spot après deux ans de fonctionnement, preuve de son succès.

Par ailleurs, deux terrains de basket désertés et vieillissants étaient déjà présents sur le site. L'implantation d'une aire de SWO en étoffant l'offre de services a redynamisé sa fréquentation en mixant les usages et les publics. En conséquence, les équipements de basket ont été rénovés et proposent maintenant six terrains de 3X3 et un éclairage amélioré.

L'UN DES MEILLEURS « SPOTS » DE SEINE-ET-MARNE ?

Pour Thomas et Sophiane, usagers du street workout depuis un an : « Ce spot est connu dans le monde du street. Il y en a un plus près de chez nous, mais on préfère venir ici, même s'il faut prendre la voiture. L'autre est situé dans un parc, du coup des enfants jouent dessus, le traversent, c'est une ambiance moins sportive, et puis il est plus petit ». Les points forts de ce SWO ? Le nombre et la diversité de ses agrès. Six types d'appareils différents, de hauteurs variables. Le sol, en synthétique, glisse moins que le bitume lorsqu'il est humide et il est « mou », ce qui permet de faire des exercices au sol. La surface importante de l'aire de SWO laisse de l'espace entre les agrès : « On n'est pas les uns sur les autres ». Un lampadaire du terrain de basket permet de le fréquenter en soirée.

Autre aspect important pour Clément, pratiquant assidu du lieu (il vient 5 fois par semaine, tôt le matin ou le soir) : « Le SWO est très bien entretenu, ce qui n'est pas toujours le cas ailleurs ».

On trouve également à côté du SWO des poids (socles de chantier) et des pneus : « On peut s'entraîner autrement et compléter le travail des agrès quand le terrain de basket n'est pas utilisé », précise Issa. Et puis ajoute Julie : « L'espace est connecté à des cheminements verts piétons, on peut partir courir un peu pour s'échauffer ».

DES POINTS D'AMÉLIORATION

L'installation n'est pas couverte rendant difficile la pratique sous la pluie ou l'été en plein soleil. Mais ce n'est pas réellement une priorité pour les usagers : « Couvrir ? Une partie peut-être lorsqu'il pleut, mais ici on aime s'entraîner torse nu, bronzer fait partie du truc et



puis ça doit rester une activité de plein air », souligne Paul. Le site ne dispose pas non plus de sanitaires, néanmoins un point d'eau a été ajouté : « La fontaine, c'était indispensable, sinon c'est vraiment compliqué surtout qu'il n'y a pas d'ombre ! », constate Alexandre.

Ce qui manque aujourd'hui ? Un conteneur afin de ranger et stocker le matériel (tapis de gym, élastiques...) pour le club. Ce conteneur servirait aussi de support pour des modules permettant de travailler le bas du corps.

Un regret ? Pour le président du club : « C'est très positif d'avoir été associé tout au long du projet, mais pour la programmation des agrès, on a donné notre avis seulement sur plan, pas de tests grandeur nature des équipements (showroom) et, aujourd'hui, on se dit que des ajustements seraient nécessaires, par exemple la distance entre les barres parallèles est un peu trop importante pour les petits gabarits et notamment pour les femmes, mais pas seulement ».

Un point noir ? Les pratiquants sont nombreux à venir en voiture alors qu'il n'y a pas véritablement de parking, et les gares du RER ou du Transilien sont trop loin.

DES CRÉNEAUX POUR UNE PRATIQUE ENCADRÉE

Afin d'encourager la pratique sportive par toutes et tous et pas seulement par les initiés, la ville réserve des créneaux à l'association Hard street workout. Mais cela n'empêche pas les autres pratiquants de venir s'entraîner en même temps : « C'est bien qu'il y ait du monde qui s'entraîne, ça motive », explique Mathieu ancien pratiquant autonome qui préfère dorénavant s'entraîner avec le club depuis qu'il l'a découvert en venant sur le site. Marion, encadrante diplômée¹ ayant le statut de micro-entrepreneur, anime les séances. Elle pratiquait déjà sur ce site qu'elle trouvait de qualité et sécurisant. Le président de l'association, qui la voyait

s'entraîner, lui a proposé le poste : « Recruter une femme, c'était un atout pour attirer un public féminin » explique-t-il. Karine, 54 ans, vient régulièrement aux séances : « Je ne pensais pas que cette discipline était pour moi, ça me paraissait trop difficile et très masculin ! Je cours régulièrement. J'avais besoin de me muscler le haut. La prof est bien, elle adapte les exercices en fonction des capacités de chacun, nous corrige. Je ne viens jamais en dehors des cours ».

Le club compte une trentaine d'adhérents. Les cours combinent des ateliers individuels et en groupe, adaptés à tous les publics et s'adressent à tous les âges (18-65 ans), aux hommes comme aux femmes. Près d'un tiers des adhérents (30 %) sont des Théobaldiens, les autres viennent de plus loin, attirés par la qualité de l'équipement, le lieu et l'encadrement.

Des coachs privés organisent également des séances de crossfit sur le site. Ils ont passé un accord avec la mairie pour proposer des cours, mais leur demande de privatisation de l'espace au moment des séances a été refusée, car l'Esplanade est un espace public qui doit rester accessible à tous.

QUAND LES PRATIQUANTS S'EMPARENT DU LIEU

L'équipement est fréquenté à différents moments de la journée par un public de proximité : les habitants du secteur en soirée ou tôt le matin et aussi le week-end, les salariés des entreprises de la zone d'activité avoisinante sur la pause déjeuner, les collégiens entre deux cours surtout pour le basket...

Certains viennent de plus loin, en voiture, plusieurs soirs par semaine et le week-end aussi. C'est le cas de Benoît : « Il existe d'autres SWO pas très loin en Seine-Saint-Denis ou sur la ville nouvelle, mais celui-ci est top, du coup il y a du monde et on peut s'échanger des conseils, on finit par se connaître, on se salue ! Et on peut s'entraîner nombreux sans avoir à attendre trop longtemps que l'agrès se libère ».

D'autres profitent de l'offre combinée : les basketteurs viennent s'échauffer sur l'aire de SWO avant leur match, des coureurs s'y arrêtent pour enchaîner des exercices de musculation puis repartent...

Dernièrement, un nouveau public est arrivé, celui des centres privés de fitness obligés de fermer pendant la crise sanitaire. Comparativement à la salle, les adhérents y apprécient la convivialité entre les pratiquants, le fait de pouvoir venir avec qui on veut, l'espace disponible, un cadre plus agréable et la gratuité, mais ce dernier argument n'est pas le plus important. Comme

1. BPJEPS activités de la forme option musculation et haltérophilie.

d'autres, Jonas a conservé son abonnement : « La salle, j'y vais quand je n'ai pas le choix, si le temps est vraiment trop mauvais. Ici, je peux faire la même chose, l'ambiance est top et je peux venir avec mes amis ».

DES PRATIQUES SPORTIVES NON PROGRAMMÉES QUI S'INVITENT

Dans toute programmation sportive, la difficulté réside dans la capacité à recenser et imaginer la diversité des besoins de la population. Prendre le temps en amont du projet de la consultation des habitants ne suffit pas toujours. Une démarche de préfiguration co-construite avec la population (habitants, travailleurs, étudiants...) permet le plus souvent de vérifier que les aménagements imaginés étaient les mieux adaptés aux besoins exprimés : il faut si possible tester les idées dans l'espace, observer, écouter, puis ajuster. De cette manière, on découvrira peut-être des usages inattendus et l'on pourra à nouveau faire évoluer l'offre, si le lieu le permet ou encore la proposer pour un autre site. Ainsi, Anil 32 ans ne vient ni pour le SWO, ni pour le basket mais pour l'ambiance et la qualité du sol, car

son activité à lui, c'est la « single rope ». Avec sa corde à sauter il fait du freestyle, des figures acrobatiques, des lâchés de corde... : « Je suis tout seul ici sur cette pratique, sinon je vais à la BNF², car le sol en bois c'est bien aussi. Ce qu'il me faut, c'est un sol souple. Ce lieu est bien, car je peux aussi de temps en temps faire du renforcement musculaire. L'idéal serait, en parallèle du SWO, une piste avec le même sol, car mon style demande des déplacements, une piste de bois serait parfaite aussi ! Je pourrais amener d'autres amis pratiquants sur ce lieu ».

TROIS PISTES POUR DÉVELOPPER LE SITE

L'objectif de la commune est de créer à terme un pôle sport et loisirs. La stratégie de développement du site repose sur trois axes : enrichir l'offre en équipements, améliorer l'accessibilité et renforcer l'animation. En matière d'équipements, l'Esplanade comprendrait en accès libre une diversité d'installations susceptibles d'accueillir tous les publics (enfants, personnes

—
2. Bibliothèque nationale de France, Paris XIII.



C. Peuvergne/L. Institut Paris Region

âgées, femmes, familles...): skatepark, terrains de pétanque, aire de fitness, terrain multisport, aire de jeux pour enfants, parcours d'orientation dans le prolongement du site. Il est question également de concevoir des activités sportives qui s'égrènent autour d'une trame qui permette de relier le site au stade municipal de football, à l'étang de la Loy et au parc culturel de Rentilly. Pour cela, il sera nécessaire de négocier avec EpaMarne (établissements publics d'aménagement de Marne-la-Vallée), car une partie des terrains leur appartient. Un parking attenant aux équipements est aussi à l'étude.

En matière d'animation, un éducateur territorial des activités physiques et sportives (ETAPS) a été recruté. Il disposera de créneaux spécifiques sur le site et aura pour mission de guider les débutants, de faire connaître le site, de créer du lien entre les utilisateurs et d'organiser des événements (championnat de SWO par exemple).

DES POINTS DE VIGILANCE

Avec ce projet, la commune poursuit sa démarche de développement du sport pour tous. Elle répond à la demande des habitants pour des activités extérieures en accès libre, qui s'est accentuée avec la pandémie

Combien ça coûte ?

60 000 €



C'est le prix cumulé du **street workout initial** (35 000 €) et de son **agrandissement** avec des modules complémentaires et une fontaine (25 000 €)

© L'INSTITUT PARIS REGION, IRDS 2022
Source : Ville de Saint-Thibault-des-Vignes



de Covid-19. Le défi sera de poursuivre la concertation pour trouver le juste équilibre et la bonne combinaison entre les pratiques proposées et les différents publics afin que le SWO et le site dans son ensemble demeurent attractifs mais aussi de garder le principe d'une programmation ouverte, qui permette de faire évoluer encore le projet. L'autre challenge de taille sera de conserver durablement et même d'améliorer l'environnement naturel de l'Esplanade : ne pas l'artificialiser outre mesure, lutter contre la pollution lumineuse par un éclairage sobre, en faire un îlot de fraîcheur pour les habitants, y favoriser la biodiversité...

Contact



Frédéric Pignard

Responsable du service des sports
Ville de Saint-Thibault-des-Vignes
(sports@ville-st_thibault.fr)

Pictogrammes © 123rf / Jeremy



IRDS

INSTITUT RÉGIONAL DE
DÉVELOPPEMENT DU SPORT

DIRECTEUR DE LA PUBLICATION

Nicolas Bauquet

DIRECTION DE L'INSTITUT RÉGIONAL DE DÉVELOPPEMENT DU SPORT

Claire Peuvergne

DIRECTION DE LA COMMUNICATION

Sophie Roquelle

RÉDACTION

Claire Peuvergne, Benoît Chardon

CARTOGRAPHIE

Nicolas Corne-Viney

MAQUETTE

Olivier Cransac

RELECTURE

Christine Morisceau

RELATIONS PRESSE

Sandrine Kocki,
sandrine.kocki@institutparisregion.fr

L'Institut Paris Region

15, rue Falguière
75740 Paris Cedex 15
01 77 49 77 49

ISSN: 2558-2380



www.irds-idf.fr