

## Sommaire

### Éditorial

Les raisons de l'engouement pour le trail

Les effets du développement du trail

## Diffusion de la Lettre de l'OPMA

La Lettre de l'OPMA est diffusée par voie numérique. Les personnes ou institutions désirant la recevoir automatiquement sont invitées à s'inscrire auprès de E. Jaillard ([opma.contact@gmail.com](mailto:opma.contact@gmail.com))

Pour faire vivre l'OPMA, les dons à l'association sont bienvenus (montant libre) en envoyant à E. Jaillard, 26 rue de la Victoire 38400 St-Martin-d'Hères, un chèque libellé à l'ordre de Association La lettre de l'OPMA.

## Bureau

Présidente	Rozenn MARTINOIA
Secrétaire	Etienne JAILLARD
Trésorier	Bernard AMY

La Lettre de l'OPMA, Maison du Tourisme  
14, rue de la République 38000 GRENOBLE  
[opma.contact@gmail.com](mailto:opma.contact@gmail.com)

## Membres de l'OPMA

Blaise Agresti  
Bernard Amy  
Julie Bailly  
Alain Birebent  
Hervé Bodeau

Paul Bonhomme  
Robin Bonnet  
Frédéric Brisson  
Lionel Catsoyannis  
Philippe Descamps

Jean Donnadiou  
Georges Elziere  
Bernard Francou  
César Ghaouti  
Olivier Hoibian

Etienne Jaillard  
Niels Martin  
Rozenn Martinoia  
Jean-Pierre Nicollet  
Gilles Rotillon

François Valla

### Correspondants

Philippe Bourdeau  
Erik Decamp  
Bruno Pellicier

## Éditorial

En une dizaine d'années, le trail (tant la pratique sportive individuelle que l'évènement ludique et sportif de masse correspondant) s'est installé dans les territoires montagneux. L'OPMA se préoccupant des « pratiques de la montagne », il était légitime qu'il s'intéresse aux raisons du succès du trail, ce qu'il révèle de nos sociétés, et à ses effets avérés ou potentiels pour les territoires de montagne et pour les autres pratiques de pleine nature qui s'y déroulent. Un long temps d'échanges s'est engagé. Les positions parfois divergentes des uns mais aussi les silences des autres, ont révélé un marqueur culturel de l'OPMA : alors que les membres de notre observatoire débattent traditionnellement sur la base de leur expérience, non sans s'enrichir de sources « livresques » (recherches académiques, essais ou enquêtes journalistiques), il s'est avéré que peu d'entre eux avait une expérience personnelle du trail. Les échanges n'en ont pas été moins riches, comme en atteste cette Lettre polyphonique.

Rozenn MARTINOIA

## 1. Les raisons de l'engouement pour le trail

Avant d'explorer les conséquences potentielles du développement du trail, il semblait nécessaire d'en comprendre les causes. Les avis à ce sujet sont divers et parfois divergents.

### Le besoin de nature

---

L'Homme est un coureur. Depuis qu'il a adopté la position à deux pattes, l'Homme s'est mis à courir. Mais si ses premières courses étaient muées par des raisons de survie (chasse, fuite ...) la société humaine l'a peu à peu écartée de ces motivations originelles pour le rapprocher d'une autre : la course plaisir. Il y a un siècle, nous étions plus de la moitié à nous lever au chant du coq et à aller travailler qui à l'usine, qui derrière ses vaches. Mais le monde a évolué. Très vite (trop vite ?). Nous nous sommes battus pour contraindre la nature, la grillager, l'enfermer, l'utiliser, la transformer à notre image et surtout à notre profit. Nous nous sommes enfermés en ville, dans des bureaux, sur nos chaises, derrière nos écrans. Nous avons mis nos corps sur la touche, en veille, en jachère. En parallèle notre rapport à la nature, prédominant il y a si peu de temps, s'est fait de plus en plus discret jusqu'à se limiter à la plante verte posée sur le coin des bureaux de nos open spaces.

*Paul Bonhomme*

Le contact avec la nature figure en bonne place parmi les motivations déclarées des coureurs « hors stade » (joggers, runners, trailers), si l'on en croit l'enquête réalisée par l'INSEP en 2010<sup>1</sup>. Ce n'est peut-être pas un hasard puisque la très grande majorité d'entre eux déclare également habiter en ville. Mais dans quelle mesure s'agit-il de se connecter avec la nature si celle-ci est apprivoisée et aménagée?

*Etienne Jaillard*

Nos définitions de ce qu'est la nature en général, et la montagne en particulier, diffèrent en fonction des individus. Pour certains, le ski en station est une immersion en nature, pour d'autres faire une traversée Chamonix-Zermatt à skis paraît déjà trop aseptisé. Le « trail » a trouvé la parade : il se pratique en pleine nature aseptisée. Lorsque nous pratiquons le « trail », nous satisfaisons notre rapport au corps et nous avons la sensation d'avoir un réel rapport à la nature parce

que nous évoluons dans un milieu naturel, la plupart du temps magnifié.

*Paul Bonhomme*

Notre rapport à la nature sera très différent selon que l'on naît en Chine ou en Europe. Dans le premier cas on aura une cosmologie analogique, dans le second naturaliste<sup>2</sup>. Et encore faudrait-il préserver ces espaces naturels en les considérant pour ce qu'ils sont. Non pas le fruit d'une loi naturelle d'évolution mais l'un des effets du jeu des contradictions qui marque un choix de société, le capitalisme, à côté de la création de richesses et de grande pauvreté, de l'explosion des inégalités, des innovations et des bouleversements productifs, et de la fabrication d'hommes inutiles, comme P.-N. Giraud en fait l'analyse dans son livre *L'homme inutile* (2015, Odile Jacob).

*Gilles Rotillon*

Le trail bénéficie d'un regain d'intérêt récent pour l'environnement naturel. L'impact des coureurs lors de leurs entraînements ne me semble pas plus important que celui des randonneurs. Les compétitions utilisent certes des balises et installent des relais de contrôle et de ravitaillement mais ils sont éphémères et sont enlevés le surlendemain de la course. Le dérangement de la faune et le piétinement de la végétation me paraissent négligeables si l'on compare le trail à d'autres activités telles que l'escalade, le ski ou le VTT de descente qui toutes nécessitent des infrastructures pérennes dans le milieu naturel et laissent donc des traces. Le traileur peut légitimement s'estimer un amoureux de la nature qu'il n'affecte pas ou très peu.

*Jean-Pierre Nicollet*

Certains passionnés parcourent la France pour participer à l'un des plus de 3500 trails (recensés en 2018 par le Ministère des Sports) qui y sont proposés chaque année, quand d'autres parcourent le monde en avion pour s'aligner sur des trails ou ultra-trails aux

---

<sup>1</sup> INSEP (2010). *La pratique des activités physiques et sportives en France*. [http://www.sports.gouv.fr/IMG/pdf/la\\_pratique\\_des\\_activites\\_physiques\\_et\\_sportives\\_en\\_france.pdf](http://www.sports.gouv.fr/IMG/pdf/la_pratique_des_activites_physiques_et_sportives_en_france.pdf)

<sup>2</sup> Référence à la taxinomie de Ph. Descola (2005), *Par-delà nature et culture*, Gallimard). Bien entendu l'attribution d'une cosmologie analogique ou naturaliste selon que l'on soit chinois ou européen est statistique.

quatre coins de la planète. A ce sujet, un bilan carbone de l'Ultra-Trail du Mont Blanc (UTMB) est en cours, tenant compte de la logistique et, il faut l'espérer, du déplacement vers Chamonix des participants et de leurs accompagnants. Pourtant l'image du trail comme un sport respectueux de la nature demeure, comme l'illustre le nom d'« Ecotrail » pour une course annuelle organisée en Ile de France.

*Etienne Jaillard*

Ce qui est spécifique au trail, entendu comme la participation à des compétitions, c'est le nombre de pratiquants. Cette massification est le but de l'organisation puisque c'est par elle que la valeur est réalisée. Mais si elle donne à l'événement son côté spectaculaire qui participe au marketing du produit, elle peut difficilement passer pour un rapport à la nature comme on le vit par exemple en alpinisme ou en randonnée, c'est-à-dire en petits groupes.

*Gilles Rotillon*

## L'authenticité de l'expérience vécue

---

Nos sociétés et nos vies ordinaires sont structurées par des hiérarchies sociales, des normes, des codes à respecter, des rôles sociaux à jouer qui, pour certains, induisent un sentiment de routine, de perte de sens et de spontanéité. Il existe cependant des espaces sociaux alternatifs où l'individu, si l'on suit certaines thèses anthropologiques, peut vivre d'autres expériences, dites « extraordinaires », davantage porteuses de sens et d'émotions, qui participent à la construction de son identité et constituent une soupape revivifiante voire, pour certains, indispensable. Sur le plan expérientiel, le trail, et plus particulièrement les événements qui constituent à mes yeux le marqueur identitaire de la pratique (rares sont les personnes déclarant « faire du trail » ou s'être « mise au trail » qui n'ont jamais participé à un trail ou imaginé le faire au moins une fois) relève de ces « expériences extraordinaires » dont la valeur provient de leur « authenticité » (un mot dont le marketing a fait un concept), que l'on peut décliner (et l'économie du trail le fait très bien) sous deux angles : intrapersonnel et interpersonnel. Ces expériences sont certes construites : l'organisation d'un événement trail est pensée. Il n'en demeure pas moins que les émotions ressenties par les participants sont réellement vécues et, à ce titre, jugées authentiques du point de vue de celui qui en fait l'expérience.

Ainsi, en fournissant un effort relativement long dans un environnement naturel conservant une part d'incertitude, comparativement à la vie ordinaire, le traileur se sent vivant, éprouve ses limites physiques et

psychologiques (le doute, la peur sur certains parcours). Le trail permet d'être vrai avec soi-même, voire de se révéler à soi-même, de ressentir des émotions fortes, spontanées, d'avoir le sentiment d'être acteur de sa vie, de se forger des souvenirs inoubliables car intenses et rares. Du point de vue de l'expérience émotionnelle, voire existentielle, qu'il permet de vivre, le trail est « rentable » : améliorer ses performances nécessite certes du temps et des efforts mais n'importe qui, pour peu qu'il l'aborde avec modestie, peut du jour au lendemain participer à un trail. On trouve en effet désormais des trails « découverte » d'à peine 7km - si des trails plus durs (en termes de kilomètres et de dénivelé) et engagés (pas ou peu de balisage, de ravitaillement), voient régulièrement le jour, ils ne concernent qu'une élite.

*Rozenn Martinoia*

Prendre soin de son corps, de sa ligne, de sa santé, entretenir sa forme, rechercher le bien-être et les sensations sont des motivations plébiscitées par les coureurs<sup>3</sup>. On cherche à être en harmonie avec son corps qui, après tout, est le principal instrument et médiateur que l'on ait pour interagir avec son environnement, poursuivre un but et accomplir un objectif. Courir deviendrait alors une expérience intime visant à dépasser la matérialité de l'existence, à l'image des sages japonais, des moines bouddhistes ou des coureurs mexicains<sup>4</sup>, ou de cet ultra-trailer qui arrive au « moment où plus rien n'existe d'autre que moi et mes sensations, moi seul et indivisible, fermé sur tout ce qui se passe à l'extérieur<sup>5</sup> ».

*Etienne Jaillard*

---

<sup>3</sup> INSEP (2010), Op. cit.

<sup>4</sup> Lefief J.-P. (2019), *La Folle histoire du trail*. Éditions Paulsen-Guérin.

<sup>5</sup> Simoncini D. (2013), *Ultra-trail : la course intérieure*. Éditions du Panthéon.

## Moments de partage et sentiment d'appartenance à une communauté

---

Malgré le caractère individuel de l'activité sportive, la rencontre, l'entraide, la solidarité sont souvent soulignées par les traileurs. Ce paradoxe a été pointé<sup>6</sup> et attribué au « déclin des temps collectifs » et à « une autre façon d'être ensemble, [...] principalement tournée vers les aspirations personnelles.

*Etienne Jaillard*

L'évènementiel trail permet des moments de partage, d'entraide, de solidarité, de communion, vécus comme spontanés, désintéressés (seconde facette de « l'authenticité » de l'expérience vécue. Ceux-ci sont évoqués et valorisés par beaucoup de traileurs, même par les plus compétitifs qui ont incorporé les logiques de performance de notre société contemporaine individualiste (et qui trouvent sans doute dans le trail des ressources pour la rendre plus supportable ou acceptable), mais aussi par les bénévoles qui, on l'oublie trop souvent, constituent la clé de voûte du modèle économique de ces événements sans laquelle l'édifice s'effondre.

*Rozenn Martinoia*

Le trail est une discipline plutôt accessible techniquement et qui peut être très vite valorisante. Cette valorisation personnelle est favorisée par les réseaux sociaux, notamment ceux prisés par les traileurs (Strava, Garmin etc. – créés par des marques de matériel) et leurs nouvelles communautés qui enferment les individus dans une quête de reconnaissance sociale. Omniprésents dans nos vies, les réseaux sociaux nous entraînent petit à petit dans une dictature de la validation sociale permanente de nos activités et enjoignent de "faire aussi bien que les autres" ou de montrer son appartenance à des communautés. Si cette pression peut pousser les individus à pratiquer, les rendre curieux d'explorer de nouvelles pistes, elle peut aussi les conduire à ne pas pratiquer une activité pour eux et en pleine conscience, à prendre des risques mal pesés, à prioriser la mise en scène de soi. Nous connaissons tous une personne de notre entourage se mettant à courir puis, l'année suivante, participant à une course de trail renommée, (trop) difficile, pour prouver sa légitimité en tant que traileur. Est-ce sain ?

*Julie Bailly*

## La sécurité

---

L'enquête de l'INSEP (2010) fait apparaître le risque comme une motivation déclarée des coureurs/trailers. Pourtant, les courses d'orientation, où l'on doit définir son parcours, au risque de se tromper, voire se perdre, réunissent au mieux quelques centaines de personnes, alors que les trails balisés en rassemblent plusieurs milliers, et les marathons urbains plusieurs dizaines de milliers. L'un des organisateurs de l'UTMB le reconnaît clairement<sup>7</sup>: « Si on leur proposait d'aller faire le tour du Mont-Blanc sans tout ce barnum (la logistique), [il] y aurait très peu de monde (...) On essaie de rendre facile l'aventure alors que ce qui fait la beauté de l'aventure, c'est la difficulté ». Et,

rappelant Ruskin houspillant Mummery à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle : « Pour moi, on fait des parcs d'attraction en montagne ». Quoiqu'il en soit, ce phénomène rappelle celui de l'escalade sportive, qui bénéficie d'une image de sport à risque, voire extrême, alors que l'équipement des voies et le matériel utilisé minimisent précisément ce risque et l'engagement qui en découle. Ce qui explique très probablement le succès et le développement de l'activité.

*Etienne Jaillard*

L'expérience de la pleine nature est toujours vécue comme un affrontement. Elle suscite des difficultés d'ordre psychologique comme la peur (la pleine nature

---

<sup>6</sup> Soulé-Bourneton F., Stumpp S. (2017), « L'ultra-trail est l'avatar d'une société de la performance », *Le Monde*. [https://www.lemonde.fr/idees/article/2017/09/10/l-ultra-trail-est-l-avatar-d-une-societe-de-la-performance\\_5183522\\_3232.html](https://www.lemonde.fr/idees/article/2017/09/10/l-ultra-trail-est-l-avatar-d-une-societe-de-la-performance_5183522_3232.html)

<sup>7</sup> Ouest France (2019), « UTMB 2019. Entre passion sportive et écologie, le paradoxe de ces amoureux de la nature est présent ». <https://www.ouest-france.fr/sport/running/trail/utmb-2019-entre-passion-sportive-et-ecologie-le-paradoxe-de-ces-amoureux-de-la-nature-est-present-6499109>

peut devenir agressive), et l'inquiétude engendrée par l'obligation d'une constante intelligence des conditions extérieures et des comportements de chaque instant. Lecture du milieu, interprétation des données, calcul de l'itinéraire, prises de décisions, retour d'expérience en temps réel : les neurologues savent aujourd'hui que ces activités mentales sont les plus énergivores pour le système nerveux, et constituent ainsi un frein supplémentaire quand elles s'ajoutent aux activités

physiques qui, elles, nécessitent une autre sorte d'intelligence. Certains pratiquants voient dans cette obligation d'exercer plusieurs sortes d'intelligence un enrichissement de leur activité. Mais beaucoup, au contraire, y voient une limitation inutile. A quoi bon avoir peur, à quoi bon être constamment contraint à faire preuve d'intelligence et à réfléchir au détrimement de la seule intelligence du geste et de l'effort ?

*Bernard Amy*

## De la liberté dans un monde contraint à la performance

---

La course est, entre autres, vue comme une façon de reprendre la main sur la gestion de son temps, et donc de « décélérer »<sup>8</sup> : se détendre, alléger la pression du quotidien, se défouler. Le peu de matériel nécessaire et la possibilité d'adapter son programme de course à sa disponibilité laisse a priori une grande liberté au pratiquant. L'engouement pour des courses organisées, balisées, jalonnées de points de soins et de ravitaillement, s'explique probablement par le fait que libéré des soucis de sécurité, de recherche d'itinéraire ou de ravitaillement, le coureur peut se concentrer sur son seul effort. Mais cette liberté est toute relative. L'engouement pour le trail peut en effet aussi être vu comme un symptôme d'une société obsédée par la performance, dont le traileur ne s'émancipe pas<sup>9</sup>. La poursuite d'un but, l'économie de son geste, la gestion de l'effort pour y parvenir, l'adaptation aux circonstances et au terrain, et la capacité à faire des heures supplémentaires pour l'ultra-traileur, sont autant de qualités appréciées et mises en avant dans le monde productif et compétitif du travail.

*Etienne Jaillard*

Comme le dit Spinoza, l'homme se croit libre parce qu'il ignore les causes qui le font agir. Chercher les raisons du développement du trail dans des évolutions sociétales, le besoin de retrouver un certain rapport à la nature mais aseptisé, le souci de sa santé, le goût de la performance, la recherche de liberté face à un monde de plus en plus contraignant, c'est éviter de comprendre d'où viennent ces motivations. On ne naît pas ce que l'on est par nature, on est ce que l'on devient. Et on le devient de par les rapports sociaux dans lesquels on existe. Si on a « le goût de la performance » en ce début de XXI<sup>e</sup> siècle c'est surtout dans un public de CSP+ qui dans leur vie de travail baignent dans cette recherche de performance qui conduit d'ailleurs de plus en plus souvent à des suicides et à des burnouts (ceux qui y échappent justifient leur pratique par le besoin « d'échapper au stress du quotidien »). De même le souci de sa santé se construit parallèlement à sa dégradation liée à notre mode de consommation (augmentation des maladies cardiovasculaires, des diabètes, de l'obésité) et qui est de plus en plus visible ; cette dégradation est plus importante dans les milieux pauvres, ce qui peut expliquer par réaction que ceux qui en ont les moyens réagissent en ayant une activité physique qui leur est vendue comme protectrice.

*Gilles Rotillon*

## L'influence des acteurs marchands

---

Je vois le trail comme l'ultime avatar de la randonnée en montagne sous la double influence d'une offre marchande multiple et souvent impérative, et d'une demande sociale et psychologique. Pour ces pratiques sportives se déroulant dans des milieux de pleine nature, l'offre marchande joue à la fois sur le

mythe du retour à la nature et sur le développement social très rapide d'un autre mythe, celui du bien-être, du corps et de la connaissance de soi. La sociologue Eva Illouz a bien montré comment le système capitaliste à la constante recherche de nouveaux marchés a compris que, contrairement à l'économie

---

<sup>8</sup> Rochedy R. (2015), « Analyse d'un espace de décélération : l'exemple de l'ultra-trail », *Staps*, Vol. 1, n°

107, pp. 97-109. <https://www.cairn.info/revue-staps-2015-1-page-97.htm?contenu=article>

<sup>9</sup> Soulé-Bourneton F., Stumpp S. (2017), Op. cit.

des biens, souvent limitée, le marché du bien-être et du développement personnel n'a pas de limite. Mais les pratiques de pleine nature sont toujours peu ou prou dangereuses et potentiellement mortelles, quoi qu'en dise le marketing. Les marchands ont parfaitement compris cette demande, et offrent aujourd'hui des pistes de ski « sécurisées », des pistes d'escalade « sans risques », des raids cyclistes ou des descentes VTT eux aussi sécurisés, et plus récemment des trails où le coureur n'a plus qu'à penser à la seule gestion intelligente de son effort physique. De même que le grimpeur sportif ou le skieur de piste peuvent sans contrainte « travailler leur geste » (étrange intrusion du travail dans une activité de loisir !), le traileur peut, en toute conscience de soi, s'éprouver et aller vers la performance. Bien entendu, comme toutes les activités sportives, et en particulier celles de pleine nature, le trail génère des plaisirs que l'on ne peut nier et permettent aux pratiquants de vivre de très belles expériences. Mais l'important n'est pas ce que pensent vivre les pratiquants, il est l'utilisation qui en est faite (je pense en particulier aux normes véhiculées par le trail évoquées par Rozenn) et les conséquences sociales et économiques de cette utilisation.

*Bernard Amy*

La montée du trail est une des nombreuses formes prises par l'extension de la marchandisation dans de nouveaux secteurs, et semble avoir été créée ex-nihilo par l'offre commerciale. L'élargissement du marché passe surtout par une offre ne nécessitant pas (ou peu) de compétences et ne mettant pas (ou peu) en danger l'intégrité physique des participants. En ce sens, « l'aseptisation » est une condition de cette massification car on ne peut rendre marchande une activité où le taux d'accidents graves serait inacceptable socialement.

*Gilles Rotillon*

L'économie du trail (matériel, vêtements, organisation d'événement, tourisme, coaching sportif, nutrition, sponsoring, formation, presse etc.), est un secteur attractif : en une dizaine d'années, la structure et le volume d'activité sur ces marchés se sont métamorphosés. La puissance de ces acteurs marchands n'est pas seulement économique, elle est aussi institutionnelle. En effet, dans une société de communication généralisée, par leurs actions et surtout par leurs discours (publicité, communication) ils participent à la diffusion de représentations, de normes, de logiques d'actions, de valeurs bien au-delà du périmètre des seuls traileurs et affecte les autres pratiques de montagne.

*Rozenn Martinoia*

## 2. Les effets du développement du trail

*Comment, sous l'influence du développement du trail, évoluent ou sont susceptibles d'évoluer le terrain de jeu, les jeux et les règles du jeu des sports de montagne peu aménagée ?*

### Le trail peut-il ouvrir à d'autres pratiques de montagne ?

---

Le trail peut-il être une passerelle vers d'autres sports de montagne peu aménagée, tels que l'alpinisme et ses dérivés ? Que le trail donne envie d'aller en montagne, oui, qu'il fasse rêver à des projets alpins d'une autre nature, peut-être, mais le passage à l'acte me semble marginal et/ou ponctuel (typiquement : prendre un guide pour faire le mont Blanc ou un trek avec randonnée glaciaire en Himalaya). On peut parier aussi sur le ski de randonnée pratiqué sur des itinéraires dédiés dans les stations de ski, voire sur des itinéraires classiques moins aseptisés. Mais de là à se former et devenir autonome dans ces pratiques, le chemin me semble étroit. Un tel processus nécessite des passeurs efficaces qui fassent évoluer les représentations, en donnant un sens positif au fait que cela prend du temps

et demande des efforts autres que purement physiques ou financiers. Une passerelle peut cependant être utilisée dans les deux sens... Combien sont-ils ces alpinistes qui commencent par incarner la porosité des pratiques en se mettant au trail, puis petit à petit se convertissent presque exclusivement à cette activité ? Il est révélateur que, alors que le trail se développe, la fédération française de course d'orientation ne voit guère évoluer favorablement le nombre de ses licenciés ou des inscrits aux événements qu'elle organise. Le risque de se perdre effraie et le danger n'est pas à la mode (sauf lorsqu'il concerne la prise de risque économique et le monde des affaires). L'acquisition de compétences en cartographie rebute. Que dire alors des compétences requises pour

l'alpinisme, l'escalade, le ski de randonnée ? Je ne doute pas que certains franchissent le gué, mais je crois que ceux-ci seront très minoritaires.

*Rozenn Martinoia*

Le trail est-il à la randonnée ce que l'escalade sportive est à l'alpinisme classique, c'est à dire une façon plus légère, plus sportive et plus sécurisée de fréquenter le milieu montagnard ? En effet, dans les deux cas, la version moderne de l'activité interpose entre le milieu montagnard et le pratiquant une logistique qui atténue grandement le risque, qui permet de s'arrêter quasiment quand on le souhaite (les relais ou les points de passage le permettant), de s'affranchir de la recherche d'itinéraire (les parcours étant balisés), de partir léger (les conséquences des aléas du milieu étant minimisés), et par conséquent de pousser au maximum la difficulté ou l'effort physique. Dans une société dont les rouages humains, sociaux, économiques, logistiques... tournent de plus en plus vite et fonctionnent à flux de plus en plus tendus, l'imprévu est avant tout perçu comme un risque. Et comme cette même société cultive la performance pour entretenir et supporter l'accélération et la spécialisation qu'elle s'impose, on a tôt fait de remplacer le risque par la difficulté, en domestiquant le milieu. Dans une société productiviste, à quoi sert la conquête, risquée, de l'inutile ? Et comme si ce n'était pas assez, Google Earth, Météo France et autres outils ont mis à mal les rêves d'inconnu, les désirs de découvertes et les envies d'imprévu. Il faut croire qu'on s'habitue plus facilement au confort qu'au risque, et qu'il est plus facile de se coltiner avec la difficulté que d'affronter le risque. Donc, la passerelle fonctionne bien, surtout dans un sens...

*Etienne Jaillard*

La dictature des réseaux sociaux peut avoir pour contrepartie de rendre les individus, en l'occurrence les traileurs, curieux d'explorer de nouvelles activités. Mais ces nouvelles formes de pratiques peuvent être dangereuses si elles semblent accessibles sans expérience. En parapente, par exemple, les conditions du printemps 2019 étaient exceptionnelles sur le mont Blanc et largement diffusées sur les réseaux sociaux. Résultat : un mort et de nombreuses personnes se "cratérisant" sur le sommet dans la journée, par manque du niveau nécessaire pour atterrir et redécoller

à une telle altitude. Antoine Girard, pilote très reconnu pour ces cross engagés à travers le monde, en a d'ailleurs fait un post intéressant sur les réseaux<sup>10</sup>. Il ne faut pas décourager les activités qui ouvrent vers de nouveaux horizons mais il faut s'interroger sur le cadre nécessaire pour réduire les risques. Informations, formations, réglementations... le problème est complexe, l'équilibre entre prévention et liberté de pratique est délicat.

*Julie Bailly*

La course en montagne, même aseptisée, permet à une foule de coureurs de sentir la nature. Et contrairement aux stations de ski où les frontières avec celle-ci sont de plus en plus hermétiques, elle amène un autre regard sur notre environnement. La difficulté, le froid, l'éloignement et la longueur de la pratique de la montagne ne paraissent plus réhébilitaires et de nombreux coureurs se mettent en parallèle à arpenter les chemins en dehors de toute compétition. En réalisant qu'avec la même patience et la même détermination qu'il met à s'entraîner pour finir son UTMB, un traileur serait capable de pratiquer la montagne et l'alpinisme en toute sécurité, nous pourrions transformer ses sensations en expériences. Nous avons un besoin urgent de retrouver un rapport sain et équilibré avec la nature. La course en montagne n'est pas la solution mais, si nous ne nous trompons pas, elle peut en être un magnifique moyen.

*Paul Bonhomme*

Paul rêve de faire du trail un tremplin vers l'alpinisme. Il est vrai que le trail apprend l'endurance, et que celle-ci est nécessaire en alpinisme. Mais ce rêve est illusoire. D'abord parce que la « toute sécurité » de l'alpiniste n'a rien à voir avec celle du traileur, du grimpeur ou du skieur de piste. Ensuite parce que les intelligences nécessaires à l'alpiniste dans sa pratique de la montagne ne s'apprennent pas dans des activités formatées pour les réduire à la seule intelligence de la gestion de l'effort physique. L'alpinisme nécessite l'autonomie. Et ce qu'apprend le trail, l'escalade sportive et toutes les pratiques formatées, ce sont les plaisirs gourmands de la dépendance, laquelle permet de se consacrer tout entier à la performance.

*Bernard Amy*

10

<https://www.facebook.com/292456590954241/posts/1157797367753488/>

## Vers une massification des activités de montagne ?

---

Une discipline nouvelle, initiée par des leaders, ouvre la voie à une vague de suiveurs parmi lesquels une élite va la rendre visible. Celle-ci est en partie commercialisée dès qu'une masse de pratiquants permet de générer un marché et un intérêt médiatique, jusqu'à une saturation qui voit alors diminuer le nombre d'adeptes qui se tournent vers d'autres disciplines. On peut ainsi supposer que le nombre de concurrents ou pratiquants et le nombre de compétitions de trail proposées atteignent le sommet d'une courbe en cloche. D'autres disciplines prendront le relais.

*Jean-Pierre Nicollet*

On peut comprendre l'organisation d'un trail comme une réduction des risques qu'une randonnée en montagne implique, rendant la discipline accessible à beaucoup. La massification de l'escalade, par exemple, s'est elle aussi produite en réduisant fortement le rapport à la mort qui caractérise pour moi l'alpinisme. Ce n'est pas Edlinger qui est à la source du développement de l'escalade, c'est la tige de tendeur et le spit de 12. Déséquipez toutes les falaises et passez en boucle les solos d'Edlinger ou de

## Un renouveau pour les territoires de montagne ?

---

L'engouement pour le trail est encouragé par l'organisation de compétitions de plus en plus nombreuses, de plus en plus variées et par des initiatives territoriales consistant à implanter des stations de trail. Les compétitions et ces stations bénéficient souvent d'aides publiques en raison des répercussions économiques espérées sur les territoires. Le tourisme évènementiel est devenu une entrée dans les vallées de montagne notamment par le trail et les cyclos sportives rassemblant sur plusieurs jours de nombreux compétiteurs, spectateurs ou accompagnants, ce qui engendre la consommation d'hébergement et de restauration. D'autre part les stations de trail, souvent implantées dans ou à proximité des stations de ski comblent en matière de fréquentation des périodes d'occupation des hébergements jadis délaissées. Le trail au côté d'autres activités, participe donc à la diversification du tourisme en montagne.

*Jean-Pierre Nicollet*

Honnold et vous verrez les falaises se vider de leurs pratiquants. Le trail est une belle démonstration de ce même processus.

*Gilles Rotillon*

Face à la force de frappe du marketing des sports de pleine nature que nous connaissons et pratiquons, face à ses méthodes de persuasion (« il ne faut pas dire qu'il y aura de moins en moins de neige, la Tarentaise doit continuer à vivre pendant les vacances scolaires » ; « ne parlons des accidents en escalade, la fédération a besoin d'augmenter son nombre de licenciés » ; « continuons de dire que le trail est une magnifique manière de vivre la montagne, les communes ont besoin de ces manifestations de masse »), il est plus que jamais urgent de faire l'apologie des pratiques sportives individuelles dans des milieux naturels non aménagés et donc... vraiment authentiques, eux !

*Bernard Amy*

Le trail pourrait réorienter le tourisme en moyenne montagne, au-delà de la stimulation ponctuelle de l'économie touristique locale où se déroulent des évènements. En effet, les paysages que ces courses donnent à voir et les émotions que ceux-ci suscitent, qu'elles soient personnellement vécues ou qu'il s'agisse de représentations véhiculées par divers supports de communication, peuvent raviver auprès d'un large auditoire un désir de montagne. On pourrait aussi émettre l'hypothèse optimiste que le trail, parce que fortement médiatisé, puisse sensibiliser non seulement les pratiquants mais aussi leur entourage et plus largement l'opinion publique, à la nécessité de préserver les espaces naturels.

*Rozenn Martinoia*

## Le trail modifie-t-il les représentations du milieu montagnard ?

---

Le trail influe sur les représentations de ce qu'est une pratique de pleine nature. En l'occurrence, les normes véhiculées par le trail et tout particulièrement ses événements renvoient à une pratique de masse (bien plus qu'une cordée ou qu'une collective de club) et festive (on appréciera ou pas l'ambiance kermesse), mais, et c'est ce qui me semble le plus important, elles renvoient à une pratique organisée de manière à réduire l'incertitude du milieu et donc la nécessité d'acquérir des compétences pour y évoluer sereinement. Ce qui n'est pas anodin.

*Rozenn Martinoia*

Si le trail et sa médiatisation peuvent influencer sur la représentation que se font les pratiquants, et plus largement la société, du milieu montagnard, la proposition peut très bien être retournée : n'est-ce pas parce que l'image de la montagne a changé que des activités comme l'escalade ou le trail se sont développées ? Un certain nombre d'entre nous a appris, enfant, la montagne avec grosses chaussures, gros sac, saucisson, et gestes lents pour éviter les accidents. Adulte, on s'est surpris en tennis ou chaussons, sac léger (ou pas de sac), fruits secs, et la rapidité comme gage de sécurité. Cette évolution doit beaucoup à l'amélioration considérable des prévisions météo, des moyens de communication ou des possibilités de secours. Ces évolutions ont drastiquement changé l'image de la montagne en diminuant l'imprévu, et donc l'engagement des activités dans ce milieu. Sans compter les nombreuses images ou vidéos qui présentent la montagne comme un lieu de happenings ou un bien de consommation.

Parallèlement, le développement des stations de ski, du deltaplane, du parapente, du down hill ... a conduit bon nombre de gens à voir la montagne principalement sous l'angle dénivelée = descente = sensations = plaisir. Tous termes qui incitent à voir dans la montagne le seul support matériel, topographique, d'activités récréatives, éventuellement valorisantes quand elles bénéficient encore de l'aura pâissante du milieu montagnard de l'époque « héroïque » des décennies précédentes.

*Etienne Jaillard*

Faut-il se réjouir ou s'inquiéter du développement du trail ? Au bout du compte j'ai plus de craintes que d'espoirs. Je crains surtout que le trail réduise l'acceptabilité sociale de pratiques ayant d'autres règles du jeu, telles que l'alpinisme et ses déclinaisons : des pratiques plus solitaires, plus libres, plus autonomes et plus engagées - au sens où chacun est responsable de sa sécurité et de ses choix, dans un jeu d'équilibre entre des compétences détenues et des compétences requises dans (par) un environnement naturel incertain. L'acceptabilité sociale d'une pratique n'est pas une question anodine : elle influe sur de nombreux choix et parfois les légitime. Je pense en particulier à des choix publics de réglementation ou d'équipement. Il en va ainsi de l'interdictions de certaines pratiques, de manière générale ou pour certains publics (sorties scolaires, lycées montagne), de règles pesant sur des professionnels (guides, DE escalade) ou des acteurs associatifs (clubs, encadrement bénévole), d'obligation d'assurance spécifique induite par l'individualisation du risque (avec une probabilité de surcoût substantiel affectant la démocratisation des pratiques) ou encore de la tendance à la sécurisation et à l'équipement systématiques au prétexte que « ma bonne dame, on ne peut ni laisser les gens s'exposer à de tels dangers ni réserver la montagne à une élite »...

*Rozenn Martinoia*