

# Concevoir des aménagements sportifs dans un environnement naturel

Jeudi 20 juin





# Concevoir des aménagement sportifs dans un environnement naturel

**Comment permettre l'accès à tous à des espaces sportifs attractifs et sécurisés ? Comment concevoir des projets ciblant des co-bénéfices pour la biodiversité et la santé ?**

*Intervenante : Hélène LUCIEN, Chargée d'études en environnement et urbanisme, ADDRn*

Conférence faisant partie d'un cycle plus global de conférences sur l'urbanisme et/ou les aménagements favorables à la santé, **à destination et des élus et agents des communes du territoire et de REDON Agglomération**, inscrit comme action du Contrat Local de Santé 2 du Pays de Redon.



4

## > problématique

Il est acquis que le sport, ou plus largement l'activité physique, est bénéfique tant pour la santé physique, mentale que sociale de l'ensemble des individus. L'activité physique permet d'agir sur la trop grande sédentarité liée à nos rythmes de vie qui est une des causes de nombreux troubles de santé. Elle réduit également la prévalence des maladies chroniques. Ainsi, les maladies cardio vasculaires, les insuffisances respiratoires, le diabète associé au surpoids sont largement surreprésentés parmi les admissions en services d'urgences en 2020 et 2021 en pleine épidémie de COVID-19 (source : Santé Publique France<sup>1</sup>). La sédentarité est d'autant plus exacerbée dans une société « des écrans » et où le développement des services à distances (commandes en ligne) se multiplie. Le risque est alors de creuser encore davantage les inégalités d'accès à des modes de vie sains et actifs (source : Santé Publique France<sup>2</sup>).

S'il est prouvé que faire du sport est bénéfique pour la santé physique et psychique, le contact de l'homme avec la nature est également essentiel pour garantir son bien-être : réduction du stress et de l'anxiété, de la dépression, limitation de l'exposition à la pollution de l'air, restauration de l'attention, etc. Les aménagements sportifs dans un environnement naturel tels que les parcours de santé ou sportifs permettent alors à tous d'accéder à une **pratique libre et gratuite**.

Néanmoins, il ne suffit pas de dire que le sport et le contact avec des espaces de nature sont bénéfiques pour la santé, ni d'aménager des équipements sportifs libre d'accès pour que les individus pratiquent spontanément une activité physique régulière !

**Comment inciter les personnes les plus sédentaires à faire du sport ? Comment garantir un accès à tous à des aménagements sportifs attractifs et sécurisés ? Comment concevoir des projets ciblant des co-bénéfices pour la biodiversité et la santé ?**



2 Dossier « Activité sportive et physique : la clé d'une bonne santé », 20 juin 2021

## > de quels aménagements sportifs parle t-on ?

Avant toute chose, un **équipement sportif** se définit par « *tout bien immobilier appartenant à une personne publique ou privée, spécialement aménagé ou utilisé, de manière permanente ou temporaire, en vue d'une pratique sportive et ouvert aux pratiquants à titre gratuit ou onéreux* » (Article R312-2 du code du sport).

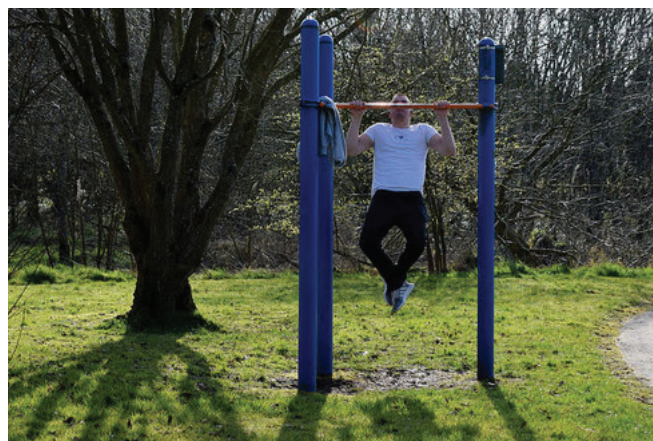
Les équipements/aménagements sportifs traités ici sont **les sports de nature et de pratique libre**. D'après le Pôle Ressource National Sports de Nature, ces derniers sont pratiqués sur trois types de sites :

- Les **sites naturels** : espaces ou sites relatifs aux sports de nature en milieu naturel (forêt, rivière, mer, montagne...), non aménagés mais qui par leurs atouts naturels ou leur configuration font l'objet de façon avérée de la pratique d'une activité physique et/ou sportive, par appropriation.
- Les **sites naturels aménagés** : espaces ou sites relatifs aux sports de nature spécifiquement aménagés en milieu naturel (forêt, rivière, mer, montagne...), pour permettre et/ou faciliter la pratique d'une activité physique et/ou sportive.
- Les **sites artificiels** : équipements artificiels relatifs aux sports de nature qui ne sont généralement pas situés en milieu naturel et dont la conception est, principalement, due aux techniques développées par l'homme.

**Nous nous intéressons ici en particulier aux sites naturels aménagés.** Les **parcours de santé** (aussi appelé « **parcours sportif** ») en sont de bons exemples. Ce sont des itinéraires jalonnés de séries d'activités, souvent situé dans un cadre naturel ou un parc urbain.

Dans le domaine des sports de nature, ils sont reconnus juridiquement au même titre que les équipements sportifs traditionnels.

D'autres équipements sportifs peuvent à l'inverse être ponctuels et localisés tels que les pumptracks qui connaissent actuellement une grande popularité ou encore des agrès non associés à un parcours tel que le street work out.





6

## > qu'est-ce qui se cache derrière « environnement naturel » ?

On entend ici par « environnement naturel » tout espace terrestre de pleine terre végétalisé ou boisé. Sont ainsi exclus les milieux en eau où sont pratiqués des sports nautiques d'eau douce et d'eau vive déjà bien développés et encadrés sur le territoire de Redon agglomération (avion, nage en eau libre, canoë, kayak, paddle, etc.). Ces espaces dits naturels ou semi-naturels peuvent être ou non patrimoniaux, protégés, et/ou réglementés.

### Quels sont les espaces naturels patrimoniaux recensés sur le territoire ?

La majorité des espaces naturels patrimoniaux connus sur le territoire de Redon agglomération a fait l'objet d'inventaires nationaux (ZNIEFF), de périmètres réglementés (Natura 2000) ou de protections (arrêté de protection de Biotope, sites inscrits et classés). Les Espaces Naturels Sensibles des Départements sont également à

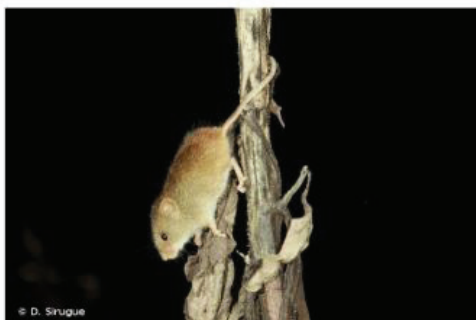
prendre en considération. Ils visent à préserver la qualité des sites, des paysages, des milieux et habitats naturels et les champs naturels d'expansion des crues.

Le territoire de Redon agglomération est recouvert par des aires protégées (zonages environnementaux de protection et d'inventaires) :

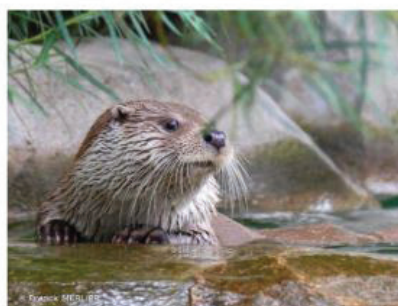
- **Site Natura 2000 : ZSC (Zone Spécifique de Conservation) « Marais de Vilaine »** associé à la rivière de la Vilaine comprenant un ensemble de prairies mésohygrophiles à hygrophiles, de marais, étangs et coteaux à landes sèches à mésophiles.
- **Sites classés et inscrits** tels que l'île aux Pies à Saint-Vincent-sur-Oust et Bains-sur-Oust, les landes de Cojoux à Saint-Just, le site des Corbinières à Langon.
- Plusieurs **ZNIEFF (Zones Naturelles d'Intérêt Ecologique, Faunistique et Floristique)** qui couvrent une grande majorité de milieux humides comme les tourbières, des boisements et quelques landes. Contrairement au site Natura 2000 (espaces naturels réglementés) et la RNR (espaces naturels protégés), le dispositif des ZNIEFF est un inventaire national mis à la disposition des porteurs afin d'avoir connaissance du patrimoine naturel.



Parcours sportif Bois de la Ruche - Redon



Rat des moissons (*Micromys minutus*) source : INPN

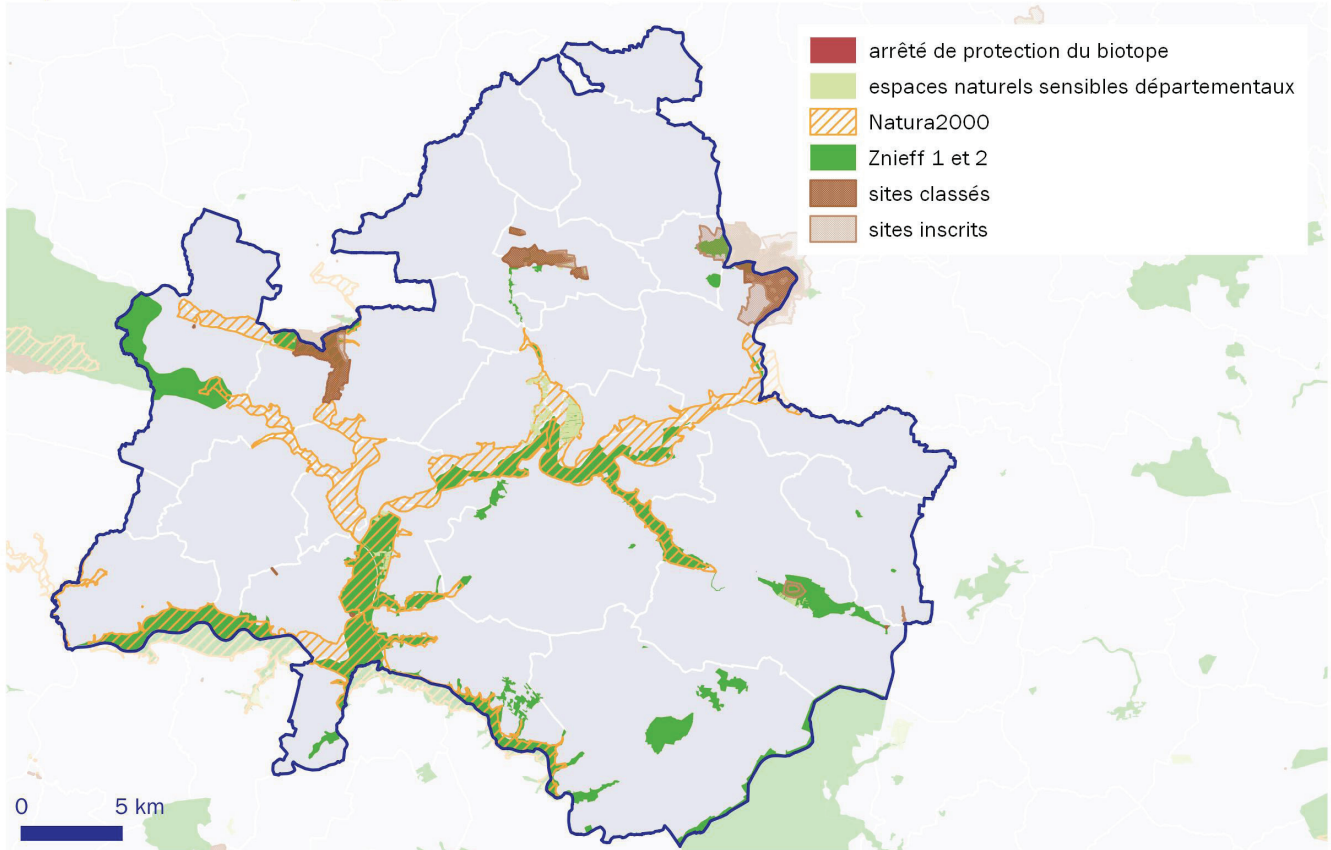


Loutre d'Europe (*Lutra lutra*) source : INPN



Grand Murin (*Myotis myotis*) source : INPN

## espaces naturels protégés



### « Biodiversité ordinaire » et « biodiversité remarquable » ?

Un espace naturel, quel qu'il soit, renferme une faune et une flore particulières qui contribuent à la biodiversité d'un territoire. La « **biodiversité remarquable** » est constituée des plantes et animaux peu répandus, en danger ou encore endémiques (que l'on ne trouve qu'à un endroit précis), souvent à l'origine de réserves, de parcs naturels, de zones Natura2000 ou autres zones de protections. L'intérêt majeur de préserver ces espaces dépasse bien souvent les frontières administratives.

Le milieu urbain possède des caractéristiques très particulières, et accueille également une biodiversité qui est tout aussi importante ; elle est souvent qualifiée de « **biodiversité ordinaire** ». L'enjeu de sa préservation est aussi fort que la biodiversité dite remarquable puisque les espaces de nature ordinaire jouent un rôle essentiel dans la connectivité entre habitats de plus grande taille. Des bois aux parcs d'activités de loisirs, des cimetières aux jardins familiaux, des cours d'eau aux terrains vacants, les milieux abritant la biodiversité ordinaire sont très divers. Leur mise en connectivité est un enjeu majeur (source : LPO). On parle dans ce cas du développement de la **nature en ville**.

**Définition : La biodiversité désigne l'ensemble des êtres vivants ainsi que les écosystèmes dans lesquels ils vivent. Ce terme comprend également les interactions des espèces entre elles et avec leurs milieux.**

La notion même de biodiversité comprend trois niveaux interdépendants, c'est :

> **la diversité des milieux de vie** à toutes les échelles - des écosystèmes des océans, prairies, forêts... jusqu'au contenu des cellules (pensons aux parasites qui peuvent y vivre) en passant par la mare au fond de son jardin ou les espaces végétalisés en ville.

> **la diversité des espèces** qui vivent dans ces milieux, qui sont en relation les unes avec les autres (prédation, coopération...) et avec leurs milieux de vie.

> **la diversité des individus** au sein de chaque espèce : autrement dit, nous sommes tous différents ! Les scientifiques parlent de diversité génétique pour ce troisième niveau.

**La biodiversité des sols** : les sols constituent l'un des écosystèmes les plus complexes de la nature : ils abritent des milliers d'organismes différents qui interagissent et contribuent aux cycles globaux qui rendent possible la vie. Cette biodiversité reste peu connue du fait qu'elle est en grande partie invisible à l'œil nu. Or, il y a plus d'organismes vivants dans une poignée de terre que d'humains sur Terre

Sources : Biodiversité.gouv.fr ; ofb.gouv.fr



Les espaces naturels dans ou proche des zones urbanisées rendent également des **services à la population (= services écosystémiques)** qui contribuent au bien-être et à la qualité de vie des habitants : ilots de fraîcheurs, lutte contre les inondations, terres nourricières, supports de loisirs, etc.

**Ainsi, qu'elle soit remarquable ou ordinaire, les aménagements sportifs en milieu naturel peuvent impacter ou perturber de manière notable la biodiversité.**

### Quels risques pour la biodiversité ?

Un aménagement localisé ou non dans un périmètre de protection environnementale ou réglementé (de type Natura 2000, sites inscrits et classés) peut impacter des espèces rares et/ou protégées. Sans parler d'artificialisation des sols, des aménagements même ponctuels peuvent déranger le cycle biologique de certaines espèces. Celles-ci peuvent être dérangées par exemple lors de leur phase de reproduction ou encore être bloquées lors de leurs déplacements (avec risque d'abandon des petits).

**La préservation de l'environnement est ainsi un enjeu fort, dans la pratique et le développement des sports de nature. En effet, l'utilisation du milieu naturel suppose de veiller à ne pas le détériorer par l'activité exercée.**

**Comment concevoir des aménagements sportifs respectueux de l'environnement naturel qui les accueille et de la biodiversité associée ?**



Source : La biodiversité késako ? - Ufolep  
Création graphique : ATEMIA

# Comment concevoir des aménagements sportifs réussis et respectueux de l'environnement ?

9

## Retour de l'Office Territorial de Santé du Pays de Redon (Estelle Provost)

La promotion de l'activité sportive est largement relayée sur le territoire du Pays de Redon par l'OTS et la Maison sport-santé de Redon qui travaillent en étroite collaboration avec les professionnels de santé adhérents notamment à la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé (CPTS) et avec les associations sportives locales.

Malgré le succès avéré des actions incitant à la pratique sportive et la présence d'éducateurs et de structures adaptées, certaines personnes peinent à passer le pas du fait de la difficulté ou du manque d'accessibilité aux lieux de pratique. Un projet de mise en place de navettes devrait pallier ce problème. A noter que l'agglomération travaille également à améliorer la situation au travers de la réalisation d'un schéma des mobilités.

Des retours ont également été faits par des femmes sur des agrès non adaptés : trop exposés à la vue des habitants et manque de compréhension de leur utilisation (crainte de se faire mal). Une attente d'aménagements pour de la pratique libre est mentionnée également par des hommes de 50 ans et plus qui souhaitent reprendre une activité physique sans adhérer à une association sportive.

Il n'existe pas de parcours sportifs/de santé adaptés aux personnes avec de lourds handicaps physiques (en fauteuil roulant).

## des aménagements adaptés à toutes à tous, sécurisés et attractifs

### Pour des aménagements inclusifs :

- Offrir des équipements (agrès) variés et utilisables par différentes typologies de personnes (toutes générations confondues et selon la capacité à se mouvoir) : tout le monde doit y trouver son compte !
- Choisir des agrès dont le ou les utilisation(s) est/sont instinctive(s) (éviter les panneaux trop compliqués à comprendre)
- Être accessibles par tous et facilement (via transports en commun, cheminements doux, routes à faibles vitesses)
- Être visibles/exposés (des aménagements cachés seront moins utilisés par les femmes qui ne se sentiront pas en sécurité)
- Ne pas être exposés à la vue directe des habitants d'un quartier<sup>2</sup> (les femmes en particulier)
- Avoir une signalétique adaptée qui permette de trouver facilement les aménagements
- Avoir accès facilement aux temps de parcours, à la difficulté et aux âges recommandés (je peux me lancer dans ce parcours avec mon enfant de 4 ans ou avec ma mère âgée de 80 ans... ?)

<sup>2</sup> L'action de promotion du sport-santé par l'OTS dans le quartier de Bellevue à Redon révèle que les femmes ne se sentent pas à l'aise d'utiliser les agrès trop exposés à la vue des habitants du quartier (absence d'arbres)

### **Pour des aménagements sécurisés :**

- Prendre connaissance des normes et les respecter
- Choisir des aménagements/équipements dont l'entretien pourra être assuré
- Choisir des lieux déjà fréquentés ou ouvert à un maximum de pratiquants afin d'éviter de se retrouver seule et de provoquer ainsi un sentiment d'insécurité (surtout chez les femmes)
- Identifier en amont les potentiels conflits d'usages et d'usagers

### **Pour des aménagements réalisables, pérennes et à moindre coût :**

- Rechercher en amont du projet des partenaires qui pourront vous accompagner et vous aider à faire des choix
- Évaluer les coûts d'investissement et anticiper les coûts d'entretien (renouvellement des agrès)
- Anticiper les modalités d'entretien et vérifier la disponibilité des agents (Ai-je le personnel qualifié pour le faire ? A quelle fréquence ? A quel coût ?)
- Réaliser les aménagements sur des parcours déjà existants
- Évaluer les travaux réalisables en interne (agglomération, communes)
- Rechercher les éventuelles subventions



Pic Bois



## > des aménagements favorables au bien-être des habitants

### **Pour la préservation de la biodiversité :**

- Favoriser des parcours/aménagements existants (sur des sentiers/cheminements ou des espaces de loisirs ou sportifs déjà existants)
- Limiter l'imperméabilisation des sols (ou choisir des sites déjà artificialisés)
- Réaliser un diagnostic écologique (inventaire des espèces faunistiques et floristiques, habitats naturels) afin d'évaluer les enjeux de préservation et/ou des restaurations
- S'adresser aux partenaires et acteurs locaux qui pourront vous accompagner dans vos choix afin de limiter les impacts sur les habitats, la faune et la flore (ONF, OFB, CDESI du 44, le Département, EPTB Vilaine, adrn, associations environnementales,...)
- Adapter la palette végétale au contexte environnemental : espèces locales, pas d'espèces exotiques envahissantes,...
- S'appuyer/s'inspirer sur/des documents cadres existants (ex. charte des usages des espaces naturels de la Ville de Redon, la charte du territoire Marais de Vilaine de l'EPTB Vilaine)

### **Pour favoriser la santé physique et mentale des pratiquants :**

- Avoir une politique globale d'aménagement du territoire favorable à la pratique d'activité physique ou sportive (Urbanisme Favorable à la Santé)
- Éloigner, dans la mesure du possible, les aménagements des sources de pollution (air et bruit)
- Choisir des plantes non allergisantes, non toxiques
- Varier les ambiances, les couleurs
- Alternier si possible les espaces ouverts et fermés



12

## Existe-t-il des aides financières associées ?

Sans parler de subventions spécifiques, et comme évoqué précédemment, les solutions permettant de limiter les coûts d'aménagement sont de :

- Anticiper les effets du projet sur l'environnement afin d'éviter les surprises et les surcoûts d'études ou de travaux (compensatoires notamment)
- Concevoir son projet en concertation avec les acteurs locaux qui constituent une aide précieuse tant dans les choix d'aménagement éclairés que dans l'accompagnement même de la phase de conception
- Intégrer la conception et l'investissement des aménagements sportifs dans des opérations globales d'aménagement (ZAC, lotissement,...)
- Intégrer la question du sport-santé dans toutes les politiques de la ville (mobilité, habitat, espaces verts,...) ce qui constitue le fondement de l'urbanisme favorable à la santé.

Les **Agences Régionales de Santé (ARS)** dans le cadre de la mise en œuvre de leur Plan Régional de Santé Environnementale réservent des aides financières pour la mise en œuvre d'actions en faveur de la santé (ex. : aménagements pour un urbanisme favorable à la santé)

d'autant plus lorsque ces actions sont également portées par le Contrat Local de Santé Intercommunal (CLSi).

Les aides financières liées au **Fonds Vert** peuvent être sollicitées dans une certaine mesure. Si le projet d'aménagement sportif fait partie d'un projet plus global de renaturation de sols urbains artificialisés (imperméables), le volet « **Renaturation des villes et des villages** » peut être sollicité afin de financer des travaux de désimperméabilisation et de restauration de milieux naturels.

**Pour plus d'infos :** <https://aides-territoires.beta.gouv.fr/aides/def1-financer-des-solutions-dadaptation-au-changement/>

Grâce à l'AAP « Sentiers de Nature », le **Cerema** accompagne les porteurs de projets pour le financement :

- du développement ou de l'aménagement de sentiers de marche et de randonnée,
- de la restauration écologique et paysagère des abords des sentiers.

**Pour plus d'infos :** <https://www.cerema.fr/fr/destination-france/sentiers-nature>

## Sur quels partenaires locaux puis-je m'appuyer ?



Le service **Animation territoriale de santé de Redon agglomération en charge notamment** du Contrat local de santé du Pays de Redon peut vous

aider dans la mise en œuvre d'actions de planification et d'aménagement favorable à la santé et au bien-être des habitants.

**Contact :** Marion Gaudel

Responsable du service Animation territoriale de santé,  
Coordinatrice du Contrat local de santé du Pays de Redon  
02 99 72 51 03 / 06 64 59 81 70

Email : [m.gaudel@redon-agglomeration.bzh](mailto:m.gaudel@redon-agglomeration.bzh)

La **Maison sport-santé de Redon** est ouverte à l'ensemble des individus désirant débiter, reprendre une activité physique et sportive dans le but d'améliorer leur santé ou leur bien-être.



La structure informe et oriente vers les professionnels compétents si nécessaire. Une attention particulière est portée par l'équipe de la Maison sport-santé aux **personnes potentiellement fragiles et isolées.**

Les patients sont, dans un premier temps, reçus par un **enseignant en activité physique adaptée** qui, pour débiter, réalise un bilan santé en activité physique composé de plusieurs tests (endurance, force, équilibre...).

Le professionnel peut ensuite orienter le patient vers une association proposant des créneaux sport-santé correspondant aux capacités et aux aspirations de la personne.

**La Maison du sport-santé de Redon travaille en étroite collaboration avec l'Office Territorial des sports de Redon.**

**Contact :**

06 58 39 14 67

Email : maisonsportsante@mairie-redon.fr



L'Office Territorial des sports de Redon a pour but, la promotion et le développement des pratiques physiques, sportives et d'éducation populaire sur le territoire.

**Objectifs principaux :**

- **Soutenir les associations et clubs dans leur développement et leurs projets** : accompagnement des clubs adhérents à la structuration, la réflexion, la formation et/ou le développement général des activités.
- **Accessibilité** : Permettre l'accessibilité de la pratique sportive et d'activité physique pour tous.
- **Promouvoir et développer la pratique sous toutes ces formes** (éducative, compétitive, santé, bien-être, loisirs, santé...)

Public : Tous (enfants, adolescents, adultes, personnes âgées, personnes en situation de handicap, quartier prioritaire, etc ...)

**Contact :** Estelle Provost

sport-education@ots-paysderedon.bzh

06 58 15 08 53

**La Communauté Professionnelle Territoriale de Santé (CPTS)**

est un nouveau cadre d'exercice coordonné proposé pour permettre

aux professionnels de santé de s'organiser ensemble et ainsi devenir une force de proposition, de renouveau et de cohésion du système de santé. Une de leurs actions est le développer d'actions territoriales de prévention comme par exemple la **promotion du sport-santé**. Elle a dans ce cadre pour objectifs de :

- établir la méthode d'orientation des patients vers la maison sport-santé
- promouvoir le sport santé et l'activité physique adaptée
- harmoniser le discours des acteurs



**La CPTS est un relai essentiel entre les professionnels de santé et l'OTS et la Maisons sport-santé.**

L'association « **A vo soins** » est également un bon relai des populations les plus fragilisées n'ayant pas ou peu accès aux parcours de soins afin de connaître leurs besoins et de les informer des actions sur le sport-santé.

Concernant, la réalisation spécifique d'aménagements dans des espaces naturels, les collectivités peuvent s'appuyer sur les acteurs suivants : **Office National des Forêts, Réserves Naturelles de France, l'Office français de la biodiversité ou encore l'EPTB Eaux et Vilaine** en charge de l'animation du site Natura 2000 « Marais de Vilaine ».

**Contact :**

EPTB Eaux et Vilaine

Anne Le Normand

anne.lenormand@eaux-et-vilaine.bzh

02 99 90 88 44

Les **associations sportives locales** sont également des structures sur lesquelles les collectivités peuvent s'appuyer pour connaître l'aspiration des pratiquants, mais également évaluer les manquements, adaptations à faire en fonction de l'âge et des aptitudes de chacun. Parmi les nombreuses associations existantes nous pouvons citer l'association de Marche-Nordique de Pays de Redon qui arpente les sentiers du territoire de long en large.



Nom du projet :

Parcours sportifs nat'Mouv

14



<b>Type d'aménagement et contexte</b>	Parcours sportifs avec difficultés croissantes sur lesquelles se trouvent des spots d'exercices stationnaires conçus à partir de situations naturelles (rochers, arbres, etc.).
<b>Date de réalisation et localisation</b>	En 2018, un premier parcours a été inauguré sur la commune Haut-Rhinoise de Uffholtz. En 2019, la station du Gaschney et le Plateau du 1000 étangs.
<b>Porteur du projet</b>	Association Nat'Connect avec laquelle le Parc naturel régional des Ballons des Vosges a engagé un partenariat en 2017, ainsi qu'en lien avec l'ensemble des acteurs locaux (élu, Associations locales (Club vosgien, clubs sportifs ...), élus communaux, région Grand Est, région Bourgogne Franche-Comté)
<b>Présence de milieux naturels</b>	Un des objectifs du projet est de ne pas impacter le milieu naturel de pratique. Cela signifie s'appuyer sur le milieu existant (relief, végétation, sentier ...), qui n'implique pas de travaux sur sites et qui soit en cohérence avec les enjeux environnementaux (zone de quiétude, site réglementé ...). Le projet a également pour but de contribuer à la découverte des patrimoines (naturels et humains) du Parc.
<b>Localisation idéale et usage souhaité</b>	Dans un espace naturel présentant des éléments naturels sur lesquels s'appuyer pour réaliser les parcours sportifs (arbres, rochers, etc.)
<b>Dimension, surface, emprise foncière</b>	Parcours composés de 3 boucles. Au total, ce sont 24 parcours par site qui sont proposés.
<b>Matériaux types (sol, mobilier...) et options envisageables (couverture, éclairages...)</b>	Absence de mobiliers
<b>Possibilité de modularité ou pluridisciplinaire</b>	La découverte de cette activité se fait via une application (gratuite) qui permet à l'utilisateur de moduler la distance et l'intensité des exercices proposés, mais a également pour fonctionnalités de fournir des descriptions sur les mouvements à effectuer ainsi des informations sur les éléments et espaces naturels.
<b>Adaptation et inclusion</b>	Activités adaptées à un large panel de pratiquants (familial, sport-santé, sportif).
<b>Coûts moyens – fourchettes</b>	
<b>Contact</b>	Baptiste Cellier , Chargé de mission « Organisation des fréquentations dans les milieux naturels » b.cellier@parc-ballons-vosges.fr Téléphone : 03 89 77 88 86 Pour plus d'informations : <a href="http://www.natmouv.fr//contact@natmouv.fr">www.natmouv.fr//contact@natmouv.fr</a>

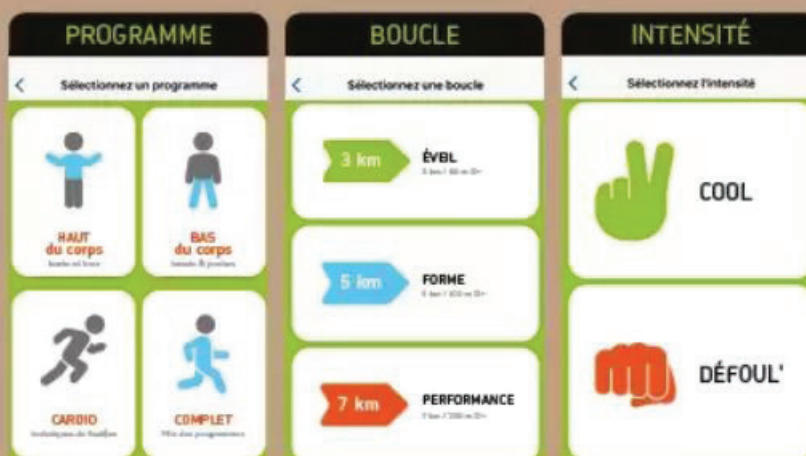
## COMMENT ÇA MARCHE ?

### Avant de partir :

- Télécharger l'application Nat'Mouv (*gratuite*)
- Lire les infos pour bien se préparer
- Valider la charte du pratiquant
- Pour les curieux, explorer les descriptions des sites

### Au point de départ :

- Lancer Nat'Mouv (*géolocalisation activée*)
- Sélectionner le site du jour
- Choisir les options :



Nom du projet :  
**pumptrack dans un  
 environnement naturel**



<b>Type d'aménagement et contexte</b>	<p>Un pumptrack est un circuit artificiel avec des collines ondulées, des virages surélevés et des sauts plats. L'objectif est d'aller de plus en plus vite en pompant les mouvements du corps vers le haut et vers le bas et de maintenir cet élan pendant plusieurs tours. Adaptée aux engins roulants les plus divers : skateboard, roller, trottinettes, VTT, BMX.</p> <p>Le pumptrack de Besné est situé dans une ZAC d'habitations, les « Hameaux » du Parc. Il fait partie d'une aire de jeux « végétalisée ». On trouve également des jeux de ressorts, double tyrolienne et jeux de parcours végétalisés.</p> <p>L'aire de jeux est connectée aux cheminements doux qui sont reliés au centre-bourg.</p>
<b>Localisation</b>	Commune de Besné (44)
<b>Date de réalisation</b>	2023
<b>Porteur du projet</b>	Maitrise d'ouvrage : commune de Besné et aménageur la Sonadev dans le cadre d'une ZAC « les Hameaux du Parc »
<b>Présence de milieux naturels</b>	Projet situé dans la bande non constructible autour des axes bruyants (Loi Barnier). Prairie mésohygrophile à hygrophile proche de marais (marais de Brière). Présence également de haies bocagères et de boisements.
<b>Localisation idéale et usage souhaité</b>	Lorsqu'un pumptrack de grande envergure est réalisé avec un revêtement imperméable comme le béton, il est préférable de privilégier sa réalisation sur des espaces déjà artificialisés afin d'éviter des impacts conséquents sur les sols (pertes de fonctionnalités), ainsi que sur la faune et la flore.
<b>Dimension, surface, emprise foncière</b>	Les emprises sont variables. Le pumptrack de Besné a été réalisé sur une petite emprise d'environ 150 m <sup>2</sup> et est particulièrement bien intégré dans son environnement naturel.
<b>Matériaux types (sol, mobilier...) et options envisageables (couverture, éclairages...)</b>	<p>Pumptrack réalisé en enrobé. Seul aménagement imperméable faisant partie d'une aire de jeux « végétalisée » qui a gardé un caractère très bucolique.</p> <p>Pour autant, il existe des alternatives moins impactantes pour les sols qui consistent à moduler le relief sans apporter de revêtements imperméables.</p> <p>Il existe également des pumptracks modulaires utilisables en intérieur ou extérieur.</p>



<b>Possibilité de modularité ou pluridisciplinaire</b>	Adapté aux engins roulants les plus divers : skateboard, roller, trottinettes, VTT, BMX. Habituellement fixé au sol, il existe cependant des pumptracks modulaires utilisables en intérieur ou extérieur.
<b>Adaptation et inclusion</b>	Accessible à partir de 6 ans sans autres restrictions d'âge.
<b>Coûts moyens – fourchettes</b>	Aménagements financés par l'aménageur de la ZAC. Reste à charge de la commune : 22 k€
<b>Contact</b>	mairie-besne.fr sonadev.fr





18

Nom du projet :

# « Parcours Santé Sport Botanique ADPS du Mourel »



VILLE DE  
**LUC-SUR-ORBIEU**

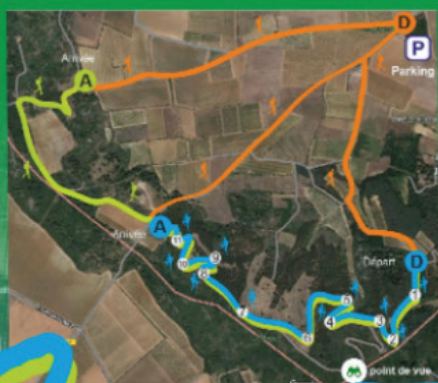
<b>Type d'aménagement et contexte</b>	Parcours alliant sport et découverte de la botanique réalisés au cœur d'un poumon vert dont un parcours équipé de 11 agrès sur un linéaire 1 800 m.
<b>Localisation</b>	Commune de Luc-sur-Orbieu dans le Département de l'Aude en Occitanie
<b>Date de réalisation</b>	2022
<b>Porteur du projet</b>	avec le soutien financier de l'ADPS Languedoc Roussillon
<b>Présence de milieux naturels</b>	Parcours réalisé dans la forêt et la garrigue du Mourel.
<b>Localisation idéale et usage souhaité</b>	Au droit de sentiers déjà existants dans un espace naturel présentant des éléments naturels à découvrir
<b>Dimension, surface, emprise foncière</b>	2 Parcours : 1 parcours santé sports de 1 800 m et 1 parcours botanique de 2 700 m
<b>Matériaux types (sol, mobilier...) et options envisageables (couverture, éclairages...)</b>	11 agrès
<b>Possibilité de modularité ou pluridisciplinaire</b>	Modification possible des agrès
<b>Adaptation et inclusion</b>	Accessible à tous les âges
<b>Coûts moyens – fourchettes</b>	Soutien financier de l'ADPS; des panneaux instructifs réalisés par la cellule insertion du Pays Touristique Corbières Minervois
<b>Contact</b>	Mairie de Luc-sur-Orbieu 04 68 27 10 75 Pour plus d'informations : <a href="https://www.lucsurorbieu.fr/votre-village/parcours-ssb-adps-du-mourel">https://www.lucsurorbieu.fr/votre-village/parcours-ssb-adps-du-mourel</a>



# Bienvenue sur le Parcours Sport Santé Botanique

ADPS du Mourel  
PRÉVOYANCE SANTÉ

- Parcours Santé Sports: 1800 mètres
- Parcours Botanique : 2700 mètres



## Liste des Agrés

- |                             |                           |
|-----------------------------|---------------------------|
| 1 Poutres fixes             | : Equilibre               |
| 2 Slalom                    | : Cardio                  |
| 3 Saute ruisseau <b>PMR</b> | : Coordination            |
| 4 Planche abdominale        | : Musculation             |
| 5 Barre Parallèle           | : Gainage                 |
| 6 Barre fixe                | : Gainage                 |
| 7 Poutre mobile <b>PMR</b>  | : Equilibre               |
| 8 Espalier horizontal       | : Renforcement musculaire |
| 9 Assouplissement           |                           |
| 9 Etirement dos <b>PMR</b>  |                           |
| 10 Etirements ischios       |                           |
| 11 Etirements cuisses       |                           |



Sachez réguler vos efforts et récupérer entre chaque module.  
En cas de fatigue, il est recommandé de limiter ses efforts sur certains modules ou de les éviter. Respecter l'ordre des modules.  
L'utilisation de cet équipement est laissée sous l'entière responsabilité de ses utilisateurs. Taille mini: 1m40





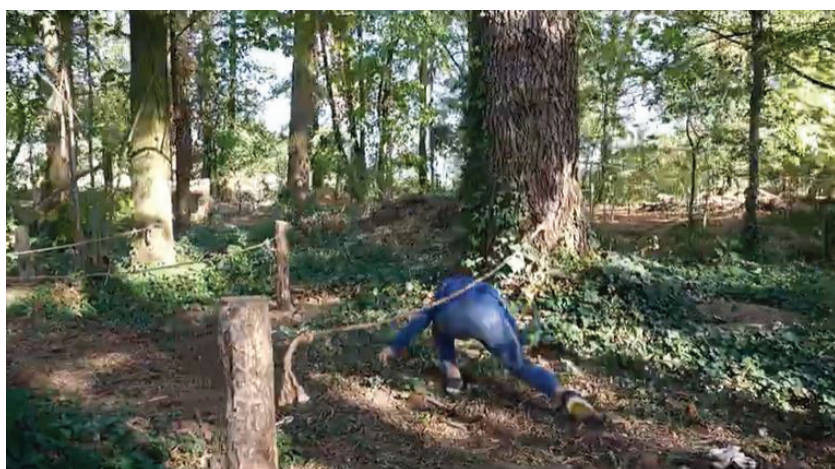
Nom du projet :  
**Spart Xtrem, parcours  
d'obstacles 100% inclusif  
et écoresponsable**



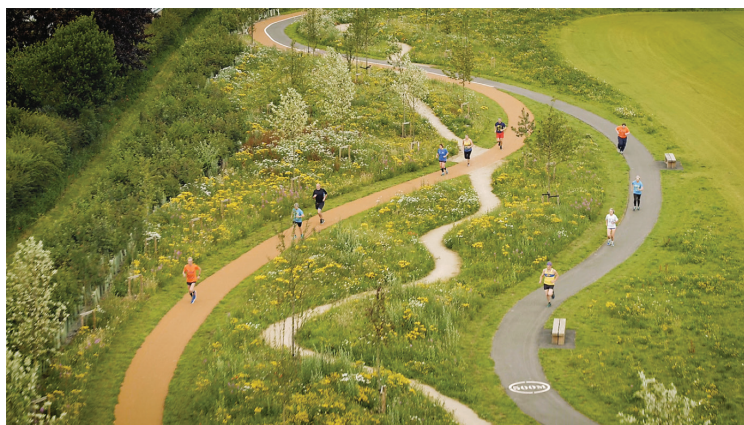
<b>Type d'aménagement et contexte</b>	<p>Spart Xtrem est un concept unique en France adapté à tous et respectueux de l'environnement. Il s'agit de plusieurs parcours d'1h30 environ constitués d'obstacles d'une vingtaine de modules, réplique des entraînements militaires : franchissement, espalier, table irlandaise, etc.</p> <p>Spart Xtrem n'est pas en accession libre. Il fonctionne sous réservation aux particuliers, aux associations ou aux professionnels.</p>
<b>Localisation</b>	Commune de Cordelle dans de Département de Loire
<b>Date de réalisation</b>	2023
<b>Porteur du projet</b>	Imaginé par le Stéphanois David Deux et porté par l'association Outdoor Academy
<b>Présence de milieux naturels</b>	Parcours implanté dans un bois souverain jouxtant le Domaine des Grands Cèdres
<b>Localisation idéale et usage souhaité</b>	Dans un espace naturel présentant des éléments naturels à découvrir
<b>Dimension, surface, emprise foncière</b>	1 ha de bois
<b>Matériaux types (sol, mobilier...) et options envisageables (couverture, éclairages...)</b>	Implanté sur un bois d'un hectare sur la commune de Cordelle, Le site a été pensé pour respecter au maximum la nature avec la volonté de n'utiliser aucun matériau plastique, ni béton, ni caoutchouc
<b>Possibilité de modularité ou pluridisciplinaire</b>	Modification possible des modules et réversibilité possible du projet
<b>Adaptation et inclusion</b>	Spart Xtrem est destiné aux jeunes dès 5 ans autant qu'aux seniors, aux valides et aux personnes en situation de handicap, souffrant d'une pathologie ou déficientes. David Deux a encadré des camps militaires dans une première vie professionnelle. Il est aujourd'hui éducateur sportif formé au sport adapté, handisport et sport santé.



<b>Coûts moyens – fourchettes</b>	-
<b>Contact</b>	david.deux@outdoor-academy.fr Pour plus d'informations : <a href="https://www.loire.fr/jcms/lw_1425749/fr/-initiative-un-parcours-d-obstacles-100-inclusif-et-ecoresponsable">https://www.loire.fr/jcms/lw_1425749/fr/-initiative-un-parcours-d-obstacles-100-inclusif-et-ecoresponsable</a>



Nom du projet :  
**Sowerby Park and  
 Sports Village**

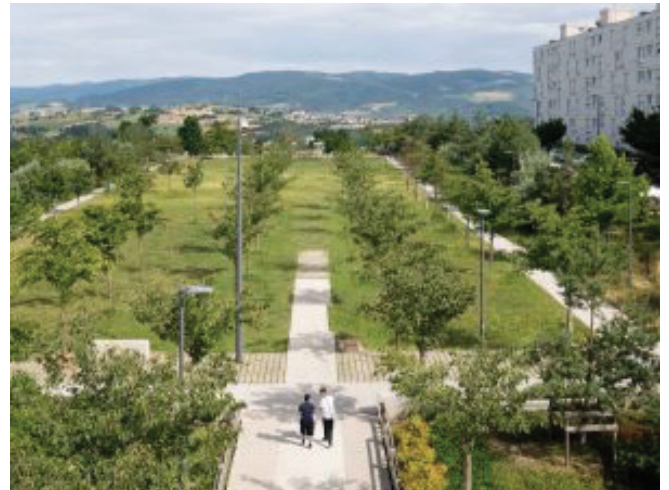


<b>Type d'aménagement et contexte</b>	<p>Le projet fait partie de la programmation d'un aménagement urbain comprenant environ 1 000 nouveaux logements, ainsi que de nouvelles infrastructures de transport et sociales. Le projet comprenait au départ un nouveau « village sportif » qui a évolué vers quelque chose de plus diversifié. Bien que le lieu soit devenu le foyer de trois clubs sportifs locaux et comprenne également des pistes cyclables, des terrains de sport et un parc de bmx, le projet s'est transformé en un lieu qui présente des avantages sociaux bien plus larges pour l'ensemble de la communauté : pratiques sportives libres ouverts à tous, lieu de rencontre, observatoires de la faune, etc.</p>
<b>Localisation</b>	<p>Village de Sowerby dans le North Yorkshire en Angleterre</p>
<b>Date de réalisation</b>	<p>2019-2020</p>
<b>Porteur du projet</b>	<p>Projet réalisé par Sowerby Gateway, puis transféré au conseil de district de Hambleton          Equipe conceptrice : re-form landscape architecture/ESH Construction/Glenrate</p>
<b>Présence de milieux naturels</b>	<p>Les haies existantes ont été conservées, améliorées et mises en valeur. De nouvelles haies ont été plantées, ainsi que 300 nouveaux arbres indigènes et de vastes étendues de prairies de fleurs sauvages favorables à la biodiversité.</p> <p>La plantation d'arbustes en bordure de forêt, composée d'un mélange d'arbustes indigènes et de petits arbres indigènes, fournit une nourriture précieuse à la faune, notamment aux oiseaux hivernants, notamment le sureau, le prunellier et l'aubépine.</p> <p>Le projet a amélioré la biodiversité et a fourni des corridors d'habitat à travers le site aux infrastructures vertes existantes, soutenant notamment les invertébrés, les oiseaux et les chauves-souris.</p>
<b>Localisation idéale</b>	<p>A proximité d'une zone habitée, accessible à pied et offrant de vaste surface naturelles.</p>
<b>Dimension, surface, emprise foncière</b>	<p>11,1 hectares de terrain aménagé connecté à un village</p>

<b>Matériaux types (sol, mobilier...) et options envisageables (couverture, éclairages...)</b>	Re-form a travaillé avec des constructeurs de pistes spécialisés, en utilisant du calcaire local issu de sources durables.
<b>Possibilité de modularité ou pluridisciplinaire</b>	Possibilité d'ajouter des équipements sportifs, agrès ou mobiliers urbains
<b>Adaptation et inclusion</b>	Une concertation a été menée pour écrire la programmation du parc. Les sujets suivants ont été abordés : sécurité dans l'espace public ainsi que les possibilités de diversifier des lieux axés sur le foot, la course à pied ou le rugby : pistes cyclables sécurisés pour les plus jeunes enfants, observatoire de la faune locale, lieux de rencontre pour une promenade pour les personnes âgées avec des pauses régulières (bancs).
<b>Coûts moyens – fourchettes</b>	-
<b>Contact</b>	Pour plus d'informations : <a href="https://landezine.com/sowerby-park-and-sports-village-by-re-form-landscape-architecture/">https://landezine.com/sowerby-park-and-sports-village-by-re-form-landscape-architecture/</a>



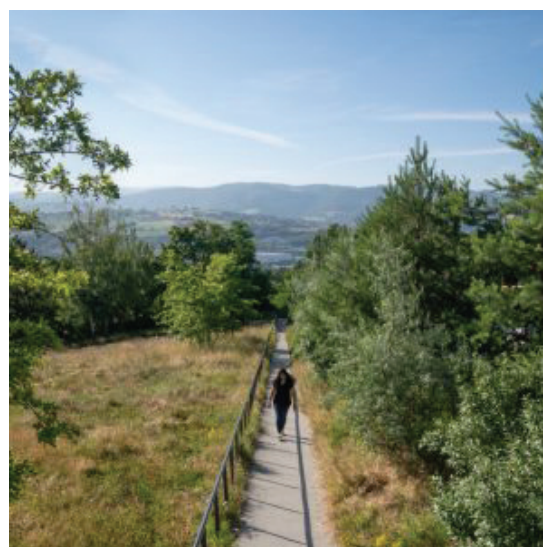
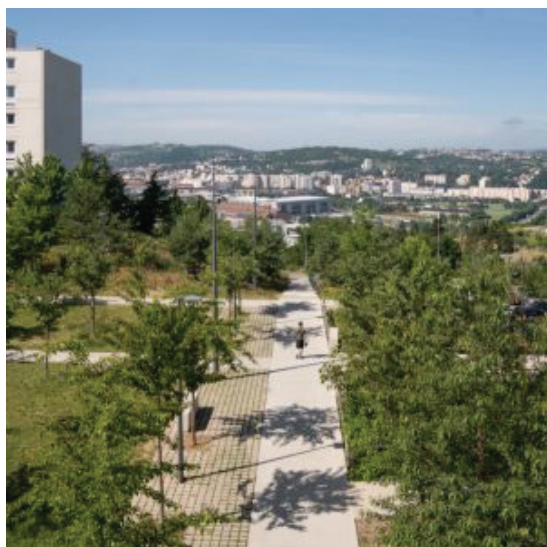
Nom du projet :  
**Création d'un Parc  
urbain sur dalles**



<p><b>Type d'aménagement et contexte</b></p>	<p>Sans être dédié spécifique aux aménagements sportifs, le projet de création d'un parc urbain à Saint-Etienne dédié aux mobilités douces a l'intérêt d'avoir été réalisé en lieu place et de sols entièrement artificialisés. Il est ainsi intéressant de combiner projet urbain et création de milieux naturels contribuant à augmenter la biodiversité locale (projet connecté à d'autres espaces de nature).</p> <p>Au départ, une succession de dalles de béton décalées formant des marches inaccessibles, de vastes parkings inutilisés ou abritant des activités illicites, etc.</p> <p>Des discussions intensives avec la municipalité et les élus ont permis de redéfinir le programme de cette opération. La ville a décidé d'acquérir des parties du parking souterrain afin de démolir et de remblayer jusqu'à trois niveaux de l'ensemble du parking. Ce changement de programme majeur a permis de remodeler la topographie de l'ensemble du site. Les différentes zones du quartier ont pu être reliées de manière beaucoup plus naturelle et fluide. Le site est devenu vert, ouvert et ancré dans le sol.</p> <p>Deux axes de promenade principaux traversent désormais l'ensemble du quartier pour une traversée simple, directe et agréable.</p>
<p><b>Localisation</b></p>	<p>Commune de St Etienne, quartier du Forum perché sur la colline de Montreynaud</p>
<p><b>Date de réalisation</b></p>	<p>2011-2018</p>
<p><b>Porteur du projet</b></p>	<p>Ville de Saint-Etienne  Equipe conceptrice : In Situ Paysages&amp;urbanisme/Pierre SCODELLARRI, architecture/E2CA/CETIS/Les Eclaireurs</p>
<p><b>Présence de milieux naturels</b></p>	<p>Sur la partie haute du site, un espace généreux et multi-usages a été conçu : délimité par un verger d'arbres fruitiers en fleurs, un grand champ s'ouvre vers l'horizon lointain. A la place des dalles minérales et des marches surmontées d'un château d'eau, le sommet de la colline est désormais une grande prairie commune offrant un espace de respiration et des vues imprenables sur la ville et son paysage.</p>
<p><b>Localisation idéale</b></p>	<p>Sols artificialisés, abandonnés en connexion avec d'autres espaces de nature urbains ou non urbains</p>
<p><b>Dimension, surface, emprise foncière</b></p>	<p>2,9 ha</p>



<b>Matériaux types (sol, mobilier...) et options envisageables (couverture, éclairages...)</b>	/
<b>Possibilité de modularité ou pluridisciplinaire</b>	Possibilité d'ajouter des équipements sportifs, de loisirs, agrès ou mobiliers urbains
<b>Adaptation et inclusion</b>	Un grand mail est conçu comme la nouvelle colonne vertébrale du quartier et forme une longue promenade sur le tracé de l'axe de composition du quartier originel, son « cardo ».
<b>Coûts moyens – fourchettes</b>	3,55 M€ (démolition et remblaiement non inclus)
<b>Contact</b>	IN SITU Paysages & urbanisme 04 72 07 06 24 Pour plus d'informations : <a href="https://www.in-situ.fr/#/fr/projets/tous/le-quartier-de-montreynaud">https://www.in-situ.fr/#/fr/projets/tous/le-quartier-de-montreynaud</a> <a href="https://landezine.com/saint-etienne-montreynaud-district-by-in-situ/">https://landezine.com/saint-etienne-montreynaud-district-by-in-situ/</a>



Nom du projet :  
**Parcours sportifs un  
 espace naturel sensible :  
 le Bois de la Rochette**



<p><b>Type d'aménagement et contexte</b></p>	<p>Zone de transition entre agglomération melunaise et massif forestier de Fontainebleau, le bois de La Rochette est classé Espace Naturel Sensible du Département. Sa conservation répond à deux enjeux principaux que sont l'ouverture au public et la préservation de la biodiversité.</p> <p>En 2009, le Département réalise un premier aménagement rendant praticables plus de 10 km d'allées forestières. 10 ans après, il invite le public à redécouvrir le site à travers des activités sportives et de loisirs.</p> <p>Entièrement boisé, le paysage est marqué par les longues allées qui offrent de grandes perspectives, dont certaines se prolongent au cœur de la forêt domaniale de Fontainebleau.</p>
<p><b>Localisation</b></p>	<p>Bois de la Rochette situé à cheval sur les communes de La Rochette et de Dammarie-les-Lys en Seine-et-Marne</p>
<p><b>Date de réalisation</b></p>	<p>2019</p>
<p><b>Porteur du projet</b></p>	<p>Conseil Départemental</p>
<p><b>Présence de milieux naturels</b></p>	<p>Le bois de La Rochette est caractéristique des boisements du nord du massif, plutôt humides et composés d'arbres feuillus. Les peuplements sont constitués à 70% de chênes sessiles ou pédonculés, dont certains atteignent des dimensions exceptionnelles. Certains secteurs, notamment les plus humides, présentent un mélange d'essences plus varié, avec des châtaigniers, frênes, érables, merisiers, charmes... Une multitude de plantes, d'animaux et de champignons peuple le bois (grands et petits mammifères, oiseaux et insecte). Plusieurs mares, au nord du boisement, constituent des zones humides appréciées des amphibiens et des insectes (libellules, coléoptères...).</p>
<p><b>Localisation idéale</b></p>	<p>Boisements équipés de sentiers pédestres</p>
<p><b>Dimension, surface, emprise foncière</b></p>	<p>Espace boisé de 160 hectares comprenant un parcours balisé de 5 km.</p>
<p><b>Matériaux types (sol, mobilier...) et options envisageables (couverture, éclairages...)</b></p>	<p>Les vététistes peuvent traverser l'ENS et rejoindre le Tour du massif à vélo de la forêt de Fontainebleau balisé par l'Office National des Forêts. Les coureurs de fond ont à disposition un parcours balisé de 5 km qui comportent des agrès sportifs et des repères pour une séance de fractionné. Les promeneurs équipés de smartphone ont l'opportunité d'élucider le mystère du bois d'Etrangle-Veau avec l'application mobile «Balade Branchée».</p>

<b>Possibilité de modularité ou pluridisciplinaire</b>	Possibilité d'ajouter des équipements sportifs, agrès
<b>Adaptation et inclusion</b>	Parcours accessibles à tout âge aux joggeurs et vététistes. Les promeneurs peuvent découvrir ce site de manière interactive : l'application une sorte d'audio-guide pour découvrir cet espace de manière ludique.
<b>Coûts moyens – fourchettes</b>	400 000 € (travaux d'aménagements des sentiers en 2009)
<b>Contact</b>	Département de Seine-et-Marne 01 64 14 77 77 Pour plus d'informations : <a href="https://www.in-situ.fr/#/fr/projets/tous/le-quartier-de-montreynaud">https://www.in-situ.fr/#/fr/projets/tous/le-quartier-de-montreynaud</a> <a href="https://landezine.com/saint-etienne-montreynaud-district-by-in-situ/">https://landezine.com/saint-etienne-montreynaud-district-by-in-situ/</a>





addrn

agence d'urbanisme de la région de Saint-Nazaire

[contact@addrn.fr](mailto:contact@addrn.fr)

5 boulevard Willy Brandt

CS 40326 • 44615 Saint-Nazaire Cedex