

Diplôme d'Université
Trail Running

Trail, culture et territoires :

*Le développement d'une activité
de services transversaux
entre trail et patrimoine culturel,
un levier pertinent et innovant
pour favoriser
la mise en valeur
des territoires ?*

**Présenté par
Nicolas Roussel**

Sous la direction d'Axel Pittet

Promotion 2024

REMERCIEMENTS

Si nous n'avons encore jamais expérimenté le format 100 miles sur un trail, notre micro-recherche semble pouvoir en proposer une forme d'expérience. Nous avons tout à découvrir sur le trail-running et notre sujet transdisciplinaire nous a conduits à traverser hauts et bas sur de nombreux chemins finalement inconnus comme le trail, la sociologie, l'aménagement du territoire, le tourisme, l'enquête quantitative, les entretiens qualitatifs, le marketing des services...

Je tiens ainsi à remercier vivement toute l'équipe qui a pensé et coordonné la si riche formation du DU trail de l'université de Grenoble Alpes ainsi que tous les intervenants pour nous avoir tant donné à découvrir.

Merci aux camarades de la promo 2024-2025, leurs expériences partagées n'ont cessé de me faire découvrir toujours plus de nouvelles pistes. Merci spécial à Hélène et Antoine en espérant que nos projets aboutiront.

Un remerciement tout particulier aussi en forme de pardon adressé à Axel Pittet qui a su diriger ce mémoire avec le peu que j'ai pu lui communiquer et qui, par ses cours ou ses conseils aussi encourageants qu'éclairants, m'a toujours guidé. Un immense merci à Laure Desmurs pour avoir impulsé une direction à suivre pour ce travail. Merci également à tous les deux pour l'épreuve de relecture que je vous impose. Il m'aurait fallu beaucoup plus de temps pour assimiler tant de nouveautés, de lectures, d'échanges et d'expériences et pouvoir vous proposer une version synthétique lisible.

Merci à tous les répondants, traileurs, traileuses, organisateurs et organisatrices, acteurs et actrices du monde de la culture et du tourisme et à tous ceux qui, partout en France, m'ont proposé leur contribution sans que je puisse toujours y répondre.

Un immense merci à toutes les personnes passionnées et passionnantes qui m'ont accordé leur temps lors d'entretiens enthousiasmants : Philippe Lefebvre, Chantal Massy, Gilles Briand et toute l'équipe du TPN, Hélène Leleu, Marine Verchère, Alexandre Cailler, Cécile Lefebvre, Laurent Costarramoune, Alexandre Boucher, Pierre-Sébastien Burnichon, Alice Buffet, Erika Lamy et Marc-Antoine Brekiesz.

Un immense merci à Nathalie, Étienne, Jean-Sébastien et Simon, mes valeureux « cobayes » pour avoir si bien joué le jeu de l'expérience culture-trail.

Merci à mes proches qui me soutiennent dans tous mes projets et à vous trois encore plus.

RÉSUMÉ

Le trail-running est considéré comme une activité sportive de pleine nature. La pratique est en plein essor et les trails organisés n'ont cessé de se développer sur tout le territoire français.

Un tour d'horizon rapide de l'histoire et des différentes conceptions du trail-running selon les ancrages disciplinaires met en évidence plusieurs aspects importants de l'activité : son hybridité, sa dimension culturelle essentielle et son impact sur la valorisation des territoires.

Le trail-running a acquis ses caractéristiques principales par hybridation de la course à pied et de différentes activités de pleine nature. La pratique s'est alors structurée comme une forme de culture fondée sur une certaine éthique et sur des modes d'engagement très divers. Cette hybridité constitue l'une des raisons de son succès.

Les conceptions théoriques récentes de la course à pied, du tourisme sportif ou plus généralement des activités récréatives nous ont conduits à étudier la façon dont la connexion entre trail-running et ressources culturelles peut constituer un levier innovant pour favoriser l'attractivité d'un territoire.

Les relations entre trail-running et culture au sens large sont essentielles, elles sont de plus extrêmement fréquentes et variées.

Nous avons cherché à mesurer la façon dont ces connexions entre trail-running et culture sont investies, notamment sur les trails. La pratique observante et les entretiens qualitatifs menés auprès de plusieurs acteurs de l'écosystème trail ou du monde de la culture conduisent à penser que ces connexions font souvent la preuve de synergies innovantes mais qu'elles pourraient parfois être développées et mieux mises en adéquation avec les spécificités des territoires.

Le trail semble en effet pouvoir constituer une sorte de laboratoire des dynamiques de transition à penser par exemple dans le champ du tourisme durable. Le développement d'une activité de services transversaux entre trail-running et patrimoine culturel paraît pouvoir constituer un outil pertinent pour favoriser la mise en valeur des ressources des territoires.

Plusieurs activités de services sont ainsi envisagées. Une triple enquête quantitative, menée auprès de traileurs, d'organismes de trail, d'acteurs du tourisme et de la culture, a été conçue pour en mesurer la pertinence. Les outils du marketing des services nous ont permis d'affiner les diagnostics et de proposer à l'expérimentation une offre touristique et une offre de conseil fondées sur des protocoles construits à la croisée de la théorie et de l'expérience.

TABLE DES MATIERES

REMERCIEMENTS.....	2
RESUME.....	3
INTRODUCTION.....	8
PARTIE 1 : Le trail, une pratique hybride en plein essor, favorable à la mise en valeur des ressources culturelles des territoires ? Tentative de cadrage théorique à la croisée des champs disciplinaires.....	10
1.1 Définitions et histoire(s) du trail.....	10
1.1.1 L'origine du mot : une empreinte historique et culturelle sur le territoire	10
1.1.2 Une pratique inscrite dans l'histoire longue de la course à pied.....	12
1.1.3 Une pratique récente dont l'histoire s'inscrit dans des mutations sociales incarnées par la course à pied.....	13
1.1.3.1 La première révolution postmoderne (1968-1990).....	13
1.1.3.2 La deuxième révolution (1991-2008) de l'hypermodernité.....	14
1.1.3.3 La troisième révolution (2009-2020), hybridité transmoderne.....	14
1.1.4 Une pratique sportive récente, hybride et protéiforme.....	15
1.1.5 Un essor fulgurant des trails et du nombre de pratiquants depuis les années 90.....	16
1.2 Sociologie, psychologie et philosophie du trail : un tour d'horizon	18
1.2.1 Sociologie du trail : des modes d'engagement divers et des profils en évolution.....	18
1.2.1.1 Une pratique auto-organisée de plus en plus structurée.....	19
1.2.1.2 L'engagement dans la pratique : l'expérience des limites, l'entretien physique et le goût de la découverte.....	19
1.2.1.3 Des profils sportifs et sociaux diversifiés ?.....	21
1.3 Entre philosophie et psychologie, de l'esprit trail au <i>nowhere</i> ?.....	23
1.3.1 L'esprit trail, une certaine éthique de la course.....	23
1.3.2 <i>Anima sana in corpore sano</i> et philosophie du voyage, la pensée en mouvement.....	23
1.3.3 La psychologie de l'immersion : du <i>nowhere</i> au <i>now here</i>	25
1.4 Les apports des sciences et des sciences et technologies de l'activité sportive.....	26
1.5 Trail-running, géographie, tourisme et développement des territoires.....	27
1.5.1 Géographie et territoires du trail-running.....	29
1.5.2 Le trail-running, une expérience touristique, un outil de développement du territoire et un écosystème mature ?.....	29
1.5.2.1 Le trail, une expérience touristique ?.....	29
1.5.2.2 Trails et développement des territoires.....	31
1.5.3 Un écosystème mature à la croisée des chemins ?.....	33
1.5.4 Le trail-running, un outil pertinent pour penser et préparer les transitions touristiques.....	35
PARTIE 2 : Le trail, une pratique et une culture, favorables à la mise en valeur des ressources culturelles des territoires ? Expériences et diagnostics protéiformes de l'hybridation trail-running et culture.....	38
2 Tour d'horizon des connexions entre trail-running et culture	38
2.1 Le trail, une culture à part entière	38
2.2 Trail-running et culture, des connexions variées et structurantes, en phase avec l'hybridité de l'activité.....	40
2.2.1 Tour d'horizon de la connexion entre trail-running et arts.....	41
2.2.1.1 Avec l'architecture et l'histoire, une connexion originelle.....	42
2.2.1.2 Photographie, sculpture, peinture de paysage et art contemporain, des connexions multidimensionnelles.....	43

2.2.1.3 La bande-originale des trails : du son, des silences, de la musique épique.....	47
2.2.1.4 Trail et arts de la scène et du spectacle vivant.....	48
2.2.1.5 Le monde du livre et de la littérature, lire, écrire, courir.....	51
2.2.1.6 Le cinéma et l'immersion polysensorielle.....	55
2.2.2.7 Les trails, des événements culturels.....	56
2.2.2 Trails sportifs à prétexte patrimonial, trail patrimonial à prétexte sportif ?.....	57
2.2.3 Applications, parcours trail et visites courues : tour d'horizon de la mise en tourisme culturelle du trail.....	59
2.2.4 Six trails en pratique observante pour un label Culture-trail.....	61
2.2.4.1 - 9 mars 2024, Trail du Ventoux, 52 km, 3000 D+ - Patrimoine naturel, patrimoine immatériel et expérience climatique.....	62
2.2.4.2 - 21 avril 2024, Nord Trail Monts de Flandres, Saint-Jans-Cappel, 78 km, 1800 D+ - Un trail festif au service de l'identité d'un territoire et de son patrimoine immatériel - Une expérience pluvieuse de la glaise des houblonnières.....	62
2.2.4.3 - 10 mai 2024, Volvic Volcanic eXpérience, Volvic, 112km, 3500 D+ - Une connexion totale entre trail, culture et territoire ? Une météo parfaite et une expérience des troubles associés à la nutrition.....	64
2.2.4.4 - 17 mai 2024, Trail des Pyramides Noires, Oignies, 62 km, 1000 D+ - Une expérience d'activité récréative dans un espace naturel anthropique - Étude approfondie d'un trail de marketing territorial sous la pluie et dans la boue de schiste.....	65
2.2.4.5 - 10 septembre 2024, Trail des Beaux-Monts, Compiègne. 27 km, 600 D+ - Un trail local dynamique et convivial. Des conditions météo parfaites.....	68
2.2.4.6 - 16 septembre 2024, Urban Trail de Valenciennes, 9km, 91 D+ - Un événement plus festif que sportif qui met en avant le tissu associatif et les solidarités locales dans la fraîcheur d'une fin d'été.....	69
2.2.5 Un label culture-trail ?.....	69
2.3 Des services adéquats pour prolonger et favoriser les connexions entre trail, culture et valorisation des territoires ?.....	71
 PARTIE 3 : enquête qualitative et marketing des services, la fin des diagnostics.....	73
3 Une triple enquête quantitative et les diagnostics du marketing de service.....	73
3.1 Les principes de la triple enquête , les modes de récolte de données et leurs limites.....	73
3.1.1 Le profil des répondants.....	75
3.1.1.1 Les traileurs répondants : des pratiquants réguliers et expérimentés.....	75
3.1.1.2 Le profil des organisateurs de trail et des types de trails organisés – Des organisateurs eux-aussi expérimentés et des formats variés.....	78
3.1.1.3 Le profil des acteurs de la culture et du tourisme répondants : une majorité de musées et d'offices de tourisme.....	80
3.1.2 La vision croisée des univers, l'existence et l'intérêt pour les partenariats, les freins et les leviers.....	82
3.1.2.1 Le rapport à la culture des traileurs répondants et leur vision des connexions trail-culture.....	82
3.1.2.2 Le rapport des organisateurs aux ressources culturelles et aux acteurs du territoire.....	85
3.1.3 Le rapport des acteurs de la culture et du tourisme aux trails et à la pratique.....	91
3.1.4 Regards croisés sur les expériences de connexion proposées lors de trails.....	97
3.1.4.1 Expérience et intérêt des enrichissements culturels selon les traileurs.....	102
3.1.4.2 Expérience, intérêt et difficultés des enrichissements culturels selon les organisateurs.....	105
3.1.4.3 Expérience, intérêt et difficultés des enrichissements culturels selon les acteurs du tourisme et de la culture.....	106
3.1.5 La mise en tourisme culturelle du trail-running : regards croisés sur l'intérêt de développer des séjours, des visites ou des activités de conseil.....	106

3.1.5.1 L'intérêt pour les séjours mêlant trail et culture.....	106
3.1.5.1.1 Selon les traileurs.....	106
3.1.5.1.2 Selon les organisateurs.....	110
3.1.5.1.3 Selon les acteurs du tourisme et de la culture.....	111
3.1.5.2 Les visites culture-trail.....	112
3.1.5.2.1 Vues par les traileurs.....	112
3.1.5.2.2 Selon les organisateurs, les acteurs de la culture et du tourisme.....	112
3.1.5.3 Le conseil en connexion et les services de team-building.....	115
3.2 Les outils diagnostics du marketing de services.....	117
3.2.1 Diagnostic externe.....	117
3.2.1.1 Outil Pestel.....	117
3.2.1.2 les 5+1 forces de Porter.....	120
3.2.1.3 SWOT.....	122
3.2.2 Diagnostic interne.....	122
3.2.2.1 La chaîne de valeur de Porter.....	122
3.2.2.2 Ressources.....	123
3.2.2.3 Outil VRIO.....	123
 PARTIE 4 - Une agence de voyage et de conseil en connexion culture trail : préconisations, protocoles et pistes de développement.....	 125
 4. Les outils diagnostics du marketing de service et l'expérimentation de services.....	 125
4.1. Ciblage, besoins, étude concurrentielle.....	125
4.1.1 Ciblage.....	125
4.1.2 Pyramide des besoins de Maslow.....	127
4.1.4 Modèle IAC.....	128
4.1.5 Étude de la concurrence.....	129
4.1.5.1 Triangle du positionnement.....	129
4.1.5.2 Analyse concurrentielle pour l'exemple de l'offre de séjours.....	130
4.2. Mix marketing	130
4.2.1 Offres : des services variés.....	130
4.2.2 Prix.....	131
4.2.3 Place.....	131
4.2.4 Promotion.....	131
4.3. Test d'une expérience récréative et immersive de culture-trail et enquête de satisfaction.....	132
4.3.1 Une expérience immersive dans un territoire aux ressources hybrides.....	132
4.3.2 Les retours de l'enquête de satisfaction menée auprès des testeurs.....	132
4.3.3 Les préconisations pour une agence de voyage culture-trail.....	138
4.4. Projets d'expérimentations et préconisations pour l'agence de conseil culture-trail et attractivité du territoire	 139
4.4.1 Les expérimentations tentées ou en cours.....	139
4.4.2 Les outils qui pourraient nous permettre d'être plus crédibles et mieux suivis dans nos recommandations.....	 140
4.4.2.2. Le label culture-trail.....	140
4.4.2.3. Le protocole culture-trail.....	140
4.4.2.4. Imaginer d'autres services adaptés à notre profil professionnel.....	142
 CONCLUSION.....	 143
Annexes.....	145
Annexe 1 – Evolution des pratiques récréatives en fonction des formes sociétales.....	146

Annexe 2 – Lien vers le questionnaire d'enquête à destination des traileurs et des traileuses.....	146
Annexe 3 – Lien vers le questionnaire d'enquête à destination des organisateurs et organisatrices de trails.....	146
Annexe 4 – Lien vers les questionnaire d'enquête à destination des acteurs de la culture et doutourisme.....	146
Annexe 5 – Lien vers le culture-trail book de l'expérience immersive dans le Bassin minier- Patrimoine mondial de l'UNESCO.....	146
Annexe 6- Lien vers l'enquête de satisfaction des participants à l'expérience immersive dans le Bassin minier-Patrimoine mondial de l'UNESCO.....	146
Annexe 7 – Lien vers le fichier PDF regroupant les questionnaires d'enquête.....	146
Bibliographie.....	147
Filmographie.....	148
Sitographie.....	148

INTRODUCTION

Le trail-running est une pratique sportive d'endurance en pleine nature qui a connu en France un essor récent très important : le nombre de pratiquants n'a cessé d'augmenter ; les événements trail se sont multipliés et maillent désormais finement l'ensemble du territoire ; des espaces dédiés au trail-running ont essaimé à travers le pays et les médias se sont emparés de cette pratique « de masse » (Buron, 2022a).

Les pratiquants qui s'engagent dans le trail-running de façon régulière le font pour améliorer leur condition physique, pour s'immerger dans la nature et découvrir de beaux paysages ; ils participent aux événements pour ces différentes raisons mais également par goût du défi sportif, pour dépasser leurs limites ou encore pour vivre un moment de partage et de convivialité.

Les organisateurs d'événements créent quant à eux leur trail pour donner une image positive de leur territoire, pour proposer un défi sportif et pour développer un temps d'animation locale. Ces événements sportifs passent alors à proximité des lieux naturels ou patrimoniaux incontournables, ils sont aussi fréquemment enrichis de dégustations de produits locaux, de musique, ou encore de souvenirs (photographie, médaille, affiches, textiles...). Autrement-dit, de façon presque systématique, les trails développent une dimension culturelle plus ou moins prononcée et investie.

Pour les territoires, les retombées sont majoritairement positives. Retombées économiques directes. Retombées symboliques permettant de diffuser une image dynamique et sportive. Retombées économiques indirectes lorsque cette image attractive est entretenue par de nouvelles expériences touristiques innovantes. Retombées en termes de cohésion et de vivre-ensemble pour les habitants grâce à un événement fédérateur porté le plus souvent par des associations locales et de nombreux bénévoles.

Si l'on considère de plus que le Festival des Templiers constitue le premier trail organisé en France, on peut dire que dès l'origine du trail en 1995, la trace imaginée proposait une connexion forte entre la nature et le patrimoine historique du territoire puisqu'elle avait pour mission de relier les différentes cités templières (Lefief, 2022). À ses débuts en France, l'événement trail n'avait donc pas pour unique visée de mettre en valeur la beauté naturelle d'un territoire mais aussi celle de proposer une immersion dans son histoire.

Le trail semble d'ailleurs pouvoir permettre, du fait de son caractère hybride (Bessy, 2022a), une immersion profonde dans un territoire. Une immersion qui fonctionne à plusieurs niveaux. Immersion sportive, physique et polysensorielle dans la nature tout d'abord. Immersion géographique ensuite puisque l'effort de la course sur les sentiers permet un contact singulier et intime avec l'espace, immersion décuplée parfois par la souffrance que causent la topographie et le

terrain. Immersion historique aussi lorsque la trace donne à découvrir des lieux patrimoniaux dans la temporalité singulière de la course. Immersion culturelle hybride encore, lors des ravitaillements, lorsque la musique s'invite sur le parcours, lorsque les tenues traditionnelles apparaissent. Immersion philosophique et introspective enfin puisque le trajet est aussi l'occasion d'un dialogue intérieur permettant de se dire tout à la fois le plaisir ressenti, la possible souffrance et d'interroger ses capacités à accélérer ou celles des autres. Autrement-dit, le trail est une sorte de voyage dont les limites temporelles sont plus ou moins distantes mais qui offre l'occasion de découvrir un territoire et parfois de se découvrir soi-même.

Participer à un trail c'est ainsi participer à un événement absolument singulier. Si chaque trail est normé par des attendus et des contraintes organisationnelles, chaque territoire traversé est unique. La coloration et la singularité différenciante de l'expérience proposée par l'événement dépend cependant beaucoup des intentions premières des organisateurs, des synergies créées entre les partenaires économiques, sportifs, culturels, associatifs ou encore touristiques et de l'investissement des collectivités.

À un moment où l'écosystème trail semble parvenir à une sorte de première maturité et où la pratique constitue elle-même une forme de culture, nous cherchons plus particulièrement à étudier les connexions qui existent entre le trail-running, les trails et la valorisation des patrimoines culturels matériels et immatériels des territoires.

Nous nous demanderons ainsi si le développement d'une activité de services favorisant la connexion entre trail-running et patrimoines culturels pourrait constituer un outil pertinent et innovant de valorisation des ressources d'un territoire.

L'une de nos principales difficultés réside dans le fait que nous devons nous situer à la croisée de plusieurs champs disciplinaires : les sciences liées à l'étude des facteurs de performance par exemple, la géographie, l'aménagement du territoire, l'histoire, les arts, le tourisme sportif ou encore la psychologie, la philosophie et le marketing territorial.

Nous proposerons donc un diagnostic permettant de mettre en évidence les connexions entre trail et culture, fondé sur une rapide revue de littérature dans un premier temps. Diagnostic fondé ensuite sur une participation observante à différents trails ainsi que sur des entretiens menés avec des organisateurs, des traileurs et des acteurs du tourisme, de l'aménagement et de la culture, dans un deuxième temps.

Nous utiliserons dans une troisième partie les outils du marketing de service pour prolonger et synthétiser ces premiers diagnostics ainsi qu'une enquête quantitative menée auprès de pratiquants du trail-running, d'organismes et d'acteurs de la culture et du tourisme afin de mesurer

les besoins en termes de services pour favoriser la connexion entre sport, culture et territoires.

Dans une quatrième partie, nous nous efforcerons de présenter les expériences de services menées à la suite de ces diagnostics afin de proposer un bilan et des préconisations ainsi que certaines pistes que nous n'avons pas encore eu l'occasion de tester.

PARTIE 1 : Le trail, une pratique hybride en plein essor, favorable à la mise en valeur des ressources culturelles des territoires ? Tentative de cadrage théorique à la croisée des champs disciplinaires

1.1 Définitions et histoire(s) du trail

1.1.1 L'origine du mot : une empreinte historique et culturelle sur le territoire

La dimension culturelle du trail n'est pas ce qui vient le plus spontanément à l'esprit quand on cherche à définir la pratique et elle ne semble pas apparaître dans les traits définitoires premiers de cette pratique sportive qui se caractérise surtout par le fait qu'elle se déroule dans un environnement naturel.

Le trail-running¹ est en effet « une activité physique de nature relevant de la course à pied d'endurance » (Buron, 2020a) ou « une activité ludo-sportive auto-organisée, en terrain naturel plutôt technique, dont la durée varie d'une heure à plusieurs jours » (Hoffman et Fogard, 2012). Le champ sportivo-compétitif l'envisage ainsi comme une activité sportive de pleine nature et s'inscrit dans la lignée de l'ITRA qui définit plus précisément la spécificité du trail en tant que compétition de course à pied : c'est « une compétition pédestre ouverte à tous, dans un environnement naturel, avec le minimum possible de routes cimentées ou goudronnées (20% maximum). Le parcours peut s'étendre sur quelques kilomètres pour les distances courtes et aller bien au-delà de 80 km pour les ultra-trails » (ITRA, 2013). Le trail est alors souvent assimilé à une « course sur sentier » (Plard, 2019) et se distingue donc des courses sur route notamment. C'est de plus un événement participatif.

La définition sportive se situe d'ailleurs bien en phase avec l'origine du mot « trail », devenu nom commun en français par emprunt à l'anglais où il signifie la « trace », la « traînée » (d'une comète, de poudre, de sang...), ou le « sentier ».

Cette origine du mot nous intéresse à double titre. La notion de « trace » est en effet aujourd'hui centrale dans le trail et ses dérivés : la trace des trails ou des sorties réalisées se diffuse sur le site des organisateurs d'événements, sur les applications ou s'échange sur les réseaux. Elle fédère donc une forme de culture. On comprend de plus que la dimension historique du mot « trail » se révèle finalement essentielle : le « trail » à l'origine, c'est une empreinte sur le territoire née des échanges, des liens entre les lieux et les personnes ; c'est le sentier, autrement-dit, c'est l'histoire de la succession des pas qui l'ont façonné et des êtres qui l'ont parcouru ou imaginé. De nombreux

1 Nous désignerons la pratique par le mot « trail-running », « trail » sera réservé exclusivement aux événements.

chemins portent ainsi l'inscription physique dans le territoire d'une histoire et d'une culture : chemins de pèlerinage, de contrebande, de transhumance, sentiers des douaniers, anciennes voies romaines, etc.

La dimension sportive et naturelle domine donc évidemment les définitions du trail-running et du trail mais la dimension historique et culturelle est aussi essentielle, voire consubstantielle.

1.1.2 Une pratique inscrite dans l'histoire longue de la course à pied

L'histoire du trail-running a été beaucoup documentée (Bazin, Bessy, Lefieff, Plard notamment). Si le succès et la structuration de la discipline sont récents¹, son évolution s'inscrit dans l'histoire longue de la course à pied d'endurance, une pratique dont l'essence remonte aux origines de l'Homme. Selon la « running-man theory » (Lefieff, 2022 ; Plard, 2021), la capacité de l'homme à courir sur de longues distances pour chasser et se nourrir aurait en effet constitué un facteur décisif de son évolution.

Cette histoire parfois légendaire de la course à pied et du trail-running a été beaucoup décrite et les historiens qui se sont emparés du sujet semblent s'accorder sur un certain nombre de jalons qui l'auraient constituée : depuis la Préhistoire donc mais aussi et surtout depuis la Grèce antique et la légende du messenger Philipiddès², jusqu'à la naissance des événements trail en France dans les années 1990, puis à l'explosion médiatique autour de la pratique à la suite de la création de l'UTMB en 2003 et des succès de héros comme Kilian Jornet depuis 2007. En passant au fil des siècles par les exploits d'endurance des messagers-coureurs incas ou écossais³, les rites ancestraux des indiens Tahrahumaras, les courses de foire du Moyen-Âge et les *korrikalis* basques, les défis fous des *pedestrians* anglais⁴ au début du XIXe siècle puis le marathon des premiers Jeux Olympiques modernes de 1896, première épreuve officielle de course à pied de longue distance.

Le trail-running s'inscrirait donc dans une filiation transhistorique aux dimensions culturelles et anthropologiques variées : l'évolution et la survie de l'espèce, la communication, la coopération et la solidarité, la convivialité et l'effervescence collective du pari ou du défi sportif par exemple. Autant de variations que l'on peut lire dans le nuancier des pratiques ou des événements trail contemporains.

1 La FFA est délégataire de la pratique et des compétitions depuis 2012 et l'ITRA a proposé une première véritable structuration du trail à partir de 2013.

2 L'histoire est bien connue, Philippidès aurait parcouru les 42 km séparant Marathon d'Athènes pour prévenir la cité de la victoire des Grecs lors de la bataille de Marathon en 490 avant notre ère. Selon Jean-Philippe Lefieff (2022), reprenant le récit de l'historien grec Hérodote, le messenger aurait plutôt parcouru 500 km.

3 Messagers écossais que l'on choisissait lors de courses comme celle organisée par le roi Malcolm III au XIe siècle dans les *Highlands*.

4 Comme celui du Capitaine Barclay qui parcourut 1 609 km en 1000 heures.

1.1.3 Une pratique récente dont l'histoire s'inscrit dans des mutations sociales incarnées par la course à pied

Pour Olivier Bessy cependant « analyser la course à pied d'aujourd'hui comme un simple prolongement des pratiques pédestres ancestrales en référence à une essence absolue n'est pas juste, car cette façon de penser incite à considérer cette activité en dehors de son rattachement à un contexte socioculturel » (Bessy, 2022a). Autrement-dit le trail-running et les trails sont des vocables contemporains, ils ne sont cependant pas nouveaux car leurs origines sont profondes mais ils doivent être envisagés à la lumière des recompositions récentes de l'évolution de la course à pied en lien avec les évolutions socio-politiques et socio-économiques qui lui donnent ses colorations dominantes : hédonisme, performance, quête identitaire.

Le trail-running se développe ainsi dans le prolongement des évolutions de la course à pied depuis le boom du jogging à la fin des années 60, cette « vague courante » (Segalen, 1994), ce « nouveau souffle » (Bessy, 2022a), jusqu'aux hybridations récentes de la course à pied les plus complexes, en passant par le développement des courses de l'extrême. Bessy distingue ainsi « trois révolutions de la course à pied identifiées en lien avec des formes sociétales dominantes » (*Ibid.*) que nous retraçons brièvement.

1.1.3.1 La première révolution postmoderne (1968-1990)

Elle incarnait les valeurs nouvelles de la postmodernité, « construction d'un nouvel univers social oscillant entre contestation et hédonisme » et elle a vu la course à pied sortir de la piste des stades et du giron d'un athlétisme orthodoxe et élitiste. Le jogging a libéré ainsi une foule de coureurs récréatifs de la quête de la performance qui avait structuré la discipline tout au long du XXe siècle. C'est une pratique qui s'adressait au plus grand nombre dans une quête du dépassement de soi et dans le but de bonifier la santé physique et morale. La course à pied se développe en France « en empruntant des chemins divers et variés et en poursuivant de nouveaux idéaux médiatisés par la revue *Spiridon* » (*Ibid.*). Naissent alors de nombreuses courses hors-stades mythiques comme la Marvejols-Mende, dans une lutte parfois sans merci avec les instances dirigeantes de la FFA (Segalen, Bessy, Lefieff). « À son commencement, la pratique du trail s'est inspirée des valeurs postmodernes de liberté, de jeu et de respect de la nature. » (Bessy, 2022b)

1.1.3.2 La deuxième révolution (1991-2008) de l'hypermodernité

Au cœur des mutations d'une société hypermoderne « dont les valeurs s'inscrivent dans un processus d'accélération de la société » et qui « exacerbent l'accomplissement individuel sans limite, la recherche de sensations extrêmes et la mise en spectacle de soi-même » (*Ibid.*) Le « jogging » devient alors le « running » et courir se caractérise moins comme une pratique libre de plaisir que comme un défi lancé à soi-même, à la distance et au chronomètre. Une révolution qui se lit dans l'explosion du nombre des participants aux marathons et qui est aussi illustrée par « le développement du trail sous toutes ses formes, et notamment les plus extrêmes [...] en devenant le Graal à atteindre pour de nombreux amateurs et l'emblème suprême car touristiquement porteur pour de nombreux territoires » (*Ibid.*).

1.1.3.3 La troisième révolution (2009-2020), hybridité transmoderne

La condition transmoderne se définirait par la cohabitation entre des aspirations parfois opposées comme la foi en un progrès illimité et un nouveau rapport à l'environnement, la performance et la réflexivité, la pratique solitaire et la pratique collective, la recherche d'un environnement sauvage et dans des parcours sécurisés, et où « du renforcement des modalités extrêmes (Ultratrails...), festives (Fun Color...) et ludiques (courses à obstacles...), à la poursuite de chemins de traverse plus écologiques et solidaires [...] », « la course à pied se reconfigure dans de multiples hybridations favorisant le vécu expérientiel dans le but de mieux habiter le monde actuel » (*Ibid.*). Le trail peut ainsi être défini aujourd'hui comme une « forme hédosportive¹ de course longue » (INJEP, 2023).

Notre réflexion d'ensemble s'inscrit donc dans le sillage d'Olivier Bessy et de son cadrage théorique² des types d'activités (leur valeurs associées, les modes d'engagement, le rapport au corps, les lieux de pratique ...) en fonction de ces périodes déterminées par des formes sociétales différentes et des individualismes qui ont évolué³. En effet, la notion de transmodernité paraît

1 « Les hédosportifs ont un style de pratique tourné vers le jeu, le plaisir, la contemplation, le sensible et les émotions, tout en s'inscrivant dans une dynamique sportive car sujette à l'effort, l'entraînement, la performance et son amélioration par l'apprentissage. Autrement dit, ils combinent deux logiques a priori contradictoires, celle du plaisir hédonique (que l'on retrouve notamment dans les raisons de pratique comme « nature » et « plaisir ») et celle de l'effort ascétique (que l'on retrouve dans les raisons de pratique comme « compétition », « dépense » et « performance ») » (INJEP, 2023).

2 Voir annexe 1 : Bessy, « Tableau de l'évolution des pratiques récréatives en fonction des formes sociétales (1900-2020) » (*in* Riffaud *et al.*, 2021)

3 L'individu postmoderne rompt avec les repères autoritaires, affirme une attention à soi nouvelle ; l'individu hypermoderne est centré sur le dépassement de soi pour intensifier les formes d'existence. Ainsi, pour Georges Vigarello « la vieille expérience de la transcendance s'est rabattue sur l'expérience de la sensation » (Vigarello, préface à Bessy, 2022a)

efficace pour penser les connexions voire les hybridations entre trail-running et culture . Soulignons également la coexistence actuelle dans la pratique transmoderne du trail-running des modes d'engagement et de motivations postmodernes et hypermodernes. Nous continuerons en outre de nous situer tout de même dans la filiation avec l'histoire longue de la course à pied. C'est par ces différents cadres que nous chercherons ainsi à mesurer la façon dont le trail-running peut constituer un levier innovant pour la mise en valeur des patrimoines culturels des territoires.

1.1.4 Une pratique sportive récente, hybride et protéiforme

Le trail-running s'inscrit donc principalement dans l'histoire et les mutations récentes de la course à pied et de l'athlétisme mais il se définit également par son caractère sportif hybride : « le trail est une pratique récente. Elle est apparue dans les années 90, par hybridation d'activités déjà existantes telles que la randonnée pédestre et la course de montagne » (Bessy, propos recueillis par Vincent Voisin, 2022b). « Le trail-running s'ancre ainsi à travers l'histoire croisée des sports outdoor et des courses hors-stade » (Desmurs, 2024), et trouve ses sources dans le marathon, le cross country, mais aussi les courses de montagne ou la marche.

Cet héritage hybride du trail-running lui confère une certaine plasticité dont attestent les multiples formats de compétitions regroupés parfois de façon abusive sous une même dénomination. On peut ainsi désigner par « trail » une constellation d'épreuves aussi différentes que le Km vertical, le skyrunning, le trail court, l'ultra-trail, les courses circadiennes, les courses nature ou encore certains raids ainsi que les urban trails.

Le trail-running semble donc s'imposer progressivement comme un intégrateur de pratiques et de compétitions très variées qu'il incorpore sous une dénomination dont les limites sont discutées mais qui ne cessent de s'étendre. « Montagne, forêt, campagne, désert, cette course d'endurance se pratique sur tous les terrains naturellement irréguliers, incluant très souvent une partie de dénivelé, c'est-à-dire une différence d'altitude entre le départ et l'arrivée. En trail, la distance n'est donc pas la seule valeur qui compte ! La particularité du terrain mais également le rapport entre distance et dénivelé concourent à la difficulté de la course. » (ITRA, 2013).

Le trail-running agrège ainsi des cultures sportives diverses, des modes d'engagement différents et des motivations parfois opposées. C'est sans doute l'une des raisons qui permet d'expliquer son essor fulgurant depuis le début des années 1990. Essor qui se lit tout à la fois dans la progression corrélée du nombre de pratiquants et l'explosion du nombre d'événements organisés. Pour le dire

simplement, tout le monde aujourd'hui peut trouver un trail à sa mesure, correspondant à ses capacités, ses motivations, ses moyens.

1.1.5 Un essor fulgurant des trails et du nombre de pratiquants depuis les années 90

L'essor des événements trail a été important depuis les premières compétitions assimilées au trail qui apparaissent à la fin des années 70 avec la Western States Endurance Race notamment disputée en Californie pour la première fois par un coureur en 1974 puis depuis 1977 ou avec Sierre-Zinal en Suisse depuis la première édition organisée en 1974, la course des Cimes, ancêtre du Grand Raid de la Réunion (1989) ou la 6000D (1990). Ils se développaient alors de façon confidentielle en Europe et ne concernaient que quelques amateurs entraînés, expérimentés et familiers des terrains montagneux. Depuis, cet essor a même été fulgurant sous l'impulsion notamment du premier Festival des Templiers en 1995¹ qui fait entrer le mot trail dans le langage courant et dont le succès déclenche une dynamique positive renforcée et accélérée par la création de l'Ultra-Trail du Mont-Blanc en 2003.

Le nombre d'événements trail organisés en France a ainsi ensuite explosé comme le montrent Gilles Buron et Olivier Bessy sur ce graphique :

Figure 1 - Evolution du nombre d'événements trail en France métropolitaine entre 1995 et 2016

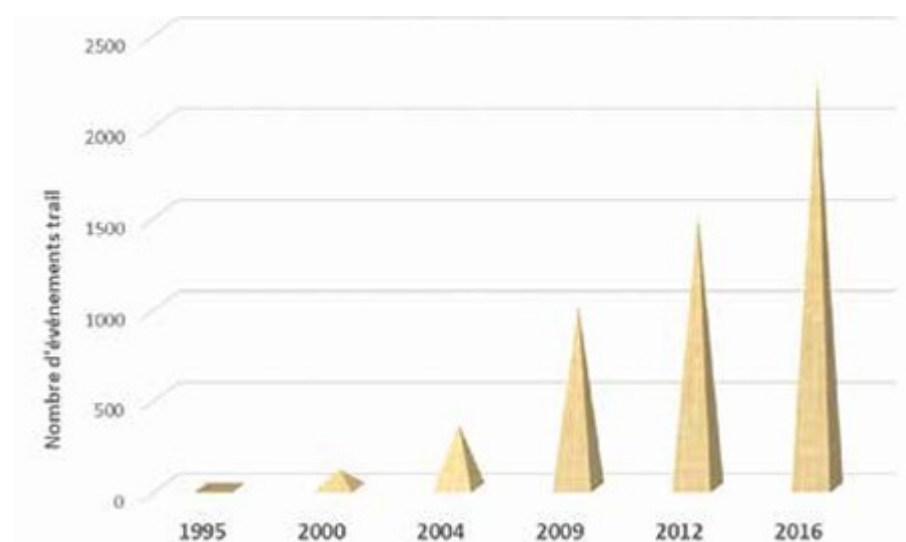


Illustration 1: Evolution du nombre d'événements trail en France métropolitaine entre 1995 et 2016 (Buron G. et Bessy O., cité dans Buron 2020a)

¹Première compétition à porter (et à déposer) le nom de « trail ».

Le nombre de trails dépasse ainsi aujourd'hui le nombre de courses sur route organisées en France « Avec 4268 trails, 3932 courses sur route et 2100 cross comptabilisés en 2023, pour un total de 2,3 millions de résultats – soit une progression de + 22 % par rapport à 2022 - la reprise des événements running se confirme et permet de continuer à se rapprocher du volume d'avant Covid. » (*Baromètre Finishers FFA*, produit avec l'Union Sport et Cycle, 2024). Le trail constitue donc un élément majeur de la structuration de la pratique de la course à pied. Les grands événements attirent de plus en plus de participants et les élites médiatiques participent de l'engouement pour le trail-running. En moyenne, on compte 490 coureurs par course selon l'*Observatoire du running 2024* (Union Sport et cycle, et Miles Republic, 2024)

Selon une étude de l'INJEP (2020), ce seraient plus de 12 millions de Français qui, en 2020, auraient pratiqué la course à pied durant l'année, dont 7,2 millions de façon régulière. Parmi ces coureurs et coureuses, 1,1 million auraient pratiqué le trail-running dont 500 000 de façon régulière. Le nombre de pratiquants a donc lui aussi très fortement progressé depuis les premiers aventuriers de la fin des années 70 :

Figure 2 - Tableau de la démographie des activités les plus représentées dans la population en 2020

	Pratiquants au moins une fois dans l'année		Pratiquants réguliers	
	En %	Effectif (en millions)	En %	Effectif (en millions)
Activités de course	22,0	12,2	13,1	7,2
Courses longues	21,7	12,0	12,8	7,1
Dont jogging, footing, running	19,0	10,5	11,0	6,0
Dont course à pied sur route	3,9	2,1	2,3	1,3
Dont trail	2,1	1,1	0,9	0,5
Courses de vitesse	1,2	0,7	0,6	0,3

Source : ENPPS 2020, INJEP/MEDES, Direction des sports. Champ : personnes âgées de 15 ans et plus résidant en France.
Lecture : en 2020, 19 % des personnes âgées de 15 ans et plus résidant en France déclarent avoir pratiqué le jogging, footing, running au moins une fois au cours des douze derniers mois (hors pratiques exclusivement utilitaires), ce qui représente 10,5 millions de personnes ; 11 % déclarent l'avoir pratiqué au moins une fois par semaine, soit l'équivalent de 6 millions de personnes.

Illustration 2: CNPPS 2020, INJEP/MEDES

Selon une autre étude de l'INJEP (2023) les chiffres progressent encore : près de 15 millions de Français auraient pratiqué la course à pied durant l'année 2023 et 10 millions l'auraient fait de façon régulière. Parmi ces coureurs et coureuses, 2% auraient pratiqué le trail-running :

Figure 3- Détail des disciplines par univers, décembre 2023

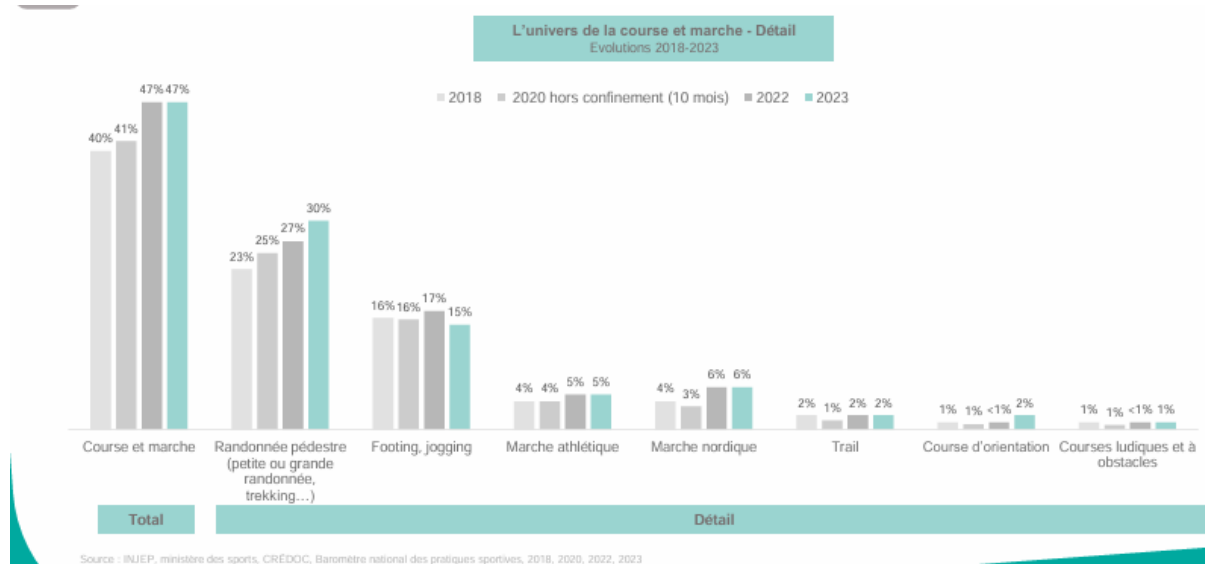


Illustration 3: « L'univers de la course et marche » - Détail - Évolution 2020-2023, INJEP, 2023

Dans la massification de la course à pied depuis les années 70, le segment trail s'est donc également fortement développé et on peut même le définir aujourd'hui comme « une pratique sportive relevant d'une aventure de masse sécurisée » (Buron, 2022a) dans laquelle les modes d'engagement sont eux-aussi très variés. D'après l'Observatoire du running 2024, le nombre de participants à des trails a augmenté de 13,4 %, par rapport à 2022 et 1,4 millions de coureurs se déclareraient traileurs avant tout. Cette massification du trail-running nous autorise ainsi à penser qu'il pourrait être pertinent de développer des services permettant de différencier notamment les offres événementielles en prenant appui sur les modes d'engagement divers des pratiquants.

1.2 Sociologie, psychologie et philosophie du trail : un tour d'horizon

1.2.1 Sociologie du trail : des modes d'engagement divers et des profils en évolution

1.2.1.1 Une pratique auto-organisée de plus en plus structurée

L'essor du trail-running peut se lire également dans sa structuration ainsi que sa promotion par l'ITRA depuis 2013 et World Athletics, que l'organisation des championnats du monde¹ 2021 illustre tout comme sa réglementation progressive (règle 57 des règles de compétition et des règles techniques de World Athletics). En France, cette pratique d'abord auto-organisée, réunissait quelques milliers de coureurs en 1990. Sa structuration (récupération diraient certains) et sa réglementation sont aujourd'hui gérées par la FFA qui a reçu délégation du ministère des sports. L'immense majorité des clubs d'athlétisme affichent ainsi l'activité trail dans leur référencement sur le site de la fédération en plus des autres activités traditionnelles de l'athlétisme ; un guide accompagne les organisateurs dans la création de leurs événements ; la formation au Certificat de Qualification Professionnelle intègre de plus en plus de traileurs, un challenge national a été créé et l'équipe de France domine le trail mondial.

Cependant la pratique est « réglementée par la fédération française d'athlétisme mais s'est légitimée et imposée dans le champ sportif de façon autonome et dépasse actuellement les cadres sportifs fédéraux et étatiques existants » (Buron, 2022a). Des clubs et des associations sont ainsi spécifiquement dédiés au trail-running hors du giron de la FFA; les teams Élite privées se sont multipliées (36 teams en 2016); les différents circuits mondiaux (UTMB World Tour, Golden race series, l'International Skyrunning Federation et les World Trail Majors) ou les « infinity trails » et les challenges régionaux se développent de façon autonome. Autrement-dit, tous les traileurs et traileuses ne sont pas des licenciés de la FFA et ce phénomène répond de plus à l'hybridité du trail-running et à des motivations ainsi que des modes d'engagement dans la pratique très diversifiés.

1.2.1.2 L'engagement dans la pratique : l'expérience des limites, l'entretien physique et le goût de la découverte

Selon une enquête réalisée par Coureur du dimanche (2023) auprès de plus de 4000 coureurs réguliers, les motivations principales de l'engagement dans la course à pied seraient les bienfaits sur la santé mentale pour 68% des déclarants, les bienfaits sur la santé physique pour 62 %, le plaisir pour 48%, le dépassement de soi pour 45% et la compétition pour 14 %. « Lorsque l'on se penche sur les motivations générales à la pratique d'activités physiques et sportives, les adeptes de la course hors stade déclarent en premier lieu la santé, suivie par l'entretien, la dépense physique et la performance. Viennent ensuite de manière secondaire l'apparence, la nature ou encore la

1 Organisation née du travail conjoint World Athletics, WMRA et ITRA.

compétition qui sont autant de catégories motivationnelles au sein desquelles les coureurs sont surreprésentés. » (INJEP, 2023)

En ce qui concerne le trail-running plus particulièrement, selon l'enquête menée par le Think Tank Trail (2013) auprès de plus de 5000 traileurs et ayant reçu 2003 réponses qualifiées, les principales motivations pour réaliser un trail sont pour 17% des déclarants la découverte d'espaces naturels et autres paysages, pour 15% le dépassement de soi, pour 13% l'ambiance et la convivialité pour 11% le défi, le challenge et pour 10% la performance physique, sportive et technique. Ce que confirment globalement les résultats de l'enquête de l'INJEP menée en 2023 : « les pratiquants de trail déclarent souvent être motivés par le contact avec la nature [...], le trail semble se construire comme une forme hybride entre des goûts et valeurs ascétiques (dépense, performance, compétition) et d'autres plus hédoniques. Le trail est en effet la seule forme de course à faire ressortir des adeptes ayant des motivations liées à la nature et au plaisir, tout en maintenant un fort niveau de motivation liée à la dépense physique, la performance et la compétition. » De plus, la spécificité du trail-running se dessine dans le rapport à l'aventure : « C'est également la seule forme de course à pied faisant ressortir parmi les motivations l'aventure [...] et le risque » (INJEP, 2023).

Une revue de littérature scientifique (Plard et Martineau, 2022) permet de compléter ce constat de l'hybridité des motivations et fait apparaître que selon les chercheurs, l'engagement dans le trail-running procéderait d'une construction identitaire et « émergerait d'une appétence des individus pour se confronter à leurs propres limites dans la perspective d'éprouver leur existence, de la ressentir et ainsi faire face à un environnement social marqué par la perte de repères sociaux et moraux » ou permettrait des ancrages renouvelés entre le moi et le monde. Les déterminants majeurs de l'engagement dans la pratique serait bien également « l'esthétique du risque, [...] l'exposition au risque pour se connaître [...] ou le partage d'une expérience collective » (*Ibid.*). Classé par certains chercheurs (Bessy, Buron, Travers) dans la catégorie des activités sportives de l'extrême, elle permet « d'explorer les limites de son endurance et de sa tolérance à l'effort » (Travers *et al.*, cité par Plard et Martineau, 2022).

On le voit, l'engagement dépasse donc souvent le cadre de la simple pratique sportive et le trail-running peut « favoriser le développement d'une personnalité résiliente [...] et la force mentale » (Plard et Martineau, 2022). Les traileurs placent ainsi en tête des qualités nécessaires pour exceller en trail : le mental pour 27% des répondants, l'endurance pour 24%, l'envie et la volonté pour 15% d'entre eux (Enquête Think Tank Trail, 2013). La pratique semble ainsi conduire à des transformations qui gagnent les différentes sphères de l'existence et les participants aux épreuves

d'ultra-running retirent des bénéfices sociaux qui débordent la sphère de la course.

L'hybridité et la plasticité des événements trail permettent de proposer des distances et des formats adaptés afin de répondre à ces différentes motivations et ces modes d'engagement variés : de la randonnée gastronomique à l'ultra-trail, en passant par la course enfant ou le trail court.

Proposer des activités de services en lien avec la pratique et les événements doit de plus se concevoir également dans une adaptation non seulement aux différents modes d'engagement dans le trail-running mais aussi plus généralement à ceux de la course à pied.

1.2.1.3 Des profils sportifs et sociaux diversifiés ?

Cette diversité des profils sportifs engagés dans le trail-running constitue aussi la spécificité de la pratique : lors d'un trail, les coureurs et coureuses élites se mêlent aux traileurs et traileuses amateurs. Cette ouverture assez récente de la course aux amateurs confère ainsi une dimension participative aux événements. « La dimension participative a même pris le dessus sur la dimension compétitive, l'épanouissement et le fait de terminer l'épreuve sont bien souvent plus importants que la compétitivité et la rivalité » (Plard et Martineau, 2020). On peut même parler d'avènement du statut de « finisher » (McEwan *et al.*, 2020),

Les études scientifiques montrent qu'un profil-type est surreprésenté : « les hommes, blancs, hétérosexuels, des classes moyennes et supérieures » (Plard et Martineau, 2020). D'après l'ITRA la féminisation progresse à travers le monde et l'âge moyen des pratiquants est de 40 ans.

De plus, 39 % des pratiquants de trail-running vivent dans des agglomérations de 100 000 habitants et plus (Routier, enquête INJEP, 2023). Autrement-dit le public urbain se déplace massivement sur les courses.

L'enquête du Think Tank Trail (2013) présentait déjà ce profil dominant : parmi les répondants on trouvait 85% d'hommes et 15% de femmes ; 82% des traileurs ayant répondu avaient entre 25 et 49 ans, et 77 % vivaient en couple, 51% étaient CSP + (dirigeants, cadres supérieur et moyen, professions libérales), 22% avaient des revenus annuels supérieurs à 50 K€, et 37% des revenus annuels compris entre 30 et 50 K€. Les catégories sociales favorisées étaient donc majoritaires et le sont toujours. Elles semblent rechercher davantage la dimension aventureuse et touristique en pleine nature alors que les classes populaires « souhaitent plus fréquemment performer [...] pour être valorisées socialement » (Plard et Martineau, 2020). Le trail-running n'apparaît donc pas pour l'instant comme « représentatif des diversités ethniques, sexuelles et de genres présents au sein de la société » (*Ibid.*).

Il faut donc nuancer la démocratisation première du trail-running que son essor pourrait traduire. Si la représentation majoritaire des classes favorisées peut sembler ainsi constituer un levier pour le développement d'activités de services en lien avec la pratique, ce développement devra aussi s'ouvrir au plus grand nombre s'il veut être mis au service d'une véritable valorisation des territoires. Notons d'ailleurs que selon Olivier Bessy, les participants à certains trails comme le Grand Raid de la Réunion proviennent aujourd'hui de toutes les catégories sociales et le trail-running se diffuse chez les plus jeunes et les plus âgés (Bessy, 2022b).

1.3 Entre philosophie et psychologie, de l'*esprit trail* au *now here* ?

1.3.1 L'esprit trail, une certaine éthique de la course

On l'a vu, les motivations essentielles de la majorité des traileurs se trouvent donc dans les bienfaits pour la santé, le plaisir, l'accomplissement personnel, la socialisation et l'expérience de la pleine nature. L'adversaire principal n'est autre que soi-même et le plaisir principal réside dans le fait de finir.

Sans la nommer ainsi, l'ITRA semble avoir défini les principales caractéristiques d'une éthique que l'on désigne souvent comme « l'esprit trail » :

Né du plaisir de courir au contact d'une nature préservée, le trail est avant tout une communion avec notre environnement. Le coureur évolue sans artifice, dans un milieu exigeant pour le corps et l'esprit. Défi physique et mental, il incite à explorer ses capacités en toute humilité, au contact d'espaces aussi rudes que fragiles. Courir, à l'écoute de ses cinq sens, sans se focaliser nécessairement sur la performance mais sur son aptitude à gérer ses capacités physiques et mentales. Car ce qui anime les coureurs de trail avant tout, c'est de finir la course ! » (site de l'ITRA)

Les six principales caractéristiques de l'esprit trail seraient ainsi l'authenticité à laquelle l'esprit trail des origines pouvait ajouter le dénuement, l'humilité, le fair-play, l'équité et l'accessibilité pour tous, le respect et la solidarité. L'entraide devra ainsi par exemple toujours l'emporter sur la dimension compétitive lors d'un trail.

Certains coureurs et médias s'émouvent de la massification mais aussi de la professionnalisation du trail-running qui conduiraient à un affaissement de cet esprit trail fondé sur la convivialité, la solidarité et l'amour de la nature (*La Bande à D+*, épisode 8, 2022). Pourtant cet esprit trail perdure largement aujourd'hui, et beaucoup de coureurs considèrent le trail « comme une expérience sociale » de convivialité et d'entraide (Plard et Martineau, 2020). L'esprit trail doit donc lui aussi être intégré dans le développement d'activités en lien avec le trail-running. Pour être véritablement mises au service par exemple du développement du vivre-ensemble sur un territoire, ces activités devront être fondées sur la permanence de cette éthique.

1.3.2 *Anima sana in corpore sano* et philosophie du voyage, la pensée en mouvement

Il ne s'agit pas ici de proposer une publicité pour la marque ASICS qui s'est appropriée la citation de Juvénal mais de s'interroger sur les origines possibles de l'esprit trail que l'on retrouverait dans les motivations de certains coureurs. La course est aujourd'hui pratiquée en effet pour nombre de

coureurs on le répète, dans une quête de bien-être moral et physique. Les ouvrages traitant de l'histoire de la course à pied, du trail-running ou de la sociologie de ces pratiques sont ainsi souvent placés sous le patronage d'une autre citation, empruntée celle-là à Montaigne « Mes pensées dorment si je les assis¹ » (De Gaudemar 2011, Bazin, 2016, Bessy, 2022a, Lefieff 2022) et font alors souvent alterner savoir théorique ou historique et récits expérientiels de courses ou de périples. Certains écrits théoriques font donc résonner la participation observante et les récits à dimension autobiographique dans l'histoire ou la sociologie. Autrement-dit, de la pratique naîtrait un savoir voire une sagesse philosophique. Ce patronage de Montaigne invite de plus à considérer le philosophe de la pensée en mouvement comme une référence-clé du trail-running².

De même Rousseau regrette-t-il de ne pas avoir pu recueillir toutes les pensées que le voyage et la contemplation faisaient naître en lui de Turin à Chambéry et de Paris à Grenoble (Rousseau, 1782). Selon l'écrivain son entrée même dans la philosophie date d'un moment précis, celui d'une lecture réalisée au cours de la marche qui le conduisait de Paris au château de Vincennes pour visiter Diderot qui y était emprisonné. Saisi d'une sorte de transe, il doit ainsi stopper son avancée pour noter les prémices d'un discours philosophique né semble-t-il d'une sorte de fécondation de la pensée par le mouvement de la marche à la lecture d'une question de l'Académie de Dijon publiée dans le *Mercur de France*³.

Ainsi peut-on rapidement conclure que le trail-running est non seulement un objet de pensée mais qu'il peut aussi constituer l'origine de la mise en marche d'une pensée. Cette dimension sera importante lorsqu'il s'agira de mettre en évidence les connexions entre trail et culture.

1 Montaigne, *Essais*, livre III, chapitre III, « De trois commerces »

2 Si la citation s'applique surtout dans le passage d'où elle provient à exprimer le regret de ne pas avoir pu faire construire un promenoir partant de sa bibliothèque pour épanouir ses réflexions dans le mouvement, elle résume assez bien la nécessité d'un équilibre entre exercice intellectuel et exercice physique que l'on retrouve dans le rapport que Montaigne entretient au voyage, à pied mais surtout à cheval, comme source de réflexion et de déplacement des préjugés.

3 « Cette année 1749, l'été fut d'une chaleur excessive. On compte deux lieues de Paris à Vincennes. Peu en état de payer des fiacres, à deux heures de l'après-midi j'allais à pied quand j'étais seul, et j'allais vite pour arriver plus tôt. Les arbres de la route toujours élagués à la mode du pays, ne donnaient presque aucune ombre, et souvent, rendu de chaleur et de fatigue, je m'étendais par terre n'en pouvant plus. Je m'avisai pour modérer mon pas, de prendre quelque livre. Je pris un jour le *Mercur de France*, et tout en marchant et le parcourant, je tombai sur cette questions proposée par l'Académie de Dijon pour le prix de l'année suivante : *Si le progrès des sciences et des arts a contribué à corrompre ou à épurer les mœurs*. À l'instant de cette lecture, je vis un autre univers et je devins un autre homme [...] Ce que je me rappelle bien distinctement dans cette occasion, c'est qu'en arrivant à Vincennes j'étais dans une agitation qui tenait du délire. Diderot l'aperçut : je lui en dis la cause, et je lui lus la prosopopée de Fabricius écrite au crayon sous un chêne. Il m'exhorta de donner l'essor à mes idées, et de concourir au prix. Je le fis, et dès cet instant je fus perdu. Tout le reste de ma vie et de mes malheurs fut l'effet inévitable de cet instant d'égarement. » (Rousseau, 1782). On encouragerait presque les traileurs ayant un coup de chaud à ne surtout emporter ni lecture ou autre podcast, ni crayon pour éviter de sombrer dans la carrière philosophique !

1.3.3 La psychologie de l'immersion : du *nowhere* au *now here*

Le trail-running est également une pratique immersive et les épreuves « offrent l'opportunité de ressentir et d'éprouver des sentiments et des émotions extraordinaires » (Plard et Martineau, 2020). La préparation mentale et des pratiques comme le yoga sont ainsi considérées aujourd'hui comme des compléments précieux au trail-running. Les études scientifiques (voir la revue de littérature constituée sur le sujet par Plard et Martineau, 2020) montrent que psychologie, connaissance de soi et de son corps jouent un rôle important dans l'activité : durant une course il s'agira en effet d'être à l'écoute et de se révéler flexible face aux épreuves rencontrées, de la fatigue à la douleur, de l'affaissement de la résistance mentale à l'euphorie du flow, du problème météo aux difficultés nutritionnelles, de la peur de l'abandon à l'abandon véritable. Il faut donc être en mesure de s'adapter, d'accepter.

Cette adaptabilité psychologique et cette acceptabilité semblent constituer l'une des principales composantes qui conduit à faire du trail-running une expérience polysensorielle et immersive¹. L'attachement des participants à un trail particulier provient alors de la « satisfaction ressentie, [...] de la relation aux paysages et à la beauté des espaces naturels » (Plard et Martineau, 2020).

En effet, la place de la relation au corps y est tout à fait particulière : face aux sensations ou aux conditions, par exemple, « il s'agit moins de parvenir à une maîtrise complète des éléments qu'à une connaissance relationnelle entre eux et notre corps » (Andrieu, cité par Plard et Martineau, 2020). Le processus d'écologisation par le trail permettrait ainsi d'augmenter les sens dans le contact avec l'espace naturel.

Mathilde Plard qui cherche à étudier l'impact de la vitesse en ultra-trail sur la perception du temps et de soi-même dans le monde, propose ainsi une revue de la littérature sur le sujet et, selon elle :

La course sur sentiers illustre la volonté d'embrasser le réel dans sa totalité et d'accepter l'incertain sur le terrain du vécu intime, des conditions météorologiques, du déroulé de la course. Cette pratique dessine tout à la fois les contours exploratoires d'une topographie intérieure, d'une géographie de l'intime, et d'une certaine philosophie en acte. [...] La qualité responsive et ouverte de la relation entre le corps et le monde laisse émerger à travers la distance et les mises à l'épreuve, l'émerveillement, l'euphorie, l'exaltation et l'enthousiasme. (Plard, 2019).

On rencontre ainsi un autre champ de définition de la pratique, de sa psychologie et de sa philosophie :

¹ Les immersions sensorielles consistent « à plonger son corps vivant dans des expériences qui entremissent, au sens de délimiter les extrémités, bordures et orifices de son corps intérieur, le schéma corporel, l'image du corps et la sensibilité par le vertige, l'osmose ou l'extase » (Andrieu, 2014)

Le trail offre les conditions d'un ici et maintenant, d'un ancrage. Sorte d'expérience totale, de présence totale à soi, par son corps, et par une sensibilité augmentée. [...] Penser le trail comme une activité immersive de plein air permet cette avancée vers une géographie du sensible, une géographie sensorielle de l'existence à partir des expériences du sujet - au point de contact du sujet avec le réel. Le trail est une expérience d'augmentation de la distance, de la résistance au monde, et permet de créer les relations d'espace et de respiration nécessaires pour passer du *nowhere* à une qualité de présence *now here*. Des maux du monde moderne, aux mots pour le dire, le trail propose d'espacer les relations pour mieux les sublimer » (*Ibid.*)

C'est en tout cas dans ce cadre et dans le point de contact qu'il présente avec ce que l'on pourrait considérer comme une émotion esthétique, voire une expérience transcendantale que nous envisagerons les fondements psychologiques et philosophiques de nos recherches et de notre volonté de connecter visiteurs et locaux au territoire et à ses ressources culturelles. Pour Charles Pépin, prolongeant François Jullien, entrer par la beauté d'une œuvre dans un autre monde perçu renforce notre présence au monde : « " je me sens d'autant plus présent au monde que je le quitte" et y reviens [...] Notre présence-absence au monde [dans l'expérience de l'émotion esthétique] se décomposerait alors en deux moments : une absence contemplative, puis une présence intensifiée » et « si nous sommes, [...] ces êtres qui "portent en eux de l'ailleurs", alors il ne faut pas s'étonner que la présence pure et pleine nous soit impossible, et que nous ayons besoin d'un peu de cette absence, de cet appel d'un « ailleurs », pour intensifier notre présence au monde (Pépin, 2013). Les résonances sont ainsi à entretenir ou à déclencher entre trail-running et émotion esthétique.

1.4 Les apports des sciences et des sciences et technologies de l'activité sportive

.... Les apports des sciences qui ont pris la pratique comme objet d'étude et qui s'intéressent aux dimensions médicales et physiologiques sont considérables : ils permettent de mesurer les spécificités du trail-running : facteurs de performance, risques cardio-vasculaires, conséquences musculaires, situations d'effort en hypoxie, hydratation, gestion du sommeil, variations et régulations de la température, apports nutritionnels, risques principaux de blessure, risques liés à la consommation d'anti-inflammatoires, surentraînement, RED-S.

Le développement et la massification du trail-running rendent absolument nécessaire la transmission d'une culture et une éducation face aux risques liés à la pratique, à destination des pratiquants mais aussi des professeurs et des coachs, notamment les coachs à distance. À destination également des médecins et des kinésithérapeutes puisque l'explosion du nombre de pratiquants conduit aussi à un nombre de blessures accru ou à des phénomènes peu connus des coureurs ou coureuse. Nous considérons donc que cette dimension bien qu'éloignée de notre sujet devra également être intégrée aux activités de services que nous proposerons.

1.5 Trail-running, géographie, tourisme et développement des territoires

1.5.1 Géographie et territoires du trail-running

Le baromètre Finishers FFA, produit avec l'Union Sport et Cycle, met en évidence que parmi 4627 événements recensés en 2023 la grande majorité des courses ont été organisées à l'échelle locale : Environ 25 grandes épreuves regroupent 8% des participants et constituent la tête de proue médiatique des événements trail, comme le festival des Templiers, l'UTMB, l'ultra-marin, l'écotrail, etc.. Mais le reste des 92% d'inscrits à des trails est constitué d'un maillage extrêmement fin du territoire par plus de 3000 courses. Chacune des treize régions composant la France métropolitaine propose ainsi plusieurs dizaines de trails répartis tout au long de l'année sur l'ensemble de leur territoire. « Moins médiatisée et visibles que les grands temps forts du calendrier, elles sont pourtant, et de très loin, les plus nombreuses. Un chiffre le résume bien : 93 % des courses accueillent moins de 500 participants. » (Baromètre Finishers FFA, 2023).

La géographie des courses à pied innerve de nombreux territoires, y compris jusque dans les plus petites communes. » Près de la moitié des événements de course à pied ont pour cadre des communes de moins de 3000 habitants :

Figure 4 - Répartition des courses à pied en France métropolitaine en 2017 selon la taille des communes

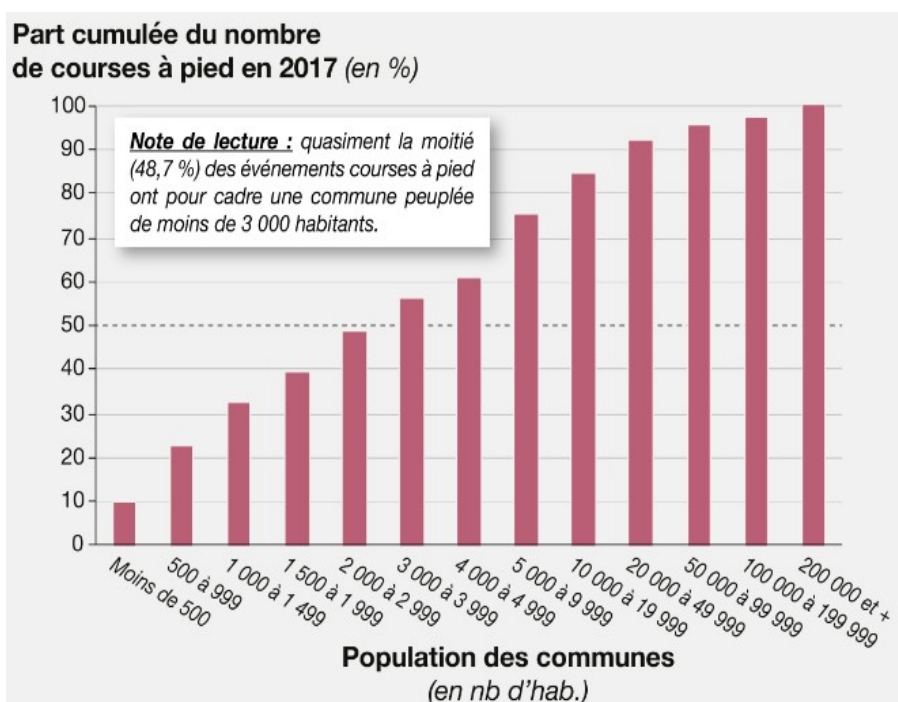


Illustration 4: Sources : Plard, Guichet, 2017, *Running_Event_2017 – Insee recensement, Atlas du Sport 2023* Madoré et Charrier

Un tiers des communes rassemblant entre 1000 et 1499 habitants affichent une course et un cinquième parmi celles comptant de 500 à 999 habitants, « un dixième des épreuves a pour cadre ces territoires peu peuplés » (*Ibid.*). Cette proportion de petites communes rurales doit par nature se révéler encore plus grande pour les trails. La course à pied se révèle même selon les auteurs de *l'Atlas des Sports* comme un « marqueur de ruralité » : l'étude portant sur la diffusion spatiale des sports montre en effet que les départements les plus ruraux ont tendance à avoir une densité de courses à pied supérieure, en particulier ceux situés dans la moitié méridionale de l'hexagone :

Figure 5 - Densité de course à pied et proportion de population vivant dans une commune rurale à l'échelle des départements métropolitains français

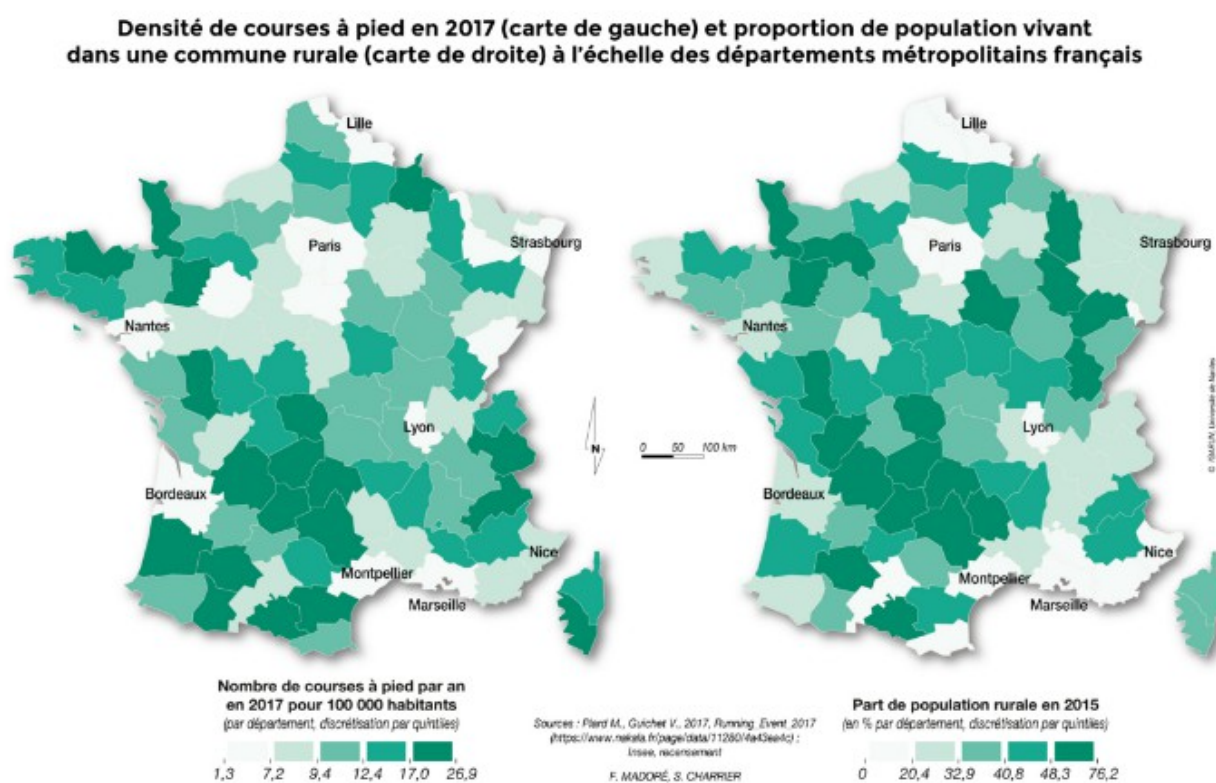


Illustration 5: Sources : Plard, Guichet, 2017, *Running Event 2017* – Insee recensement, *Atlas du Sport* 2023 Madoré et Charrie

« Dans les 20% de départements ayant la plus forte densité de courses à pied, la population se répartit à part égale entre l'urbain et le rural, alors que les 20% ayant la plus faible densité sont très fortement urbanisés (86%) » (*Atlas des sports*, 2023) mais sont également les plus peuplés. Les événements de course à pied, et notamment les événements trail portés par l'essor de la pratique en France qu'ils favorisent en retour maillent donc finement l'ensemble du territoire même si leur concentration est plus grande dans les territoires de massifs montagneux. Rappelons de plus qu'une

grande partie des coureurs de trail viennent des espaces urbains. Le trail et la course à pied peuvent donc constituer un outil de développement rural. Ce sont des leviers puissants d'animation locale portés par un tissu associatif serré et des acteurs engagés pour leur territoire. Développer des services de connexion entre trail et culture doit donc s'appuyer sur ces dynamiques locales afin de les faciliter ou des les consolider. Le trail-running paraît constituer un levier possible de structuration et d'attractivité des territoires ruraux.

1.5.2 Le trail-running, une expérience touristique, un outil de développement du territoire et un écosystème mature ?

1.5.2.1 Le trail, une expérience touristique ?

Les connexions puissantes entre pratiquants de trail-running, événements trail et géographie des territoires par l'effort physique sont sans doute l'essence de ce qu'il conviendrait de nommer une « culture trail ». Martine Segalen propose ainsi une synthèse des différentes perspectives et des différents ancrages que nous avons répertoriés :

[Les trails] permettent au coureur d'aller au bout de lui-même, parfois sans esprit de compétition, le but étant de faire un voyage à travers des paysages magnifiques mais aussi de conduire une lente introspection face au défi de la course. On peut y voir le recyclage d'une idéologie écolo : lointains cousins de la course libre, les trails rappellent l'esprit pionnier de la course, car ils se courent sur des sentiers ou des chemins dans des espaces naturels généralement magnifiques[...] et sont qualifiés d'aventure ou d'extrême, toujours plus longues, toujours plus difficiles (Segalen, 1994, 2017)

On pourrait presque lire dans cette définition tous les aspects entrevus rapidement du trail-running : de la dimension hédoniste de la postmodernité à l'individualisme de l'hypermodernité et à la quête de soi de la transmodernité, de la dimension participative et de l'esprit trail à la quête de la performance et de l'extrême.

Mais au bout de toutes ces hybridations qui caractérisent le trail-running, les notions de « voyage » et de découverte soulignent bien également que quelque chose de profond se joue enfin dans la connexion entre trail et tourisme¹. Structurée par son hybridité même, la pratique voit de plus coexister « idéal du bien-être », « idéal de la découverte », « idéal ludique et festif », « idéal de la performance et de l'extrême » (Bessy, *in* Riffaud *et al.*, 2021).

1 Le mot « tourisme » provient historiquement du Grand Tour réalisé par la jeunesse aristocrate anglaise du XVIII^e siècle à travers l'Europe. Sorte de voyage de découverte et d'initiation à la culture, l'architecture et la peinture à travers les villes à fort rayonnement culturel. Les trails, souvent tracés en boucle offrent parfois une forme d'immersion comparable dans le patrimoine naturel voire culturel des territoires, dans une temporalité extrêmement condensée bien sûr.

Si les événements trail sont organisés selon de nombreux invariants réglementés par les fédérations, il s'y jouera en effet une expérience unique puisque nouvelle car elle est définie par un territoire singulier, des conditions variées et par les orientations choisies par les organisateurs, voire engagées par les coureurs. Cette expérience dans ses dimensions physiques, psychologiques et philosophiques favorisera un attachement fort au territoire qui autorisera la fidélisation et la mise en tourisme innovante de l'espace traversé.

Photos, séjours, « tatouages intérieurs », dépaysement, découverte de soi, temporalité différente, partage, souvenirs, toutes ces dimensions se cristallisent ainsi chez les pratiquants pour constituer le trail-running, et plus spécifiquement les trails, comme des expériences touristiques. Ainsi, selon une enquête menée auprès de 1894 traileurs, par la commission running Trail de l'Union sport et cycle (2016), les déclarants réalisent en moyenne six courses par an, ils sont pour 31% accompagnés sur leurs courses, et 72% d'entre eux restent en séjour en marge de la course. Ainsi, « les coureurs se sont aventurés hors des stades et des circuits balisés, privilégiant une pratique immersive en milieu naturel, qui, par ailleurs, leur permettait de découvrir le patrimoine d'un territoire. » (Bessy 2022b)

Des produits et des services sont ainsi proposés pour prolonger ou diversifier l'expérience touristique : applications (*espaces trail, on piste, jooks*), des espaces permanents (*espaces trail, stations trail...*), des offres de séjours (stages d'initiation ou d'entraînement trail, séjours trail et gastronomie...).

Selon une enquête menée auprès de plus de 8000 répondants de la clientèle *trace de trail* et *espace trail*, près de 8 traileurs sur 10 organisent un séjour trail au moins une fois par an en dehors des déplacements pour la compétition, majoritairement en famille ou entre amis. Leur motivation principale est avant tout de découvrir un territoire, de nouveaux itinéraires et de partager un moment en famille ou entre amis ; l'entraînement n'arrive qu'au troisième rang des préoccupations. Le choix de la destination se fait pour le cadre global, les itinéraires existants mais aussi les services et activités complémentaires à réaliser.

Les enjeux économiques et symboliques pour les territoires sont donc très importants. Certains trails mettent par exemple clairement en avant leur dimension touristique et sont ainsi des leviers de développement puissants de la valorisation des territoires. La VVX par exemple propose une expérience presque totale de tourisme sportif¹ : projection de films, conférences sur les connexions

1 La notion et ses limites sont aujourd'hui très discutées. André Suchet dresse l'histoire de ses définitions successives (in Riffaud *et al*, 2021) et face à cette hétérogénéité lui préfère la notion d'activités récréatives. Nous emprunterons tout de même à Weed (cité par André Suchet, *Ibid.*) ses catégories du tourisme sportif qui souvent s'hybrident : « tourisme à contenu sportif (sans être le motif principal), tourisme à participation sportive (séjours prioritairement sportifs), tourisme pour motif d'entraînement sportif (formation ou stage délocalisé), tourisme d'événementiel sportif (en tant que participant ou spectateur) » auxquelles nous ajouterons la notion de visite des hauts lieux du patrimoine sportif.

entre trail et territoire, récupération yoga avec les stars de la discipline, festival de théâtre de rue, ateliers de pratiques avec les artistes locaux, randonnées, trails, dégustations gastronomiques...

1.5.2.2 Trails et développement des territoires

L'ancrage dans le champ d'étude du tourisme sportif ou plus généralement dans celui des pratiques récréatives¹, conduit ainsi à une définition encore différente et de nouveau hybride du trail-running qui peut s'enrichir de nombreuses perspectives.

Le trail participe du développement des territoires car il devient un outil de marketing territorial à visée touristique ; l'expérience sportive du trail-running peut structurer une expérience touristique ; le trail est un levier innovant de diversification de la mise en tourisme².

Les événements permettent en outre de promouvoir le territoire en tant que destination et d'augmenter la fréquentation en prolongeant la saison touristique comme c'est le cas pour la ville de Chamonix avec l'UTMB ou pour la commune d'Arêches Beaufort avec la « Pierra-Menta-été³ ». Le trail s'intègre aussi dans le sporttourisme santé exaltant la santé et le bien-être, mais en harmonie avec la nature, à la fois dans une relation de respect écologique et dans l'activation du vivant en son corps (Andrieu *et al.* in Riffaud *et al.*, 2021).

Le tourisme de trail s'inscrit enfin dans un rapport respectueux à l'environnement naturel, les organisateurs s'engageant pour la plupart dans une démarche d'écoresponsabilité et de développement durable. Pour André Suchet, on « assiste [ainsi] à une hétéronomie croissante des activités : on ne fait plus seulement du sport mais du sport à l'occasion d'un déplacement touristique [nous ajoutons : « et inversement »] qui implique des intentions culturelles et de loisirs (visite du patrimoine, concert, musées...) Ce système complexe est mondial. Il peut néanmoins se comprendre et s'observer à plusieurs échelles, du global au local » (in Riffaud *et al.*, 2021). Cette dimension touristique met bien en évidence la valorisation des territoires par le trail-running et les transitions qu'il peut permettre de favoriser.

1 Dépassant les définitions strictes des sports de nature, les activités récréatives de nature sont appréhendées comme « des pratiques individuelles et collectives qui se situent sur un continuum qui va des activités les plus organisées sur la base d'aménagements et d'encadrement, aux activités les plus auto-organisées avec ou sans aménagements. Elles regroupent les loisirs sportifs de nature (VTT, escalade, etc.), les activités de divertissement de plein air (pique-nique, promenade, etc.), les pratiques culturelles (visite du patrimoine, participation à des festivals...) ou encore les jeux numériques » (Bessy *et al.*, 2017)

2 Comme à La Plagne avec la 6000D à ses origines, ou comme le développement des parcours permanents partout en France.

3 « L'événement permet de remplir ses hébergements touristiques la première semaine de juillet, en proposant une offre sportive couplée à une prestation touristique d'hébergement et de restauration comprise dans le prix d'achat du dossard. Ce sont près de 800 personnes qui se déplacent sous l'effet de l'organisation de l'événement. » (Buron, 2020b)

Selon le Baromètre national du trail (Abstract, 2020), les motivations principales des organisateurs de trail furent d'ailleurs à l'origine la volonté de faire parler d'un territoire pour 71% des déclarants, l'animation d'un temps festif local pour 52% et la possibilité de disposer d'un rendez-vous compétitif pour 36% d'entre eux :

Figure 6 – Les motifs et objectifs des à l'origine des événements selon les organisateurs de trails

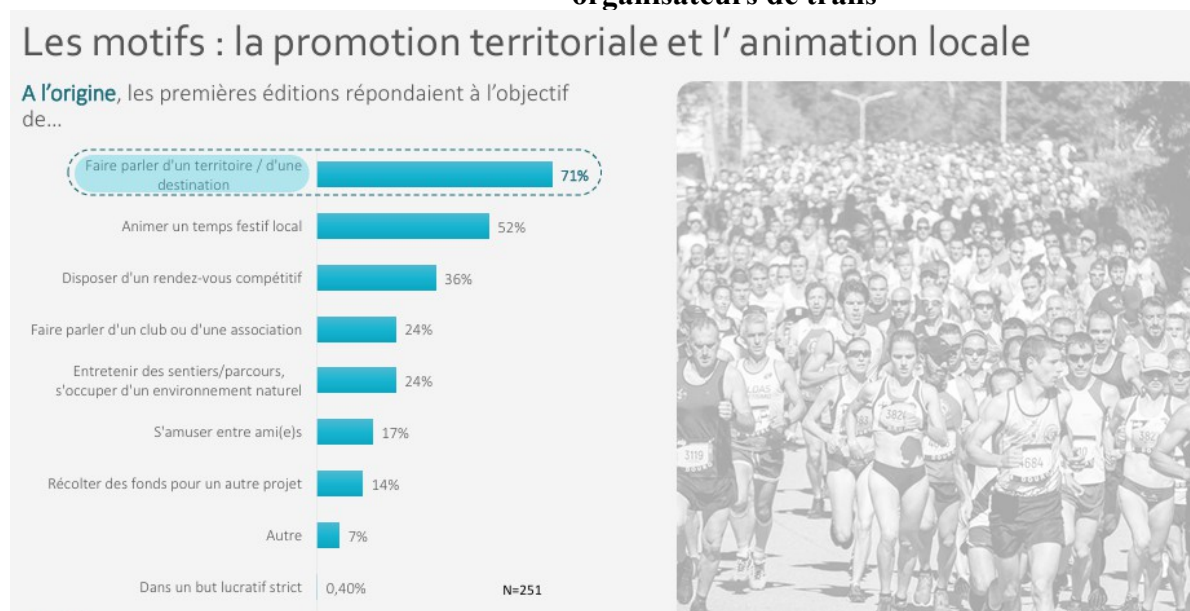


Illustration 6: Source : *Baromètre national du trail* (Abstract, 2020)

Ces motivations étaient encore les mêmes en 2020 pour 87% des répondants. Ainsi le maillage et le développement des territoires par le trail grâce aux retombées économiques directes se doublent aussi d'un développement des partenariats et de synergies avec le tissu associatif local (Buron 2020b). Il favorise selon nous la mise en valeur du dynamisme des territoires. Les trails sont en effet « caractérisés par leur dimension participative, présentant souvent un caractère local en étant innovants, éthiques, festifs et hybrides et en se positionnant comme une aventure sportivée » (Plard et Martineau, 2020).

Ces événements sont de plus très territorialisés, on pourrait parler ainsi, - un peu comme pour les pratiquants avec l'espace naturel-, d'immersion voire d'osmose entre la pratique, les événements qui sont façonnés par la géographie, la topographie et les dynamiques associatives car le modèle repose de plus énormément sur le recours au bénévolat sportif.

Toujours selon le Baromètre national du trail publié par Abstract en janvier 2020, le poids économique des courses de trail en France en 2019 était de 393 millions d'euros et 76% des retombées profitaient directement aux territoires tout en générant des effets indirects et induits. La plus grande partie des retombées des courses (79%) se situaient hors des dépenses d'organisation

(hébergement, restauration...). Les retombées économiques des plus grands événements qui regroupent en moyenne près de 5000 participants sont souvent bien étudiées. À titre d'exemple, les retombées économiques de l'UTMB pour la ville de Chamonix s'élèveraient à près de 23 millions d'euros.

Les trails célèbres attirent la lumière et témoignent parfois de la montée en puissance de grands opérateurs privés spécialisés dans l'événementiel sportif, acteurs attirés à la fois par la dynamique du secteur et les marges dégagées. La myriade de petits événements à travers la France profite également de retombées directes mais aussi indirectes puisqu'ils favorisent la mise en scène d'une image dynamique, festive et sportive ou sont le terreau d'une offre touristique innovante. Enfin, les traileurs on l'a vu appartiennent en majorité aux catégories supérieures économiquement, dépensant en moyenne 1000 euros par an en dossards et en matériel. Plusieurs grandes marques, grâce à cet essor de la pratique et du fait de sa médiatisation croissante se sont ainsi imposées dans ce secteur. Elles constituent aujourd'hui des sponsors souvent indispensables pour les événements. L'univers du trail-running constitue ainsi un écosystème complexe.

1.5.3 Un écosystème mature à la croisée des chemins ?

L'essor du trail-running a aussi permis d'aboutir à une première maturité d'un écosystème trail sur l'ensemble du territoire qui génère on l'a vu des retombées économiques directes et des retombées symboliques. Les acteurs privés semblent dominer du fait de la médiatisation des plus grands événements mais les acteurs associatifs locaux et les collectivités continuent à jouer le plus grand rôle par la constitution d'une constellation d'événements structurant le pays. Fred Bousseau propose une vision globale de cet écosystème et de ses différents acteurs :

Figure 7 – Le trail « Un écosystème vertueux »

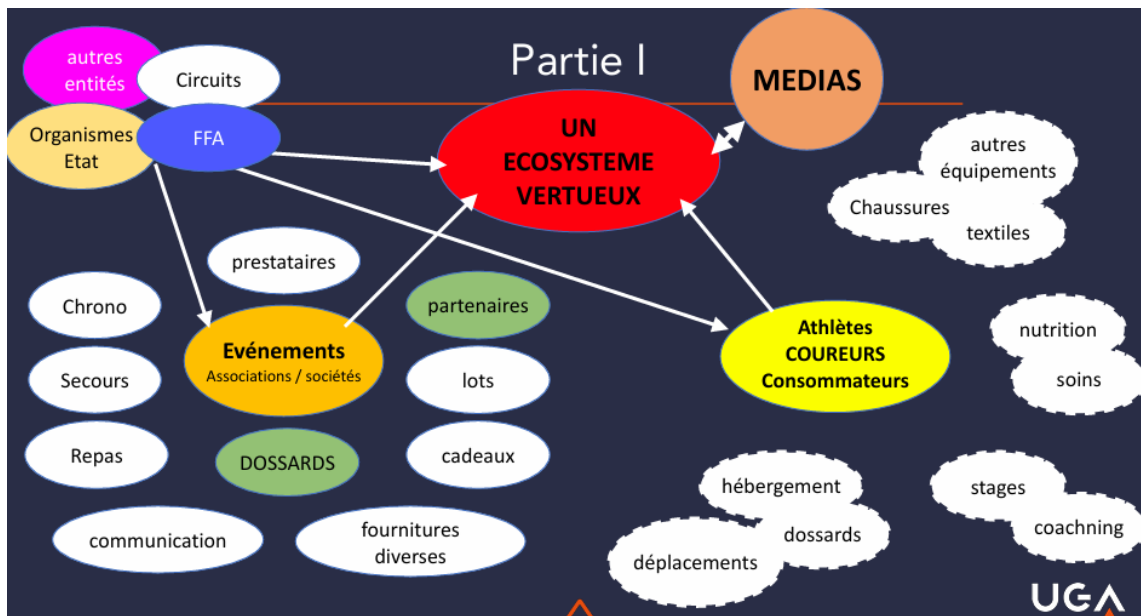


Illustration 7: Source : Fred Bousseau, DU trail Grenoble, présentiel Marketing, événementiel, tourisme.

.... Dans cette vision qui met en évidence les enjeux économiques de la pratique, la dimension culturelle et touristique pourrait être encore mieux intégrée et les interactions moins unidirectionnelles. Si l'on resserre ainsi la focale sur le développement des parcours permanents de trail par exemple, on peut voir que le trail-running constitue un véritable vecteur de développement pour les territoires. Cécile Lefebvre présente ainsi une vision resserrée de cet écosystème vertueux :

Figure 8 - Les parcours permanents, un outil supplémentaire dans l'écosystème trail du territoire

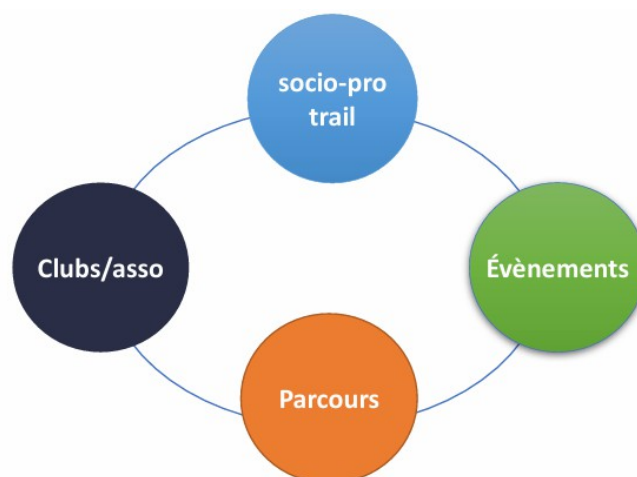


Illustration 8: Source : Cécile Lefebvre, DU trail, présentiel Marketing, événementiel, tourisme

Le développement local de parcours permanents de trail-running permet ainsi de réunir les multiples acteurs de l'écosystème et de proposer souvent une offre touristique innovante au plus près des attentes et des réticences locales. Il nous semble que l'on pourrait encore resserrer cette vision de l'écosystème trail et insérer plus nettement la participation des acteurs du tourisme et de la culture afin de proposer des services qui ouvriraient un nouveau champ d'hybridation.

En effet, dans cette dialectique entre trail et territoire se joue beaucoup et nous pensons que la mise en valeur des ressources patrimoniales, culturelles et artistiques des territoires peut s'inscrire dans les protocoles de transition touristique. Autrement-dit, si, après ce tour d'horizon, l'on osait une définition personnelle et applicable au plus grand nombre de pratiquants, nous proposerions aujourd'hui la suivante : le trail-running est une activité sportive de course-marche de pleine nature principalement sur sentier qui met en contact de façon profonde et intime un corps pensant et les ressources d'un territoire.

C'est ainsi selon nous un vecteur de valorisation forte du territoire. Sa connexion avec les ressources culturelles doit être mesurée et investie. Les craintes concernant le maintien de cette dynamique vertueuse se multiplient en effet sur les réseaux, notamment par la voix des organisateurs de trail¹. Pour ces derniers, certains opérateurs privés paraissent en effet développer des projets exogènes qui ne correspondent parfois plus à la spécificité des territoires et à leur dynamique associative. Cela devra constituer pour nous une limite à respecter dans l'élaboration de protocoles de connexion culture-trail. De plus, « l'offre capitaliste de tourisme sportif poursuit l'industrialisation des performances et de l'extrême sans toujours mesurer les conséquences pour le vivant naturel et le vivant humain » (Andrieu *et al.*, in Riffaud *et al.*, 2021). L'écosystème trail pourra sans doute se développer également en définissant davantage le trail comme un « sporttourisme santé [qui] exalte la santé et le bien-être mais en harmonie avec la nature, à la fois dans une relation de respect écologique et dans l'activation du vivant en son corps [...] tout en préservant la planète » (*Ibid.*)

1.5.4 Le trail-running, un outil pertinent pour penser et préparer les transitions touristiques

À l'hybridité du trail-running répond ainsi l'hybridation de cette activité dans le tourisme sportif et les activités récréatives de nature, ce qui donne à la connexion une très grande plasticité qu'il s'agit de rendre adéquate et opportune afin de ne pas risquer un autre écueil : une trop grande

1 La lettre ouverte de l'organisation du trail du Ventoux publiée sur leur page facebook à l'occasion de l'intégration officielle du grand raid du Ventoux dans le circuit UTMB en est un exemple.

dénaturation des fondements de la pratique.

Selon Glen Buron, « la pratique du trail se révèle être un vecteur particulièrement déterminant dans le passage du paradigme sportif au paradigme touristique » (Buron & Bessy, 2018, cités dans Buron 2020b), car la délimitation éphémère de l'espace favorise de futurs déplacements touristiques. L'un des enjeux essentiels du tourisme de trail est d'ailleurs selon lui de proposer et de structurer une expérience différenciante dans l'offre globale selon des critères que nous qualifierions de transmodernes : patrimoine culturel et naturel, accueil, hébergement, services associés aux coureurs et aux accompagnants, valeurs de l'organisation, développement durable... « Le traileur peut désormais être considéré comme un touriste, visiteur sportif à la recherche d'une course pour s'éprouver physiquement, mais également d'un territoire à découvrir et dont les caractéristiques justifient en elles-mêmes son déplacement » (Buron, 2020a).

Mais avoir favorisé le choix d'un trail sur internet ne suffit pas à développer l'attractivité d'un territoire, il faut encore que l'événement permette un rayonnement bien au-delà de lui-même : découverte des traces avant la course, aménagement d'un parcours permanent, déclenchement d'une dynamique locale fondée sur les pratiquants locaux qui nécessite pour les collectivités d'anticiper les moyens financiers et humains. Ainsi « en identifiant avec précision la typologie des pratiquants engagés dans la pratique, qu'elle soit ordinaire, quotidienne, performative ou ludo-sportive, il sera possible de mieux saisir l'évolution de la demande trail associée. L'adaptation des produits événementiels à construire, l'offre touristique à orienter en seront d'autant plus pertinentes » (*Ibid.*).

Pour Glen Buron « Croiser la sphère sportive et touristique, constitue la trame de fond d'un avenir touristique en recomposition pour certains espaces ». C'est dans cette perspective que nous situerons nos diagnostics et nos recherches car le trail-running doit être considéré comme une « activité récréative de nature et [un] outil de développement au service d'un projet de territoire » et il « constitue un marqueur de transition touristique » (Buron, 2020b).

Pour répondre au défi des crises climatiques, énergétiques et économiques, le trail peut être considéré comme le laboratoire d'un tourisme de transition : le protocole proposé par Glen Buron semble ainsi particulièrement fécond : en s'appuyant sur la pratique du touriste du quotidien, sur les craintes et le défi associés aux espaces du tourisme extraordinaire, la médiation par les stations, les trails ou les outils technologiques doit permettre de développer une stratégie d'offres de services qui met en adéquation la culture dominante d'un territoire, les aspirations des pratiquants et les contraintes du monde contemporain (*Ibid.*). En allant trouver leurs fondements dans les modes d'habiter et les expériences trail, les services touristiques peuvent s'inscrire dans une démarche endogène de développement du territoire. Le risque est grand sinon de reproduire le schéma de la

« station qui sauve la montagne » (Bourdeau, 2018), nous pourrions ajouter de la station qui sauve les plaines, les forêts ou les littoraux.

Figure 8 - Les enjeux territoriaux des sports nature

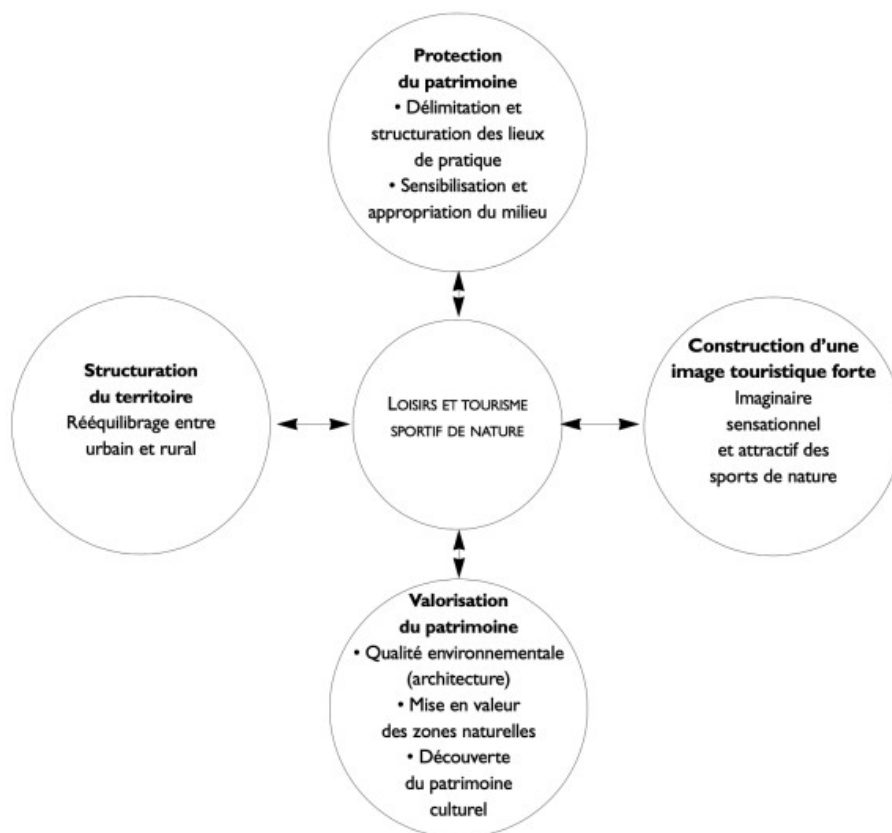


Illustration 9: Source : Bessy, Olivier, et Olivier Naria. « Les enjeux des loisirs et du tourisme sportif de nature dans le développement durable de l'île de La Réunion ». *Management et marketing du sport : du local au global*, édité par Patrick Bouchet et Claude Sobry, Presses universitaires du Septentrion, 2005, <https://doi.org/10.4000/books.septentrion.117823>

L'écosystème décrit grâce à ce schéma nous paraît constituer un bon outil pour penser la connexion entre trail-running, culture et territoires. Structuration, valorisation et protection du patrimoine, construction d'une image touristique forte, ces différentes perspectives proposées ici constituent pour nous les piliers du rôle que joue ou que pourrait jouer le trail-running dans le développement du territoire et des transitions touristiques. Nous nous inspirerons de ce schéma pour structurer notre étude des connexions qui existent entre trail et culture tout en utilisant certaines méthodes et certains diagnostics hérités de ce premier tour d'horizon comme la participation observante des sociologues ou historiens du trail-running. L'étude qualitative, les outils du marketing des services ainsi qu'une enquête quantitative nous permettront ensuite de prolonger les premiers diagnostics théoriques.

En nous appuyant sur les recommandations de Glen Buron et des chercheurs de la transition

touristique, nous réfléchirons alors à la manière dont les activités de services pourraient favoriser le développement de projets endogènes au service de la connexion entre les pratiquants et les territoires, mais aussi entre les acteurs du trail-running, de la culture et du tourisme. Ces connexions pourraient ainsi permettre de structurer le territoire, en valorisant et en protégeant le patrimoine ainsi qu'en favorisant la construction d'une image touristique forte en phase avec les enjeux contemporains. Nous ajouterons enfin que le trail-running, en se développant comme un tourisme sportif quotidien¹ et/ou extraordinaire² lors des trails notamment pourrait être intégré dans le champ du « tourisme d'osmose » et permettre d'utiliser cet outil conceptuel en proposant aux pratiquants et aux organisateurs de se situer dans le spectre de cette notion³ (Andrieu *et al.*, in Riffaud *et al.*, 2021).

1 On pourrait même dire local dans le sillage de la progression de la *staycation* qui favorise la redécouverte de son environnement local à la suite de la pandémie de Covid-19.

2 Qu'il faudrait envisager comme une activité de transition pouvant favoriser le *slow tourisme*.

3 Au contact du vivant, le tourisme sportif « relie le vécu du pratiquant avec la relation écologique avec le vivant [...] entre *dismose* (perte de contact avec le vivant), la *cosmose* (l'immersion dans le vivant) et l'*osmose* (la correspondance avec le vivant) », (Andrieu *et al.*, in Riffaud *et al.*, 2021).

PARTIE 2 : Le trail, une pratique et une culture, favorables à la mise en valeur des ressources culturelles des territoires ? Expériences et diagnostics protéiformes de l'hybridation trail-running et culture

2 Tour d'horizon des connexions entre trail-running et culture

2.1 Le trail, une culture à part entière

Le rapide tour d'horizon des multiples champs d'études qui prennent pour objet le trail-running nous conduit à constater que l'essor de la pratique et des événements a abouti aujourd'hui à une première maturité de ce qu'il serait convenu d'appeler une « culture¹ » du trail fondée sur des origines légendaires, une éthique et une philosophie, des traditions, des héros mythiques et rivaux, une actualité inscrite dans un système médiatique et économique complexe, un savoir fondé sur la connaissance approfondie des aspects techniques ou scientifiques de la pratique. Le trail-running apparaît ainsi pour les pratiquants comme un mode de vie et les trails constituent une certaine façon de vivre ensemble.

Objet d'étude polymorphe, le trail intéresse de nombreux champs disciplinaires : l'histoire, la sociologie, l'anthropologie, la philosophie, la psychologie, la médecine, la biomécanique, la physiologie, l'économie, la géographie, l'aménagement des territoires, le tourisme... Son approche dépasse donc largement le champ sportivo-compétitif.

Définir de façon univoque le trail-running est toujours une mission difficile voire impossible mais des définitions coexistent, se combinent et recomposent sans cesse le paysage de la pratique. Les maquettes des formations de DU trail de La Réunion, de Grenoble et dans une moindre mesure de Besançon (destiné exclusivement aux professionnels de santé) témoignent bien de cette transdisciplinarité et du fait que le trail-running est devenu une véritable culture puisqu'il se constitue comme un ensemble de savoirs qui se développent et se transmettent.

Ainsi constitué en tant qu'objet d'étude et en tant que culture donc, le trail-running paraît s'être autonomisé du champ strict de la course à pied et des autres activités qui l'ont façonné. L'amélioration des connaissances, de la préparation et des performances ainsi que sa structuration par la FFA semblent cependant devoir témoigner d'un net rapprochement avec les autres disciplines de l'athlétisme. Pourtant, difficile de parler d'uniformisation de la pratique. Malgré les notions

1 Dans le préambule de sa *Déclaration universelle* de 2001 sur la diversité culturelle, l'UNESCO définit ainsi la culture comme « l'ensemble des traits distinctifs spirituels et matériels, intellectuels et affectifs qui caractérisent une société ou un groupe social et qui englobe, outre les arts et les lettres, les modes de vie, les façons de vivre ensemble, les systèmes de valeurs, les traditions et les croyances »

uniformisantes comme le km-effort, chaque course sera par exemple forcément unique ne serait-ce qu'à cause d'éléments naturels et climatiques sans cesse changeants. Comparer les performances d'une année à l'autre, même sur un parcours identique sera souvent périlleux et c'est aussi ce qui caractérise l'aventure que le trail incarne. De plus, de nouvelles hybridations se sont développées récemment sur de nombreux événements plaçant l'accent sur des aspects particuliers de la pratique : le défi à soi-même et sa dimension mentale dans les courses circadiennes, l'aventure des Backyards, la rencontre et la solidarité des épreuves sur l'ultra spirit, l'expérience sport et culture de la VVX...

Cette disponibilité hybride de la pratique et de la culture du trail, - qui incarnent les contradictions de la condition transmoderne, entre individualisme et coopération, entre retour à la pleine nature et soif de progrès technologique hyperconnecté, entre protection de l'environnement et événement de masse...-, peut permettre selon nous de construire sur ces paradoxes même une nouvelle façon d'habiter ensemble et de fabriquer une vision valorisée du territoire. Le trail-running constituerait peut-être une « niche » et développer des services culturels pourrait constituer une niche dans cette niche. Il nous apparaît pourtant que le trail crée un espace de société ouvert et en phase avec les transitions à venir. Il permet de créer à son échelle locale du récit commun et donc du lien social, même encore imparfaitement. L'arrivée d'un trail ou la course elle-même, à la manière des fans zones ou des tiers-lieux favorisent en effet une connexion par l'espace vécu.

Partant de ce constat d'une hybridation complexe et pour l'instant sans limites, nous allons maintenant étudier la manière dont la connexion entre les trails, le trail-running et la culture sous ses nombreuses formes proposent des connexions innovantes entre des univers parfois trop rapidement opposés. Il s'agira aussi de mesurer ce que ce rapprochement apporte ou pourrait apporter et de proposer des outils ou des services pour favoriser ce rapprochement.

2.2 Trail-running et culture, des connexions variées et structurantes, en phase avec l'hybridité de l'activité

Tous les trails proposent une connexion au moins minimale entre leur événement sportif et le patrimoine culturel matériel ou immatériel¹ : la musique, les photographes, l'affiche de

1 Selon l'UNESCO, « Le patrimoine naturel désigne les spécificités naturelles, les formations géologiques ou de géographie physique et les zones définies qui constituent l'habitat d'espèces animales et végétales menacées, ainsi que les sites naturels qui présentent un intérêt sur le plan scientifique, dans le cadre de la conservation ou en termes de beauté naturelle. Il comprend les aires naturelles protégées privées et publiques, les zoos, les aquariums et les jardins botaniques, les habitats naturels, les écosystèmes marins, les sanctuaires, les réserves, etc. » ; « le patrimoine culturel désigne les artefacts, les monuments, les groupes de bâtiments et sites, les musées qui se distinguent par leurs valeurs diverses, y compris leurs significations symboliques, historiques, artistiques, esthétiques, ethnologiques ou anthropologiques, scientifiques et sociales. Il comprend le patrimoine matériel (mobilier, immobilier et immergé), le patrimoine culturel immatériel (PCI) intégré dans la culture et les artefacts, sites ou monuments du patrimoine naturel. Il inclut le patrimoine industriel et les peintures rupestres. » (Institut de statistique de l'UNESCO,

l'événement, les ravitaillements gastronomiques ou même la bière locale constituent des enrichissements de la base sportive qui conduisent à définir la pratique comme culturelle et comme une activité récréative de tourisme sportif. La trace elle-même est ainsi le fruit d'une histoire et met souvent en valeur les lieux patrimoniaux et le patrimoine naturel.

Les traileurs dans leur pratique s'immergent dans la nature pour leur bien-être physique ou pour se détendre, mais ils écoutent aussi de la musique durant leur sortie, la raconte, intègrent la course à des séjours touristiques, autrement-dit, ils connectent trail et culture. La pratique favorise de plus peut-être, grâce à l'immersion longue, une autre perception du paysage, même le plus quotidien dont la beauté apparaît soudain de façon parfois inattendue, comme dans les plus pures émotions esthétiques.

2.2.1 Tour d'horizon de la connexion entre trail-running et arts

On l'a vu, une grande majorité des organisateurs avait pour principale motivation lors de la création de leur premier événement la mise en valeur de leur territoire grâce tout d'abord à la valorisation du patrimoine naturel mais aussi, on va le voir, grâce à son patrimoine culturel matériel ou immatériel.

Les connexions entre le trail-running et les arts sont ainsi omniprésentes, extrêmement variées et souvent structurantes pour la pratique, les événements et les territoires. En 2024, de nombreux lieux culturels et patrimoniaux ont développé des visites hybrides entre activités récréatives et découvertes des arts (visites dansées, visites yoga, démonstrations de BMX dans les musées...) . Les musées ont organisé de nombreuses expositions sur les liens entre le sport et les arts sur l'ensemble du territoire français. Dans les gares ou dans les rues des expositions sur ce thème ont été développées.

L'année Olympique 2024 a même été l'occasion d'organiser une olympiade culturelle en écho avec les Jeux Olympiques de la culture qui se déroulaient en parallèle des épreuves sportives lors des premiers Jeux modernes. La cérémonie d'ouverture des Jeux Olympiques a fondé son originalité sur cette hybridation entre sport, lieux culturels et arts, le défilé des athlètes s'est de plus déroulé sur la Seine, espace naturel structurant de l'histoire de la ville depuis son origine. Le label Terre de jeux a également conduit à l'organisation de manifestations alliant sport et culture.

Cadre de l'UNESCO pour les statistiques culturelles, 2009; UNESCO, Convention concernant la protection du patrimoine mondial culturel et naturel, 1972.)

Le patrimoine culturel immatériel recouvre également selon le Ministère de la culture « les expressions et traditions orales, les pratiques sociales, les rituels, les événements festifs, les savoirs et pratiques relevant des arts du spectacle, les savoir-faire artisanaux ou encore les connaissances en lien avec la nature et l'univers. [...] Le PCI fait le lien entre patrimoine matériel et naturel, et contribue au développement durable. »

Dans ces expositions, ces médiations et ces médiatisations très diverses de la connexion sport-culture, la course à pied a été bien représentée. La connexion entre art et trail-running semble avoir moins été travaillée selon nous mais nous n'avons pas approfondi la question. Marine Verchère chargée de mission pour le label « Terres de jeux » dans l'Ain confirme tout de même que sur son territoire, la connexion n'a pas été investie. Peut-être l'a-t-elle été davantage lors des journées du Patrimoine qui avaient pour thème « Itinéraires, réseaux et connexions ». Nous aurions aimé pouvoir étudier l'éventuelle présence d'activités de trail-running qui auraient été parfaitement inscrites dans la thématique de l'année lors de ces journées.

Mais si le trail-running ne semble pas avoir réellement profité de cette vague sportive et culturelle olympique, ses connexions avec les arts sont extrêmement profondes et diverses.

2.2.1.1 Avec l'architecture et l'histoire, une connexion originelle

Pour la plupart des marathons en milieu urbain le patrimoine culturel matériel, (notamment architectural) et le patrimoine immatériel (les animations musicales par exemple), constituent un levier puissant de valorisation du territoire et un outil de développement de son attractivité touristique¹. L'événement pouvant même devenir lui-même une sorte de ressource patrimoniale.

Pour les événements trail, c'est la beauté du patrimoine naturel qui paraît constituer le premier levier de cette valorisation. Pourtant, dès le premier trail organisé en France en 1995, le Festival des Templiers, Gilles Bertrand s'était donné pour but de faire découvrir un parcours historique puisque la trace cherchait à relier toutes les cités templières (Lefieff, 2022). La connexion entre trail, patrimoine naturel et patrimoine culturel semble donc originelle.

De nombreux autres trails favorisent également cette connexion : citons parmi des centaines d'autres le Trail du château de Pierrefonds (Oise) qui part de l'esplanade du monument, le trail des forts de Besançon (Doubs) dont le tracé relie 10 forts du XVIII^e et XIX^e siècles ou encore le trail des deux Salines (Doubs).

La connexion semblerait également « naturelle » voire essentielle avec les dispositifs du Landart. Le festival Art-penteurs (« Tous les chemins mènent à l'art ») en témoigne. Organisé en 2024 par l'Office de Tourisme Coeur de Flandre il propose 10 œuvres *in situ* dont les remarquables *Originel* de Sabé Pat, *La Pépîte* de Bruno Desplanques ou *Errance* de Francine Garnier et Alain Engelaere².

1 Le parcours du marathon de Paris sillonne les monuments les plus emblématiques de la ville et attire des touristes coureurs du monde entier. Le marathon d'Amsterdam propose la veille de la course une « Good Morning City Run » de quelques kilomètres à travers le centre de la ville ponctuée de plusieurs haltes culturelles sur l'histoire et l'architecture.

2 https://www.coeurdeflandre.fr/app/uploads/coeurdeflandre/2024/04/BROCHURE_ARTPENTEURS_16F_FR-1.pdf

Ces œuvres peuvent donner lieu à des parcours immersifs et polysensoriels dans l'histoire du territoire et l'art contemporain.

Figure 10 – Affiche du festival de Land art – Art-pentEURs « Tous les chemins mènent à l'art »



Illustration 10: Affiche du Festival Art-pentEURs, 2024

2.2.1.2 Photographie, sculpture, peinture de paysage et art contemporain, des connexions multidimensionnelles

Le trail-running se révèle comme une activité particulièrement photogénique, entre photographie de paysage et photographie sportive. Les images produites par les professionnels comme Alexis Berg, Cyrille Quintard ou Ian Corless parmi tant d'autres proposent des clichés d'une beauté saisissante qui semblent capturer l'essence de la pratique dans le rapport des coureurs à la nature ou dans les portraits de l'effort. L'activité photographique revêt alors de plus une véritable dimension sportive voire aventureuse.

La sculpture ne semble pas encore avoir investi le champ du trail-running en dehors de certains trophées remis aux vainqueurs et d'arches d'arrivée originales. Une connexion puissante existe cependant entre le corps en mouvement et son expression dans la sculpture grecque notamment. Des visites dansées dirigées par le chorégraphe Mehdi Kerkouche en 2024 au Louvre montrent que la connexion entre sport et sculpture est possible et qu'elle permet une appropriation hybride et nouvelle des œuvres et des espaces muséaux. Les visites « musculturales » comme les visites musicales ou les visites yoga pourraient ainsi continuer à se développer en France dans le sillage des propositions du musée du Louvre¹.

¹ <https://www.louvre.fr/expositions-et-evenements/evenements-activites/parcours-off-en-muscles>

Si les traileurs n'ont pas encore envahi les tableaux exposés dans les galeries d'art, la peinture de paysage propose un lien essentiel avec certains aspects du trail-running. De nombreux sentiers innervent par exemple la peinture de paysage au XIXe siècle qui prend une place considérable dans la production des peintres de cette époque. Au musée de Grenoble¹ les tableaux aux dimensions parfois vertigineuses de Laurent Guétal ou de Charles Bertier font véritablement entrer les visiteurs dans des paysages de montagne et leurs donnent accès presque physiquement à des espaces démesurés voire vertigineux.

Figure 11 – La peinture de paysage – Tableau de Charles Bertier



Illustration 11: Charles Bertier, *La Vallée du Vénéon à Saint-Christophe-en-Oisans*, 1894, Musée de Grenoble

Figure 12 – La peinture de paysage – Une immersion esthétique dans la nature représentée - Tableau de Charles Bertier

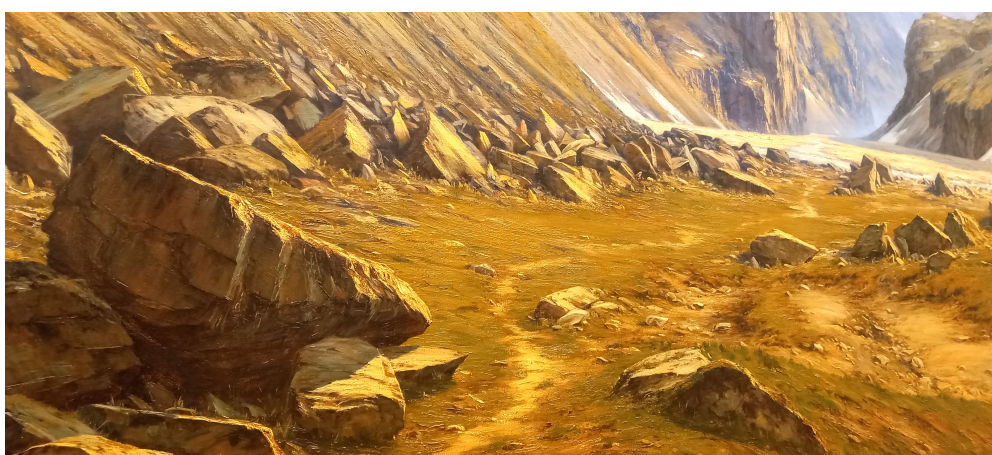


Illustration 12: Charles Bertier, *La Vallée du Vénéon à Saint-Christophe-en-Oisans* (détail), 1894, Musée de Grenoble

¹ <https://www.museedegrenoble.fr/2100-le-paysage-au-xixe-siecle.htm>

Le tableau de Gustave Doré, *Lac en Ecosse. Après l'orage*, aux dimensions plus intimistes fait également entrer le spectateur dans une émotion esthétique proche des émotions paysagères du trail¹.

Les impressionnistes qui ont fait sortir la peinture des ateliers grâce à plusieurs évolutions techniques ont souvent sillonné la nature et cherché à rendre sensible les variations lumineuses dans des interprétations libres du paysage. Une itinérance trail sur les chemins des impressionnistes pourrait ainsi se révéler particulièrement intéressante.

La déambulation dans les musées abonde en exemples de ces connexions possibles, le défi résidant dans le fait de développer un parcours médiatisé adapté qui souligne l'adéquation entre les arts visuels et leur résonance dans une pratique sportive de nature.

1 Les parcours proposés par le musée de Grenoble : « Au fil de l'eau », « L'appel de la forêt », « Les paysages dauphinois » et « L'invitation au voyage » ou encore « A ciel ouvert » soulignent cette connexion possible.
<https://www.museedegrenoble.fr/1924-les-parcours.htm>

Dans l'art contemporain les connexions abondent comme dans *Foglie* le dispositif original et monumental de l'artiste contemporain Giuseppe Penone exposé au musée de Grenoble et qui montre une vertigineuse fusion entre les traces, les empreintes laissées par le cerveau sur les faces internes des crânes¹ et les paysages naturels contemplés depuis le ciel, les nervures des feuilles ou du marbre. Du microcosme intérieur au macrocosme, l'oeuvre déclenche une réflexion profonde sur les connexions secrètes entre le règne végétal, animal ou minéral tout en proposant au regard une sorte de carte topographique. Le dispositif pourrait assez bien être médiatisé pour montrer les correspondances vertigineuses entre les chemins presque physiques de la pensée que ces tableaux impriment et les territoires.

Figure 13 – L'art contemporain, un dispositif hybride pour prolonger la pensée du trail-running

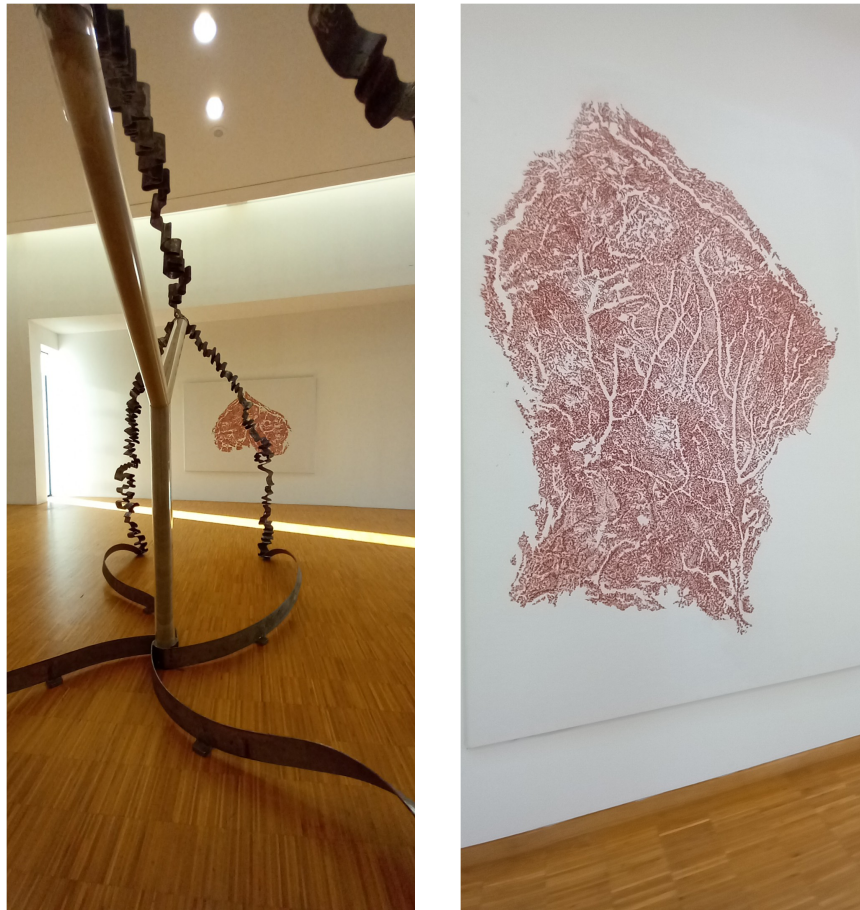


Illustration 13: Giuseppe Penone, *Foglie*, 1990, Musée de Grenoble

1 Prélèvement après les avoir recouvertes de graphite grâce à un adhésif puis agrandies et dessinées à la terre de sienne sur de grands panneaux de feutre.

On peut aussi évoquer les traileurs-artistes ou des artistes traileurs comme Max Romey qui transforment leurs parcours leurs aventures sportives en démarches artistiques et territoriales puissantes.

Figure 14 – La pratique artistique de pleine nature – L'osmose en l'art, le trail-running et le monde



Illustration 14: Max Romey, Photogramme extrait de son film *Trailbound Alaska*, 2021

2.2.1.3 La bande-originale des trails : du son, des silences, de la musique épique

La connexion entre traileurs et musique est omniprésente dans le trail-running et sur les événements du fait des concerts, des performances, -du cor des Alpes au DJ set -, et des enrichissements proposés par les organisateurs sur les parcours¹, mais aussi et surtout dans les écouteurs des coureurs.

Figure 15 – Trail et musique, une hybridation intense



Illustration 15: Couverture du magazine *forrest* #4

¹ Le Nord Trail Monts de Flandres est animé par exemple de nombreux groupes locaux dont les pages sont référencées sur le site de l'événement.

Le magazine *forrest* consacre ainsi son dernier numéro au sujet. Sa couverture constitue une bonne illustration de l'hybridation entre course à pied et musique. « La musique [y est présentée] comme ciment du run » au travers d'interviews de traileurs comme Baptiste Chassagne qui présente son rapport à la musique, d'un article sur l'étude de l'impact de l'écoute sur les performances en fonction des BPM notamment, mais aussi, à l'opposée sur la nécessité du silence pour percevoir les sons durant les immersions trail¹ dans la nature.

Certaines marques comme Salomon proposent également des playlists à écouter sur les plateformes de streaming, qui proposent ainsi d'ailleurs toutes des playlists pour courir, de même que les sites spécialisés dans la course à pied comme *Running Addict*. Ces productions montrent que les organisateurs pourraient tout à fait proposer à des artistes locaux de développer des playlists adaptées aux spécificités des trails de leur territoire.

De nombreux morceaux de musique font de la course un thème central, elle y est alors utilisée comme métaphore du temps, ode à la liberté ou à l'évasion et symbole de l'adversité sur un registre souvent épique qui peut résonner avec certains modes d'engagement dans la pratique du trail-running.

Citons par exemple parmi tant d'autres : « Running Up That Hill » de Kate Bush, « Chariots of Fire » de Vangelis, « Born to Run » de Bruce Springsteen, « Run Boy Run » de Woodkid ou « Against the Wind » de Bob Seger. En France, « Course » d'Orelsan et Ben Mazué, « Quand je marche » invitent à réfléchir ou à vivre l'espace de décélération que présente la course dans les sociétés contemporaines.

La musique accompagne de plus nombre de départs comme le célèbre « Conquest of Paradise² » au départ de l'UTMB ou « Ameno » de Era au départ des Templiers. Ces morceaux deviennent comme des points d'ancrage sensoriels et mémoriels qui favorisent l'attachement aux événements proposés et aux territoires. Citant Derek Spino, jogger californien des années 1980, Georges Vigarello prolonge encore cette réflexion dans d'autres directions sur ces liens car le corps peut-se faire lui-même instrument : « Je porte toute mon attention sur le bruit que font mes pieds aujourd'hui. Mais je ne pense pas au mot feuille ni au mot pied... Des sons que j'associe aux danses indiennes surgissent au plus profond de mon abdomen... J'ai touché à la beauté aujourd'hui .» (Vigarello, *in* Bessy, 2022a)

1 *forrest* #4, Outdoor éditions, 2024.

2 Provenant de la Bande Originale du film *1492* de Ridley Scott (1992) cette musique présente donc l'épreuve comme l'ouverture d'un voyage et d'une conquête. Elle remonte aux années berceau de l'origine des épreuves trail en France.

2.2.1.4 Trail et arts de la scène et du spectacle vivant

Lors de la VVX, un festival de théâtre est organisé dans les rues de Volvic le lendemain des trails, randonnées et autres courses d'orientation. Ce festival remporte chaque année un succès certain. Pour Romain, finisher du 112km et pour sa famille ce festival a été notamment l'un des déclencheurs de sa participation. Sébastien avec lequel nous avons covoituré nuance cependant, après son 112 km difficile, il n'avait pas l'énergie pour revenir à Volvic le lendemain.

L'organisation indique que si le nombre de dossards est limité à 5000 au total sur les différents formats de course, ce sont plus de 13000 personnes qui ont fréquenté le village durant la période de l'événement. Les manifestations comme ce festival paraissent donc attirer au-delà des accompagnants des coureurs et favoriser l'attractivité du territoire.

C'est aussi sans doute parce que les deux sphères du théâtre de rue et du trail-running pourraient se croiser une large surface commune : adaptabilité à des espaces extérieurs voire à des conditions climatiques changeantes, présence d'un public parfois en mouvement, performance physique, liberté de création et de pratique, défi, voire itinérance et expérience immersive.

La compagnie *kamchàtkah*¹ par exemple dans sa première création donnait à parcourir des espaces pour éprouver des expériences de l'exil, comme au Familistère de Guise dans l'Aisne : les spectateurs se couvrant d'un lourd manteau et se chargeant d'une vieille valise parcouraient des pièces en lambeaux animées par des performances théâtrales qui mélangeaient fiction et réalité. Vécue en famille, cette immersion et ce voyage avaient suscité en nous des émotions profondes et une empathie puissante pour les vies d'exil. Plus récemment, en 2022, leur création *Alter*, se déroulant dans un cadre rural et nocturne où elle combine son langage unique et immersif avec des projections vidéo intimes et des récits sans paroles.

Le beau projet « En finir », même s'il aboutit à l'accomplissement d'un marathon et non d'un trail, nous a paru aussi particulièrement représentatif de cette connexion possible et des freins rencontrés. Pour des raisons personnelles, l'artiste-jongleur Johan Swartvagher cherchait à courir enfin un marathon complet, mais en jonglant avec trois massues. Le projet a été pris en partie en charge par le Plongeoir², centre national des arts du cirque du Mans. Nous nous sommes entretenus avec Alexandre Boucher, secrétaire général du Plongeoir. Il nous a précisément décrit le projet depuis ses origines jusqu'à la création du Podcast *En finir* où le jongleur livre ses impressions durant la préparation au quotidien et durant la course. Selon lui, la connexion avec les sportifs a été manquée, les clubs locaux ne s'étant pas investis dans la proposition d'entraînements communs avec l'artiste.

1 <https://kamchatka.cat/fr/la-compagnie/>

2 <https://leplongeoir-cirque.fr/le-plongeoir/les-fils-rouges/en-finir>

Pour Alexandre Boucher les raisons principales sont le fait que les groupes déjà cimentés par une pratique et des habitudes sont difficiles à intégrer. Les encouragements reçus sur le parcours et la médiatisation de l'exploit réalisé témoignent tout de même d'un intérêt du public et des membres du Plongeoir. Le podcast est selon nous également une belle réussite de connexion d'univers trop souvent cloisonnés.

Le Plongeoir développe en outre depuis longtemps des partenariats pour investir le territoire et développer ses potentialités, des spectacles ont ainsi souvent lieu en dehors des lieux dédiés comme dans les musées du Mans ou les établissements scolaires. La durée d'installation de la confiance pour le développement de spectacles en lieu non dédié étant de 3 ans période au bout de laquelle les projets peuvent devenir « assez fous » selon Alexandre Boucher par leur ancrage dans le territoire et leur résonance.

Le cirque étant à la croisée du sport et des arts du spectacle vivant, la connexion nous paraît devoir être creusée car comme dans le trail le rapport au corps y occupe une place centrale. Elle pourrait donc constituer un média pour développer les connexions avec le trail sur les territoires et pour des publics éloignés. Certains départs de trail, notamment la nuit ou le matin proposent enfin des performances d'artistes jongleurs de feu.

Plusieurs compagnies de théâtre de rue que nous avons contactées nous ont indiqué ne pas se sentir bien placées pour nous répondre. Il y aurait donc un travail de communication à développer. En effet, la compagnie *Mycelium* qui se présente comme une « compagnie de théâtre de rue et de chemins » construit des partenariats locaux dignes des meilleurs organisateurs de trail, les deux mondes auraient sans doute beaucoup à apprendre l'un de l'autre... Ce que pourrait favoriser une activité de conseil. La compagnie *Le Bestiaire* nous dit ne pas être très la plus appropriée pour échanger avec nous sur ces connexions et pourtant leurs vœux 2024¹ présentent une femme courant et un flux de pensées digne de ce qui peut traverser l'esprit d'une traileuse durant une course...

Les connexions dans ce champ artistique sont donc également variées. Erika Lamy, responsable de la communication du festival Chalon dans la rue, qui rassemble chaque année plus de 200 000 spectateurs sur quatre jours, rapporte ainsi son expérience du partenariat avec les « Grimpettes à Josette », trail chronométré (course circadienne sur boucle de 4 km ou trail « en ligne » de 9km) et événement multi-activités à but caritatif (randonnée, coins lecture, trails, slackline, concerts, spectacles, contes, danse, stands avec produits du terroir et associations locales...) organisé à Givry afin de récolter des dons pour financer la fabrication et le prêt de fauteuils roulants récréatifs. Elle y a rencontré un public notamment sportif, au contact facile et ouvert aux échanges, intéressé par le

1 <https://youtu.be/7oVpWqtC3kc>

festival. À titre personnel elle nous présente d'ailleurs les projets menés par Chalon dans la rue pour sortir du « bitume », son intérêt pour l'ouverture aux espaces ruraux et pour le développement durable de l'événement. Des résidences donnent par exemple lieu à des tournées itinérantes pour rôder les spectacles dans les villages. Intéressée toujours à titre personnel par la réflexion sur les connexions du théâtre de rue avec le trail-running (mais aussi avec le vélo), elle ajoute que cela ne pourrait se faire que dans une parfaite adéquation entre l'esprit du spectacle de rue et celui de l'événement trail. La simple animation ne conviendrait donc pas car le théâtre des espaces publics est aussi l'art de l'adaptation du décor et des comédiens au paysage et à l'environnement géographique. Et l'on voit alors encore plus clairement les connexions se révéler.

2.2.1.5 Le monde du livre et de la littérature, lire, écrire, courir

Le trail-running semble ne pas avoir tout à fait encore pénétré le champ littéraire. La course à pied a fait l'objet de nombreux récits depuis l'Antiquité¹. La pratique spécifique du trail-running n'est apparue sur la scène littéraire qu'en pointillé : chez Murakami dans *L'Autoportrait de l'auteur en coureur de fond*, de manière indirecte, chez Silioe dans *La solitude du coureur de fond*, mais surtout chez Cécile Coulon dans *Le cœur du Pélican*. Anthime, le personnage principal du récit, ancien grand espoir de l'athlétisme brisé par une blessure, renoue des années et une vie plus tard avec la course à pied. Il décide de tout quitter pour courir sur les chemins et traverser la France. Certains passages courus par les narrateurs ou les personnages de ces trois œuvres se déroulent en pleine nature et développent une perception fine de la conjonction entre espace intérieur et espace naturel.

Le personnage de Cécile Coulon découvre ainsi véritablement son pays pour la première fois par la course à pied². L'art du monologue intérieur et de l'écriture du flux de conscience montre par ailleurs la dimension mentale de la pratique et la façon dont elle déclenche des alternances de pensées et de pleine conscience. Le grand roman du trail est sans doute déjà en pleine maturation et Kilian Jornet deviendra peut-être un personnage, une citation de prochains récits littéraires.

1 Voir entre autres l'anthologie d'Antoine de Gaudemar (De Gaudemar, 2011) ou *Le petit éloge du running* de Cécile Coulon (Coulon, 2020)

2 « Habitée aux gémissements de son organisme, son attention ricochait à présent sur les détails de son nouvel environnement. Le regard s'accrochait au porte-manteau des paysages qu'il traversait, les routes semblaient toujours différentes. La lumière parfois éblouissante, parfois grisâtre, teintait le goudron d'ondulations diverses et changeantes. Les chemins qu'empruntait Anthime n'avaient jamais les mêmes odeurs ; la terre, tantôt mouillée, tantôt grumeleuse, alourdissait sa foulée, le sol cherchait à retenir le coureur inattendu, à la manière d'un géant de roche et de sable, de brique et de goudron, réveillé par le choc de ses talons contre le sol. Les villages se ressemblaient. Enfants d'un même sang, églises deressées au centre des places publiques [...] ses indications l'emmenaient toujours en des terres inconnues dont il n'aurait jamais soupçonné l'existence. » (Coulon, 2015)

L'écriture du trail-running semble de plus constituer un défi formel et générique pour les auteurs qui s'en empareront et qui inventeront peut-être un art du *flow* narratif en nature. Le genre s'engagera sans doute dans une hybridation nouvelle entre biographique et littérature de voyage. Certains passages des *Confessions* de Rousseau ou des écrivains-voyageurs du XIXe et du XXe siècle apparaissent ainsi comme les fondateurs d'une littérature du trail à advenir.

Des trails ou des sorties pourraient ainsi se développer sur des sentiers autour des maisons d'écrivains ou sur des lieux emblématiques de leurs œuvres, accompagnés de la lecture de passages évoquant la découverte des paysages parcourus. La promenade au Désert Jean-Jacques Rousseau à Seyssinet-Pariset offre par exemple une expérience possible de ce type d'hybridation puisque l'on peut y courir et lire au passage des citations de ce philosophe attaché à ce lieu particulier puis s'immerger dans la nature et découvrir des curiosités géologiques comme le « coup de Sabre ». Parmi les sentiers d'écrivains les plus connus, parcourir en itinérance le chemin de Stevenson peut se révéler constituer un voyage et une expérience littéraires.

Si la dimension esthétique, stylistique ou institutionnelle de la littérature de trail n'est pas encore établie, de nombreux succès d'édition comme *Born to run*, *Courir ou mourir*, *La Vie courante*, montrent que le trail-running s'impose donc également comme une culture littéraire et que les coureurs cherchent à prolonger les émotions liées à leur pratique par la lecture.

La pratique observante et la narration de trail occupent ainsi une grande partie de *La folle histoire du trail* (Lefieff, 2022), le mouvement est donc central dans la façon de construire et de développer ce récit historique. Cette hybridation entre passages savants alternant avec des narrations de trail autobiographiques constituent une réelle trouvaille. L'histoire entre ainsi en correspondance avec l'histoire personnelle. La course s'incarne ainsi dans cette belle diachronie.

L'écrivaine Cécile Coulon souligne quant à elle la connexion essentielle qu'elle trouve entre la pratique de la course et la pratique de l'écriture : « La relation entre l'écriture et la course à pied est "évidente" [...] "J'écris en courant. L'histoire se construit pendant que mes jambes bougent " [...] Courir provoque en moi une sensation d'apaisement, la course me calme, aligne mes pensées, mes émotions, mes souvenirs... "» (Coulon, 2024, propos recueillis par Frédéric Berg, *forrest* # 3). Le trail-running est donc aussi culturel parce qu'il stimule la pensée. Certains coureurs écoutent même des podcasts de philosophie durant leurs sorties.

Ainsi, que ce soit à travers des récits autobiographiques, des essais ou quelques rares romans, la littérature met en lumière les expériences personnelles, les défis mentaux et physiques, et les leçons de vie tirées du trail-running. Ils illustrent alors la façon dont la pratique peut transformer sa perception du monde et de soi-même.

Enfin, les narrations de trail inondent les réseaux sous la forme de vidéos notamment mais aussi sous formes écrites, la plate-forme du challenge des trails de Provence propose ainsi un onglet pour déposer des récits de trails du challenge. Le site *Kikouroù* récolte et recense lui aussi de nombreuses narrations de trail, répertoriées selon les événements. Il serait très intéressant d'en étudier les caractéristiques et les variations formelles, lexicales, etc. Ce sont des outils qui peuvent en effet servir à la promotion des événements mais aussi à l'étude des résonances des territoires dans l'écriture et à leur analyse pour les organisateurs.

Les narrations de trail mais aussi les podcasts et les interviews peuvent en outre jouer un rôle important dans les échanges entre les athlètes et les coaches, dans la valorisation de soi ou dans la récupération mentale lors d'un échec. Le story-telling construit autour des épreuves profite également aux sponsors. Ainsi certains coureurs amateurs producteurs de contenus et de vidéos sur youtube par exemple sont-ils invités sur des trails. Leur narration filmée devenant un vecteur d'attachement à l'événement.

La bande-dessinée s' est aussi emparée de l'objet trail sous un éclairage plutôt comique teinté d'autodérision comme avec *Notes de trail* ou le site *Des Bosses et des bulles* (Matthieu Forrichon).

La revue *forrest* sous-titrée « running, culture et société » héritière de *VO2 run* témoigne de l'intérêt contemporain pour ces connexions transmodernes.

Enfin, le projet « JE » de Patrick Chauvin¹



Illustration 16: Exposition *JE* (détail) – Patrick Chauvin, Bibliothèque Saint-Corneille - Compiègne 2024

propose une mise en scène particulièrement adaptée de ces connexions entre l'art contemporain, la littérature, la performance, le sentier, la photographie ou encore le cinéma.



Illustration 17: Exposition *JE* – Patrick Chauvin et Sophie Delvallée - Bibliothèque Saint-Corneille - Compiègne 2024

Voici en effet la manière dont l'artiste plasticien architecte présente le projet « Au travers des lieux emblématiques de Jean-Jacques Rousseau, la maison des Charmettes, le massif de la Chartreuse, Ermenonville et le parc Jean-Jacques Rousseau, nous appliquons à notre manière les préceptes de l'auteur de *Rêveries d'un promeneur solitaire* où le JE, corps en mouvement, nourrit le JE, esprit, dans une confrontation féconde avec la nature. Cette performance fait l'objet d'un film réalisé par Sophie Delvallée. » (site de l'artiste). Le film prolonge ainsi la performance pour le spectateur en permettant une expérience polysensorielle de cette œuvre en mouvement à la croisée des arts.

¹ <https://www.patrickchauvin.com/jjr>

2.2.1.6 Le cinéma et l'immersion polysensorielle

Des projections ont souvent lieu en marge des événements et souvent en plein air. L'affiche du *Nature Trail Film Festival* (voir Illustration 18) témoigne assez parfaitement de la connexion entre trail et cinéma¹ et du développement d'une culture trail artistique en lien avec le cinéma. Les connexions sont nombreuses avec la course depuis les origines du cinéma et la chronophotographie jusqu'à la course poursuite des films d'aventure.

Entrer dans un film de trail c'est de plus s'immerger dans une nouvelle temporalité et dans une autre réalité en prise avec le monde. Le dispositif cinématographique est en effet également immersif et polysensoriel : l'attention aux sons, aux images mobiles et à la lumière mettent ainsi en relation le corps immobile du spectateur et le mouvement des coureurs. Pour les pratiquants c'est l'occasion de découvrir de nombreux aspects du trail-running : sa dimension sociale, sa dimension artistique et esthétique ou par procuration, de vivre au plus près les émotions de coureurs élites qui résonnent avec leurs propres émotions.

Les formats des films de trail sont souvent courts et plutôt à inscrire dans le domaine du film documentaire. Comme pour la littérature, la course à pied a initié quelques œuvres et scènes mythiques dans de nombreux films (*Forrest Gump*, *Marathon Man*, *les Chariots de feu* ou encore *Rocky*) mais encore très massivement sur route ou sur piste, plus rarement sur sentiers ou terrains naturels mis à part pour des scènes d'entraînement (il manquerait donc le grand film incluant le critère discriminant du sentier).

Une véritable culture de l'image mobile du trail se développe cependant sur les réseaux et dans les médias avec ses amateurs, influenceurs enchaînant chaque semaine des trails partout en France mais aussi ses héros, ses têtes d'affiche comme Kilian Jornet, Mathieu Blanchard, Blandine Lhirondel, Courtney Dauwalter ou Anne-Lise Rousset-Seguret et leurs « belles bagarres ». Les vidéos de promotion des marques et des coureurs sont de plus en plus esthétisées et conçues avec une maîtrise savante du story-telling comme le récit filmé du record du GR 20 d'Anne-Lise Rousset-Séguret².

Des expériences artistiques voire cinématographiques complètes et magnifiques se développent également. Citons entre autres *Le Trail Bound Alaska* de Max Romey (2021) sorte de carnet de voyage visuel d'un coureur artiste-peintre aquarelliste transformant toutes les nuances du paysage

1 Notons tout de même que le festival avait lieu dans la salle comble d'un cinéma d'Avignon le soir du trail du Ventoux et qu'aucune communication ni connexion réelle n'apparaissaient entre les deux événements. Dans le public interrogé par l'animateur seuls deux trailers et une traileuse avaient participé à la course du matin (c'est cette dernière qui reçoit en récompense un an d'abonnement à *nature trail* (écosystème quand tu nous tiens...).

2 <https://www.youtube.com/watch?v=UiQTVdNhA-w>

en croquis pour reconstituer la trace d'un sentier historique. Le film de Jean-Baptiste Bieuville *Vers les sommets* (2022) est aussi le récit d'une découverte pour le personnage-narrateur : les traces et les sentiers montagneux ont une histoire profonde. Enfin, *Free to run* (Highman, C. et T.,2022) fait alterner deux séquences : le récit de course de la protagoniste sur Le Tor des Géants et le retour des Talibans au pouvoir en Afghanistan qui conduit à la dissolution et à l'évacuation des membres de l'ONG qu'elle dirige et qui vise à promouvoir notamment la course pour les femmes.

Figure 18 – Le trail-running au cœur du cinéma, une hybridation en mouvement



Illustration 18: Affiche du Nature Trail Film Festival 2024

Enfin, les directs et leurs incroyables cameramen courant ou encore les teasers des événements participent de cette connexion entre trail et culture de l'image mobile. Les vidéos sont certes souvent formatées par le story-telling et les ingrédients nécessaires à la promotion de la course, mais leur analyse, -comme celle des affiches, des pages, des sites, des vidéos amateurs ou du nom des trails-, pourrait permettre d'affiner les diagnostics sur les rapports entre trail, culture et territoires.

2.2.1.7 Les trails, des événements culturels

Les trails attirent des coureurs locaux ou du monde entier et deviennent des événements culturels à part entière. Ces événements ne sont pas seulement des défis sportifs ; ils célèbrent aussi la pratique, la communauté des coureurs, les traditions locales et la gastronomie régionale, créant un cadre où le sport, la culture et le partage se mêlent. Le trail-running est de plus lié par essence à des mouvements culturels en faveur de la préservation de la nature. De nombreux coureurs et

organisations militent pour la protection des environnements naturels qu'ils traversent. Cet engagement se traduit par des initiatives de nettoyage ou d'entretien des sentiers et des efforts de sensibilisation à la conservation dans le prolongement de l'esprit trail. Les connexions avec la culture peuvent enfin permettre de relativiser le rapport à la performance, d'éduquer au surentraînement ou à la dépendance ou même simplement ouvrir un espace de détente qui mériterait d'être intégré à la préparation pour des coureurs élites sous pression.

Sans nous proposer d'être exhaustifs, nous avons vu que les passerelles et les connexions entre le trail-running et les arts sont extrêmement variées et composent des résonances qui rayonnent dans la mise en valeur et l'attachement aux territoires ainsi explorés par le prisme de cette hybridation.

Le trail-running transcende la simple activité physique de pleine nature, il s'inscrit pleinement dans les activités récréatives avec lesquelles il poursuit son hybridation en fonction des modes d'engagement et s'insère dans un riche tissu culturel, artistique et associatif. Par ses connexions avec les arts visuels, la philosophie, la littérature, la musique ou le cinéma, il se constitue en culture, en un esprit trail, moyen d'expression et de réflexion sur notre rapport à la nature, au corps et à la communauté. Ces interrelations enrichissent l'expérience des coureurs et renforcent l'idée que le sport peut être un véritable vecteur culturel d'expérience immersive des territoires.

Notre pratique observante et nos entretiens qualitatifs montrent tout de même que cette connexion n'est pas toujours véritablement investie ou parfois sans réelle adéquation avec les ressources spécifiques des territoires.

2.2.2 Trails sportifs à prétexte patrimonial, trail patrimonial à prétexte sportif ?

Le Trail du château de Pierrefonds qui a lieu chaque année à la fin du mois de janvier et auquel nous avons participé en 2023 et en 2024, prend habituellement son départ de l'esplanade du château¹ rénové par Viollet-Leduc au XIXe siècle. C'est un trail qui réunit plus de 2000 participants à la fois locaux mais provenant également des départements voisins et de la région parisienne. Le monument figure sur tous les supports de communication et sur la médaille finisher offerte à la fin de la course. Le musée national est d'ailleurs partenaire de l'événement. À notre connaissance pourtant, le partenariat ne semble pas très développé : on ne propose par exemple pas de visites du monument aux coureurs et si le château apparaît comme un phare qui indique l'arrivée prochaine, aucun élément sur son histoire n'est proposé. Si la monumentalité de l'édifice façonne forcément la

¹ En 2024, les conditions météorologiques ont transformé l'événement en un snowtrail et le départ n'a pu être donné depuis l'esplanade pour des raisons de sécurité.

perception du territoire par les coureurs, le château semble demeurer un prétexte patrimonial à un trail sportif en forêt de Compiègne.

Alexandre Cailler, guide conférencier au musée du Temps et au musée des Beaux-Arts de Besançon souligne de façon comparable que le trail des Forts de Besançon ne propose pas plus de dispositifs de médiation malgré le parcours et regrette que les sites n'investissent pas plus cette dimension. Pour lui, les sites culturels, historiques et les offices de tourisme ne prennent pas toujours la mesure de tels événements qui rassemblent pourtant plus de 4000 coureurs.

De même, si le départ de L'Échappée belle est donné depuis le domaine de Vizille, Pierre-Sébastien Burnichon, responsable du domaine regrette que les traileurs n'investissent pas plus la dimension historique du site. Il ne voit pas de véritable répercussion sur le nombre de visites au musée de la Révolution française. Lors des 10 ans de la course, la collectivité avait organisé des animations qui ont plu mais qui n'ont pas rencontré de véritable succès. Il nuance cependant beaucoup ces regrets en soulignant que le départ de la course est donné à 4 heures du matin et que la dimension technique, naturelle et physique de l'épreuve ne favorise pas l'implication des participants dans l'histoire du lieu. Pour lui, des connexions pourraient cependant mériter d'être approfondies en lien avec l'histoire des Fêtes révolutionnaires qui avaient pour but de favoriser l'unité d'une nation fracturée et qui avaient donné lieu à des épreuves de cross, et de course d'obstacles notamment. D'autres expérimentations ont aussi été tentées au domaine de Vizille comme une conférence sur les mécanismes psychologiques qui favorisent l'attachement à la pratique à la veille du départ de la course, apparemment sans succès auprès des traileurs.

La patrimoine culturel immatériel historique est quant à lui au cœur de nombreux événements. Le trail des Tranchées organisé par l'office de tourisme du Grand Verdun, la trace des Maquisards de l'Ain qui se définit comme le premier trail nocturne historique, le trail de la Ligne rouge à Thiescourt qui a été conçu en lien avec la création d'un GRP mémoriel sur les traces des tranchées de la Grande Guerre, ou la course de la Résistance¹, ont quant à eux une dimension patrimoniale et mémorielle puissante. Tous ces événements soulignent cette dimension sur tous leurs visuels et proposent une médiation historique en accès direct depuis leur site internet.

Alice Buffet, directrice du Musée de la Résistance de Grenoble a accepté de retracer pour nous l'histoire de la course de la Résistance et de détailler les « protocoles » et les médiatisations qui en découlent. La course a lieu tous les ans le 8 mai et est née en 2015 du constat que la signification de ce jour férié se perdait. Elle relie quatre lieux emblématiques de la résistance et de sa répression en Isère qui changent tous les ans. Autrement-dit, la trace est différente chaque année et si les formats

1 <https://www.traildestranchees.com> ; <https://tracedesmaquisards.fr> ; <https://www.la-1418.com/trail-de-la-ligne-rouge/> ; <https://coursedelaresistance.fr> .

trail peuvent varier, la course de 8 km demeure présente à chaque événement. Une médiation approfondie est proposée sur le site de la course et des expositions en lien avec l'histoire sont présentées sur le village de la course. Le service des sports du département de l'Isère participe à l'élaboration de la course mais son tracé et son organisation sont confiés à une société prestataire. La course qui jouit d'un certain succès remplit de plus chaque année ses objectifs de développement de la mémoire collective selon les indicateurs qui ont été conçus. Elle est de plus un réel événement sportif. Le musée de la Résistance n'a par ailleurs pas encore essayé, notamment par manque de temps et de ressources, de prolonger l'événement par des connexions avec les parcours trail existant en Isère ou en organisant des visites courues sur les lieux emblématiques sélectionnés au fil des éditions.

La trace peut donc mettre en valeur un patrimoine culturel historique matériel ou immatériel et hybrider la pratique sportive d'endurance d'une autre fonction de découverte ou de commémoration. Une étude approfondie des trails permettrait de multiplier ces exemples et de proposer une échelle d'hybridation plus rigoureuse et une mesure de l'investissement croisé des dimensions patrimoniales et sportives depuis les trails centrés sur un élément du patrimoine matériel ou immatériel mais qui placent l'accent sur la dimension sportive et ceux qui investissent davantage la dimension mémorielle et patrimoniale de façon approfondie. En effet, pour l'instant l'on pourrait trop rapidement généraliser notre étude en concluant que lorsque le trail s'organise à partir d'un patrimoine culturel matériel, l'investissement est moins grand de la part des organisateurs car il serait plus évident et que le patrimoine, immatériel et la mémoire nécessitent une connexion plus approfondie.

2.2.3 Applications, parcours trail et visites courues : tour d'horizon de la mise en tourisme culturelle du trail

La dimension patrimoniale des parcours réalisés et des sentiers empruntés semble parfois peu investie par les traileurs. Nous le reconnaissons pour notre part à nos débuts, même si cette dimension est devenue beaucoup plus centrale dans notre pratique. Cependant la course à pied permet de découvrir des contrastes saisissants, de créer une relation et une découverte des territoires tout à fait singulières. Pour Kilian Jornet « il n'y a pas de meilleur moyen de connaître une ville que de la découvrir en courant » (Jornet, 2013). En marge de sa participation prochaine à la Western States 100, le coureur décrit son itinéraire à travers la ville californienne : « Je remonte Market Street jusqu'au Golden Gate Park. On passe sans transition du centre-ville avec ses gratte-ciel à la

pleine nature avec de grands arbres, des prés, des lacs, beaucoup d'écureuils et même quelques bisons » (*Ibid.*)

Si la visite courue se développe souvent de façon auto-organisée et spontanée, pour guider les découvertes, des parcours permanents de trail ont été conçus et des applications ont été développées comme *Espace trail*, *Trace de trail*, *On piste*, *Jooks*. Elles proposent ainsi en téléchargement de nombreuses traces favorisant à des degrés divers la connexion entre course et patrimoines : découverte du *street art* pour les trails urbains, des églises romanes, des forts... L'application *Jooks* permet même d'écouter un audioguide présentant brièvement les points d'intérêt des parcours empruntés. Certaines applications signalent également des services comme la restauration et les hébergements.

Pour Cécile Lefebvre, fondatrice de *Yoomigo*, la mise en valeur du patrimoine culturel des territoires où sont développés les espaces trail est ainsi absolument essentielle et se retrouve toujours à l'origine dans la conception des traces. Les lieux patrimoniaux sont ainsi intégrés le plus souvent possible au parcours, ce dont témoigne le guide 2023 des espaces trail. Cette intégration procède sans doute de son expérience en développement et en aménagement des territoires.

Marine Verchère qui a participé au développement du plan trail du département de l'Isère regrette quant à elle que la dimension patrimoniale et culturelle n'ait pas été encore plus investie à l'origine dans le plan et souligne la nécessité de créer ou d'entretenir des bases de données actualisées et fiables. Le modèle de l'*Inventaire des biens culturels* nous semblerait pouvoir servir de base efficace mais il faudrait comme elle y invite, intégrer en plus des sites patrimoniaux, des artistes partenaires ou des associations locales pour pouvoir mettre en valeur ce patrimoine par la pratique du trail-running et les connexions avec les ressources ou les acteurs du territoire.

Dans les grandes métropoles comme Paris, les visites touristiques courues semblent rencontrer un succès certain, *parisrunningtours* et *runruntours* témoignent de ce développement du *sight-jogging*. Cependant ces visites peuvent-elles se développer dans la pratique du trail ?

Nous avons expérimenté avec Alexandre Cailler sur les hauteurs de Besançon au mois d'août 2024 l'une de ses visites courues. Après une première partie urbaine permettant de percevoir la façon dont le Doubs enserme la ville historique, la première montée sèche a été l'occasion de nous faire découvrir les traces de petits murets de pierre, témoins de l'intense activité viticole passée sur les collines de Besançon aujourd'hui recouvertes de forêts. Notre guide courant nous a aussi permis de comprendre les facteurs qui ont conduit à la disparition de cette activité notamment par le développement des activités liées à l'horlogerie. La montée suivante pour gagner le fort de Chaudanne permet également de montrer comment ce fort était dissimulé aux regards des

assaillants éventuels par le relief jusqu'au moment-même où ils se retrouvaient à portée de tir. Par de passionnants développements et de beaux points de vue nous en aurons encore beaucoup appris en à peine 7 km sur le territoire.

Le trail et la médiatisation de notre guide passionné nous ont permis de vivre une expérience de tourisme sportif qui nous a donné envie de revenir visiter et parcourir Besançon et son territoire. Pour Alexandre dont ce n'est pas l'activité centrale, les visites courues ne rencontrent pas vraiment le succès, moins en tout cas que les visites avec des vélos à assistance électrique. Il réalise trois visites courues par an qui se transforment souvent en visites randonnées, mais certaines, dans le cadre d'événements notamment ont pu rassembler beaucoup de monde. Pour notre part, il nous semble que l'expérience, vraiment riche mériterait d'être développée. Alexandre regrette quant à lui que nombre de traileurs qui parcourent ces même sentiers ne connaissent rien de cette profondeur historique. Pour lui, comprendre par exemple l'importance de l'immigration italienne au XXe siècle, savoir lire son territoire et connaître son histoire locale, ce serait aussi un vecteur puissant pour mieux vivre ensemble. La connexion entre trail et ressources culturelles est ainsi enjeu politique majeur tant pour le développement du sport santé que pour les liens forts qu'elle peut tisser entre les habitants.

Il faudrait ainsi penser la mise en tourisme des trails en considérant ces événements comme des lieux de socialisation et de rassemblement de publics éloignés. Les enrichissements culturels pour les accompagnants et les locaux pourraient amener certaines personnes vers le sport santé par des initiations et inversement, des publics éloignés de l'art par des ateliers, vers la pratique et la curiosité.

2.2.4 Six trails en pratique observante pour un label Culture-trail

Notre portrait d'observant : « homme de 46 ans, CSP+, pratiquant régulier de course à pied depuis 2020 et le premier confinement, arrivé au trail par le marathon comme course de défi et d'expérimentation des limites, puis coureur hédoniste à la recherche d'expériences et d'émotions esthétiques dans une pratique de course bien-être et découverte. Trois à six sorties par semaine en fonction des périodes. Préférence marquée pour les formats longs. Niveau moyen. Inscrit au DU trail Grenoble Alpes. »

La très grande majorité des trails semblent proposer automatiquement des enrichissements culturels immatériels : la gastronomie locale apparaît au ravitaillement de nombreux événements, de la musique (percussions, cor des Alpes, fanfares ou DJ) animent fréquemment la trace ou l'arrivée à

l'instar des marathons. Les affiches, logos et photographies ou les teasers constituent des attendus. La connexion trail et culture existe donc bien sur tous les événements mais elle semble inégalement investie par les organisateurs ou les participants. Nous pourrions même aller jusqu'à dire qu'elle est parfois impensée.

2.2.4.1 9 mars 2024, Trail du Ventoux, 52 km, 3000 D+ - Patrimoine naturel, patrimoine immatériel et expérience climatique

Une course magnifique, un patrimoine naturel exceptionnel, des conditions météorologiques très difficiles (vent, froid, neige) qui ont conduit à une réduction considérable du parcours mais un attachement puissant à ce lieu mythique. Le trail du Ventoux propose des connexions fines au patrimoine naturel mais aussi culturel immatériel : le panier offert au retrait du dossard est composé de miel local, de bière artisanale locale également et d'une petite plaquette de chocolat transformée dans une entreprise voisine. Chaque produit reproduit le logo voir l'affiche qui est offerte à chaque finisher. Une affiche qui emprunte aux codes de la BD. Une très belle vidéo et de belles photos permettent de revivre l'événement. Un direct commenté est proposé pour l'épreuve phare du 10 mars, le 46 km. Tous ces enrichissements et la ferveur des bénévoles malgré les conditions témoignent d'un engagement fort dans une synergie économique et associative de territoire dont la page facebook témoigne bien.

2.2.4.2 21 avril 2024, Nord Trail Monts de Flandres, Saint-Jans-Cappel, 78 km, 1800 D+ - Un trail festif au service de l'identité d'un territoire et de son patrimoine immatériel - Une expérience pluvieuse de la glaise des houblonnières

Un territoire que nous ne connaissions pas du tout et une très belle découverte. Un trail festif et transfrontalier entre France et Belgique qui met en valeur une identité locale puissante du patrimoine matériel (ravitaillement au moulin de Boeschepe et au château de Warande en Belgique) mais surtout immatériel grâce à la musique des nombreuses troupes carnavalesques et aux Géants traditionnels (Patrimoine immatériel mondial de l'Unesco) qui peuplent tout le parcours. S'y ajoutent : le passage dans des houblonnières ; pour les participants du 115 un passage de nuit dans l'usine 3 Monts pour un ravitaillement ambiancé par un DJ ; des panneaux sur tout le parcours qui indiquent sobrement le nom des principaux monts gravis. Des planches de BD sur le site d'arrivée, un village d'exposants locaux avec notamment le conservatoire botanique national de Bailleul et les stands des collectivités. Une identité visuelle forte portée par le slogan épique « La légende des

terres du haut » et fondée sur une version que nous qualifierions de « Tatoo » du Lion des Flandres (imaginé par Redge 35, le « gribouilleur runner ») parcouru par des traileurs et surmonté pour l'affiche 2025 d'une couronne patrimoniale¹, métaphore visuelle du rapport au territoire et que l'on retrouve sur la bière offerte au retrait des dossards ainsi que sur la médaille finisher.

Un trail à haute valeur culturelle, patrimoniale et touristique donc que Philippe Lefebvre a imaginé dès l'origine comme un événement festif et convivial, marqueur fort de l'identité carnavalesque du territoire et d'un certain ADN « Flandres, estaminets, moulins, géants, bière ».

Le trail conçu dès sa première édition en partenariat avec le département du Nord réunit chaque année près de 8000 participants et leur fait découvrir la beauté de la chaîne des Monts de Flandres dans une ambiance haute en couleurs. L'organisateur a voulu également mettre en valeur le côté très vallonné du territoire qui va à l'encontre de l'image habituellement associée au Nord et qui rend le trail plus difficile que ce à quoi pourraient s'attendre les participants. La dimension transfrontalière était également fondamentale dès la première édition : « Pendant la course, tu ne ressens pas la frontière. On parle de chaîne des monts des Flandres, on parle pas de France et de Belgique² »

Le NTMF est de plus devenu un vecteur économique très important, il génère par exemple plus de vues sur un an que l'office de tourisme et a servi selon Philippe Lefebvre de base pour structurer les parcours de l'espace trail récemment créé. « Holyfat », l'un des partenaires de l'événement a même édité un bon de réduction qui ressemble beaucoup à une carte postale sur laquelle figure la photo de coureurs sur le mont des Cats, lieu emblématique du trail.

L'office de tourisme Coeur de Flandres communique de plus beaucoup sur la dynamique sports nature du territoire et a organisé un festival de Landart en 2024. Le NTMF a été de plus construit avec de nombreux partenaires qui forment aujourd'hui une bande de copains, les bénévoles et les partenaires viennent pour faire la fête et le trail est pour Philippe Lefebvre un véritable « carnaval sportif ». 60 dossards sont ainsi par exemple pris par les employés de la Brasserie 3 monts qui font même floquer des t-shirts pour l'édition.

L'un des gros avantages pour l'animation festive du trail, c'est que l'organisation s'appuie sur les nombreuses associations carnavalesques du territoire. Le budget pour les animations musicales est très important, chaque troupe reçoit une rétribution. La fidélisation des participants est très importante. On pourrait presque avancer que le trail serait comme le prolongement sportif et naturel du carnaval de Dunkerque. La synergie avec les ressources du territoire est très intense. Pour Philippe Lefebvre, il y a encore plein d'idées à développer pour prolonger son idée d'origine : ne pas

1 Voir l'affiche sur <https://www.nordtrailmontsdeflandres.com>

2 Les propos de Pierre Lefebvre sont rapportés de manière approximative même lorsque nous les faisons apparaître entre guillemets.

laisser les gens venir faire leurs km sans proposer d'immersion, d'identité, d'attachement au territoire comme cela lui est souvent arrivé sur les trails qu'il a réalisés en France et à l'étranger.

2.2.4.3 10 mai 2024, Volvic Volcanic eXpérience, Volvic, 112km, 3500 D+ -
Une connexion totale entre trail, culture et territoire ? Une météo parfaite
et une expérience des troubles associés à la nutrition

.... C'était notre retour à la VVX, événement à l'origine de notre projet de questionnement sur la connexion entre trail et culture. Lors de l'édition 2023 après mon premier trail long de 82 km et une première journée durant laquelle mes proches semblent ne pas avoir vu le temps passer grâce aux animations diverses (course enfants, jeux en bois, garderie, repas, concerts), nous sommes de retour le lendemain à Volvic, les artistes locaux ouvrent encore leurs portes, plusieurs spectacles de théâtre se déroulent dans les rues, un concert et un marché gastronomique ont lieu sur la place de l'église. Nous nous installons un peu plus tard pour écouter l'improvisation du piano suspendu de la compagnie Douglas Grandet face aux reliefs du Puy-de-Dôme. Le dispositif hydraulique tournoyant tient le musicien qui développe d'apaisantes mélodies en apesanteur, les sons de son piano en équilibre avec quelques spectateurs sur un tapis volant. Le spectacle semble prolonger voire renouveler les émotions de mon voyage de la veille, du soulagement de savoir que mes heures passées sur les chemins n'ont pas été subies par mes proches et de ce moment de partage musical. Le sentiment d'une complète osmose avec le lieu et le territoire m'envahit.

En 2024 ; de retour sur les lieux de mes premières émotions culture-trail, les connexions ont encore été développées : l'avant-veille de la course nous assistons à la projection des deux films lauréats du festival de films de volcan organisé à Volvic l'année précédente. Des conférences sont proposées la veille de la course pour réfléchir aux connexions entre trail et territoires. Les concerts, les compagnies de théâtre de rue et les repas gastronomiques sont toujours au programme de l'expérience proposée : « Jour 1, Courez – Jour 2, Découvrez ». Une récupération yoga sur le thème de l'hydratation en compagnie des stars du trail François d'Haene et Camille Bruyas est même proposée le 11 mai mais trop vite complète, je ne pourrai y participer. Sur la course, à l'ingrédient principal de l'année précédente, la découverte des paysages de la Chaîne des Puys qui se prolonge de quelques kilomètres, s'ajoute une attraction nouvelle : la traversée de Vésunia, un musée- parc d'attraction destiné à découvrir de façon ludique l'histoire des volcans.

La VVX propose vraiment à mes yeux une expérience complète, transmoderne et disruptive. Au moment de récupérer mon sac à la consigne, un petit mot aux bénévoles pour les remercier et jalouser leur chance de vivre dans ce site naturel magnifique, la Chaîne des Puys- faille de Limagne

patrimoine naturel mondial de l'UNESCO. Et cette réponse : « Bah il faut revenir alors, parce que là il y a du monde, c'est bien mais le reste de l'année... » Le temps de l'événement la synergie entre le tissu associatif local, les bénévoles, les patrimoines culturels, le sport paraît totale, se prolonge-t-elle dans une dynamique touristique vertueuse en dehors de l'événement ? Nous aurions aimé en apprendre davantage à ce sujet mais nous n'avons reçu de réponse ni de l'organisation, ni de l'Office de Tourisme, ni des collectivités. Un nouveau constat s'impose cependant, entre l'édition 2023 et l'édition 2024 de nouveaux aspects de la culture du trail et de nouvelles hybridations sont apparues : le contact avec les élites au cœur d'une activité de récupération et ces projections avec venue d'équipes de deux films sur des ascensions remarquables notamment celle sur le Kilimandjaro de deux enfants en joëlette et de leurs accompagnants sapeurs-pompiers.

2.2.4.4 17 mai 2024, Trail des Pyramides Noires, Oignies, 62 km, 1000 D+ - Une expérience d'activité récréative dans un espace naturel anthropique - Étude approfondie d'un trail de marketing territorial sous la pluie et dans la boue de schiste.

Une navette partant du carreau minier du 9/9 bis à Oignies nous conduit sur les lieux du départ au pied du terril de Grenay Mazingarbe, le premier des 13 terrils au programme de la journée, tous inscrits au Patrimoine immatériel mondial de l'UNESCO. Certains sont devenus des sites naturels où s'épanouissent des espèces protégées, d'autres ont été convertis en espaces de loisirs, ils montrent surtout comment le travail humain et la Révolution industrielle ont pu façonner le paysage.

La dimension culturelle de l'événement est donc très puissante. Gilles Briand, directeur d'étude à la Mission Bassin Minier et chargé de l'organisation du TPN nous explique d'ailleurs que le trail qui regroupe plus de 1700 coureurs a été développé comme un outil de marketing territorial afin de véhiculer une image et des valeurs positives du territoire. Les parcours traversent ainsi un territoire en résilience, un terril est devenu une piste d'entraînement au ski, un autre est devenu l'arena terril trail, un lieu d'entraînement pour l'école de trail locale et les pratiquants locaux en prise avec des parcours permanents.

Après avoir gravi l'un des terrils jumeaux de Loos-en-Gohelle, parmi les plus hauts d'Europe et le ravitaillement sur le carreau minier voisin, nous traversons des cités ouvrières qui témoignent du faste de certaines compagnies minières paternalistes. Nous passons dans le parc du musée du Louvre-Lens bâti sur un ancien terril au dessus de profondes galeries souterraines. Les cinq premiers du 124 km ont même eu le privilège de traverser la Galerie du Temps qui rassemble des œuvres retraçant près de 7000 ans d'histoire de l'art¹. Une expérience sans doute puissante. Quant à

1 Les très belles photos de Line Dubeth donnent à voir cette hybridation singulière et profonde entre trail et arts : <https://www.flickr.com/photos/127854693@N08/albums/72177720317219552/with/53740645761>

nous, nous reviendrons dans la journée grâce à notre dossard visiter gratuitement l'exposition temporaire sur les « Mondes souterrains » expérience touristique et culturelle permettant de poursuivre autrement l'immersion dans le territoire avec lequel elle entre en résonance.

Sur le parcours, nous rencontrons Ludovic, un jeune ingénieur de 32 ans avec lequel nous faisons un bout de chemin, lorsque je le lui demande, il m'indique qu'il n'a pas l'intention de profiter de son dossard pour visiter l'exposition, il revient chaque année sur le trail alors qu'il habite désormais la région lyonnaise mais ce qui l'intéresse c'est ce retour sur les terroirs et le territoire de son enfance que le trail met bien en valeur selon lui. Ses propos glissent ensuite sur sa vision d'un territoire en souffrance sur lequel se cristallisent les difficultés économiques et sociales, il se réjouit de l'existence de l'arena terroir trail et de l'école de trail et espère qu'elle permettra de réduire l'obésité de certains enfants. Après m'être accroché pour le suivre quelques kilomètres, je lâche et la discussion s'achève sur ce constat au goût amer d'un trail qui donne une belle image du territoire mais d'une réalité quotidienne qui serait tout autre.

Le Trail des Pyramides Noires porte un nom magnifique, une très belle trouvaille de marketing territorial qui transcende les reliefs artificiels nés du travail humain. La forte unité visuelle de l'événement prolonge d'ailleurs cette identité sur tous les supports de communication jusqu'au textile et à la médaille en bois de bouleau finisher¹. Cette unité visuelle participe du développement de marque de l'événement et du territoire.

Nous avons eu accès aux résultats de l'enquête menée auprès des participants et qui a reçu 465 réponses : 83% des participants sont satisfaits ou très satisfaits de l'événement. 96.5% des participants recommanderaient le #TPN à un proche. Pour 82.8%, le Bassin minier est un très bon terrain de jeu pour les sports de nature. 85.9% ont une bonne ou très bonne image du territoire. Le #TPN a fait changer l'image du territoire pour 96.9% des répondants. 89% savent que le Bassin minier est inscrit au Patrimoine mondial de l'UNESCO. Cela constitue un motif de fierté pour 92.2% des personnes interrogées.

Tous les indicateurs de réussite de la valorisation du territoire sont donc au vert. Notons encore que la moyenne d'âge des participants était de 39 ans et que 24% étaient des femmes, que la grande majorité des participants proviennent des Hauts-de-France, 8 % d'Île-de-France et 9 % d'autres départements. C'est donc un événement au rayonnement plutôt régional. L'organisateur espère l'ouvrir à d'autres territoires. Enfin les supports de communication de l'événements sont principalement le site internet avec 19k utilisateurs, la page facebook avec ses près de 10000 abonnés, ses 800000 personnes touchées via les publications ainsi que la page instagram

1 Cette identité visuelle a été réalisée par une agence extérieure.

et ses 1764 abonnés.

Pour revenir à l'hybridation culturelle du trail, il faut ajouter les QR codes disséminés sur les parcours permettant d'écouter de brefs podcasts permettant d'en apprendre plus sur le passé minier du territoire. Selon Gilles Briand, cette expérimentation n'a d'ailleurs pas rencontré le succès espéré, les traileurs ayant très peu téléchargé les ressources. Je ne les ai moi-même pas téléchargées malgré mon projet d'étude, sans doute à cause d'une météo difficile et de la paresse associée de sortir mon smartphone. Pour en avoir depuis récupéré les textes, je pense que l'expérimentation mériterait d'être réitérée avec plus de promotion et une solution technique différente.

Enfin, l'arrivée sur le site historique du 9/9 bis offre d'autres réjouissances culturelles et sportives au delà de sa contemplation depuis le sommet du dernier terril de la journée.

Même si nous ratons la visite guidée de la salle des machines, nous découvrons dans un recoin du site, au cœur du bâtiment des anciennes douches des mineurs¹, une exposition d'art contemporain, *Second souffle* sur le thème du sport², un autre beau titre qui convient parfaitement à la résilience du site minier. Nous ne détaillerons pas les six dispositifs présentés dans ce lieu patrimonial et qui permettent le dialogue entre mouvement, art contemporain et passé minier. Nous décrirons cependant ces miroirs disposés dans l'une des salle de douches des mineurs sur lesquels apparaissent des mots gravés à condition de souffler dessus pour créer de la buée et qui sensibilisent aux graves maladies respiratoires des travailleurs. En miroir, nous saisissons la chance d'avoir pu courir durant 62 km et cette adéquation fine entre trail, histoire et art contemporain nous ancre profondément, nous immerge puissamment dans le territoire.

Enfin, le site du 9/9 bis a été rénové et transformé pour accueillir une salle de concert dont le bâtiment lui-même constitue un instrument de musique : le Métaphone vibre ainsi au rythme des vents qui le sillonnent.

Le TPN se révèle ainsi pour nous comme un nouveau trail à haute valeur culturelle et touristique ajoutée. Nous interrogeons tout de même Gilles Briand sur le manque de connexion entre ce lieu de résilience par la musique et l'absence de musique sur l'événement. Les pluies intenses ont amené les musiciens à rentrer chez eux, le budget ne permet de plus pas d'organiser un concert et l'arrivée est animée par un speaker. L'expérience passée d'un concert organisé avec les associations locales et les enfants des écoles s'est révélée un échec et pour Gilles Briand, les traileurs viennent avant tout pour courir. Le trail des Hobbits qui avait tenté la connexion trail et concert n'a d'ailleurs pas pu avoir lieu

1 L'accès à ce bâtiment patrimonial qui retrace sur ses murs l'histoire du site est rendu difficile par la rubalise de l'école de trail qui propose une très belle activité d'initiation à destination des jeunes accompagnants notamment, le trail des Galibots, auquel 500 enfants ont participé.

2 Comme pour de nombreux musées et monuments à travers la France en cette année olympique (pensons aux visites dansées de Louvre par exemple), l'exposition propose une rencontre entre art et sport.

en 2024.

Hélène Leleu, responsable des visites du site du 9/9 bis et de l'exposition *Second souffle* abonde dans le sens de cette déconnexion entre traileurs et culture, le nombre de traileurs qui ont participé aux visites guidées ou qui sont entrés dans l'exposition est anecdotique, ils se compteraient presque sur les doigts d'une main. Pour Hélène Leleu pourtant la promotion des visites et de l'exposition apparaissent dans le roadbook des participants, ce que nous n'avons pas vérifié. L'ouverture de l'exposition et des visites guidées était de plus selon elle surtout destinée aux accompagnants mais là encore, la participation a été rare.

Concernant la mise en tourisme du trail, Gilles Briand nous confirme que l'Office de Tourisme Lens-Liévin propose des séjours trail-running animés par un coach mais que le nombre de coaches insuffisant ne permet pas de proposer un service à la demande. Il pense qu'il faudrait à présent développer, en plus de la formation de coaches, des services pour favoriser l'itinérance sur le parcours de la chaîne des terrils classés au Patrimoine mondial. Enfin, des stages-photos en lien avec l'événement ont été proposés par École de trail avec le photographe Alexis Berg¹ valorisant ainsi sous un autre angle sportivo-artistique le territoire.

Ajoutons enfin les entraînements proposés gratuitement à tous les participants sur les traces du parcours en amont de l'événement et dont les dates sont diffusées dans les newsletters et sur les pages de l'événement. Une activité de plogging (course et ramassage de déchets) a également été organisée une semaine après la course.

2.2.4.5 10 septembre 2024, Trail des Beaux-Monts, Compiègne. 27 km, 600 D+ - Un trail local dynamique et convivial. Des conditions météo parfaites.

C'est le trail de notre terrain d'entraînement et notre troisième participation à l'événement après le 42km de 2023. Le trail organisé par l'ASPTT Compiègne est un événement convivial, c'est le rendez-vous course de la rentrée sur notre territoire. Il rassemble près de 1000 participants. L'affiche met en valeur l'un des patrimoines matériels de la ville ainsi que la forêt, patrimoine naturel : les poteaux indicateurs impériaux qui, placés à chaque croisement de sentiers et de chemins devait permettre à l'impératrice de toujours pouvoir retrouver au cours de ses promenades à cheval la direction du château, indiquée par un trait rouge sur l'une des faces du poteau. On retrouve ce symbole de l'histoire locale sur la médaille finisher en bois.

Le slogan de l'association sportive y figure également : « cultivons vos envies ». Le parcours met

1 Les photos du trail réalisées par Alexis Berg mais aussi par d'autres photographes moins connus lui donnent également une belle résonance artistique.

en valeur une curiosité géographique : la connexion entre une petite colline culminant à 140m et le palais impérial de Compiègne. Les belvédère de Beaux-Monts permet ainsi de surplomber la forêt et d'apercevoir au bout d'une longue et large trouée de 4 km le palais.

De belles photos qui mettent en valeur ce point de vue par exemple sont ensuite proposées sur la page facebook de l'événement à l'issue de la course. Lors de l'édition 2024, une petite scène proposait un concert au départ, et des percussions rythmaient l'ascension des Beaux-Monts. Une bière locale était offerte à l'arrivée. Les partenaires semblent principalement commerciaux (boutique de running, restaurants...), et des week-ends ont été offerts par le partenaire touristique Azureva. Une incongruité nous est tout de même apparue au retrait des dossards : l'étui à chaussures aux couleurs du trail était offert dans les sacs en papier d'une grande chaîne de restauration rapide. L'événement valorise bien le patrimoine naturel à destination des locaux et des participants régionaux ou d'Île-de-France. Nous n'avons repéré aucune mise en tourisme ni aucun partenariat avec l'office de tourisme ou les lieux patrimoniaux de la ville.

2.2.4.6 16 septembre 2024, Urban Trail de Valenciennes, 9km, 91 D+ - Un événement plus festif que sportif qui met en avant le tissu associatif et les solidarités locales dans la fraîcheur d'une fin d'été

Un court passage sur sentier, un relief composé d'escaliers, des difficultés pour pouvoir réellement courir, la dimension trail de ce type d'événement pourrait être discutée. Pourtant la trace propose la traversée des hôpitaux, des établissements scolaires, des cliniques, d'églises, d'Ehpad, de la cour d'un resort aménagé dans un bâtiment historique, de la salle des conseils de l'Hôtel de ville, d'un bowling et autres cafés ou bar à vins. Tous ces lieux sont animés de plus par les écoles de musique, des artistes et des associations locales.

L'événement, non chronométré et familial, organisé à l'initiative de l'office de tourisme de Valenciennes et du département du Nord, offre donc un dépaysement saisissant car il immerge les marcheurs dans le tissu socio-économique local, ses solidarités et sa créativité. C'est une expérience qui permet de développer un attachement fort à cette dimension du territoire. Les connexions entre l'événement, la culture et le territoire sont ainsi profondes mais ne procèdent pas réellement d'un engagement par l'effort physique.

2.2.5 Un label culture-trail ?

Nous sommes admiratifs de la richesse des événements auxquels nous avons pu participer et de l'énergie des associations, des bénévoles et des organisateurs. Ce sont de formidables outils de

valorisation de territoires.

Nous avons élaboré à partir de nos cadres théoriques et de notre participation observante les critères d'un label culture-trail, un outil diagnostique qui pourrait servir à valoriser non seulement les événements et leur implication dans le territoire, mais qui pourrait aussi valoriser les collectivités ainsi que les sites patrimoniaux. Il pourrait donner lieu à des aides financières, à l'instar du label « fabrique de territoire » pour les tiers-lieux qui reçoivent un financement de 50000 euros pour leurs dépenses de fonctionnement.

Ce label reposerait sur les 4 piliers que nous avons identifiés à la suite d'Olivier Bessy et des réflexions de Glen Buron dans notre première partie : un événement labellisé culture-trail serait récompensé parce qu'il valorise le patrimoine, parce qu'il permet de l'entretenir, parce qu'il valorise une attractivité touristique forte et durable du territoire et parce qu'il le structure en favorisant la synergie avec les différents acteurs associatifs et institutionnels. Il se déclinerait selon dix critères non hiérarchisés et inspirés librement des critères du patrimoine mondial de l'UNESCO¹ combinés aux cadrages retenus chez Bessy et Buron :

1. La mise en valeur du patrimoine naturel et de son histoire
2. La mise en valeur du patrimoine matériel et de son histoire
3. La mise en valeur du patrimoine immatériel et de son histoire
4. La dimension sportive de l'événement et le développement d'une culture trail de prévention des blessures, de connaissance de la pratique, etc.
5. La synergie entre les collectivités, le tissu associatif, les habitants, les artistes ou les artisans sur le territoire
6. L'ajout d'éléments culturels adéquats permettant de favoriser l'expérience globale des participants et des accompagnants
7. La dimension responsable et environnementale de l'événement
8. La profondeur historique de la trace et la communication de cette profondeur
9. L'identité visuelle et artistique de l'événement, la mise en art du trail
10. La connexion entre l'expérience sportive globale, l'immersion dans le territoire, l'attachement et les possibilités de mise en tourisme durable.

Ainsi pourrions-nous établir un classement « objectif » de nos expériences trail en 2024² en

1 <https://whc.unesco.org/fr/criteres/>

2 Nous aurions aimé développer des analyses comparables du Winter trail de Saint-Pierre-de-Chartreuse, du très beau et vibrant trail du cœur non chronométré de Montferrat, de la belle « P'tite vadrouille » d'Agnetz...

fonction de ces critères ou même un guide des trails à haute valeur culturelle en France.

Sans rien enlever à la qualité et à l'engagement des organisateurs et des bénévoles de tous les trails que nous avons expérimentés, nous retrouverions ainsi en tête sans réelle surprise la VVX, le NTMF, le TPN et le Trail du Ventoux.

Au-delà de leurs orientations différentes et marquantes, nous pouvons considérer que ces trails apparaissent comme des événements à haute valeur ajoutée sur le plan culturel, naturel, sportif et touristique. Nous n'hésiterions pas même à leur décerner un label d'excellence culture trail, accompagné de propositions pour investir davantage certains aspects.

Chacun de ces événements obtiendrait ce label selon des accentuations différentes des critères établis qui constituent leur identité territoriale propre mais qui permettent tous de créer une synergie puissante entre les associations, la mise en valeur et la préservation du patrimoine et une expérience immersive dans le territoire favorisant son image attractive.

Nous pourrions ainsi au fil des expériences approfondir et nuancer la typologie des trails qui ont tous finalement, il nous semble important de le rappeler, une dimension culturelle plus ou moins investie. Les trails labélisés excellence culture trail qui créent une véritable synergie entre l'événement et le tissu culturel ou associatif local ; les trails historiques et mémoriels qui conçoivent leur trace en partie en fonction des lieux de mémoire du territoire, les trails du patrimoine matériel, les trails du patrimoine naturel et du défi, les trails mixtes et les trails du patrimoine immatériel... Ce label culture trail pourrait aussi, on le rappelle, être décerné conjointement ou non, aux musées, sites patrimoniaux ou collectivités qui développent également des connexions : départs de sentiers, partenariats avec les organisateurs, accueil des coureurs et visites adaptées ou visites courues, développement du sport santé pour les salariés...

2.3 Des services adéquats pour prolonger et favoriser les connexions entre trail, culture et valorisation des territoires ?

Les connexions entre trail-running et culture sont innombrables, certains champs culturels ont des surfaces communes¹ particulièrement étendues, naturelles ou essentielles avec la pratique et les modes d'engagement des participants. Les trails en sont un bon exemple dans la façon dont ils procèdent d'une hybridation essentielle avec différentes formes de culture. De nombreux organisateurs ont fait de cet alliage l'identité de leur événement². L'expérience montre que les connexions entre trail et culture nous semblent donc constituer un levier fort de développement de

1 Il serait intéressant de proposer une succession de diagrammes de Venn pour visualiser ces connexions.

2 Rassemblons ici brièvement une part de ce que nous avons découvert par notre brève expérience des courses, nous pouvons recenser : traversées de musées et de sites historiques, entrées offertes, spectacles, projections, ateliers, expériences mémorielles, concerts et animations sur les parcours, dégustations...

l'attractivité des territoires car dans le trail se joue aussi la mémoire et l'attachement aux lieux des exploits ou des dépassements accomplis pour chacun à sa mesure.

De plus l'éthique du trail, fondée sur la solidarité et l'amour de la nature pourrait conduire à expérimenter un rapport apaisé et durable à la nature et à la culture. Le rôle des organisateurs semble crucial dans cette transition qui pourrait permettre d'inscrire l'imaginaire de la performance dans une pratique en transition de la société individualiste à une société plus collective.

De ce tour d'horizon rapide et lacunaire des connexions historiques entre la pratique du trail et les différentes ressources culturelles, de la pratique observante ainsi que de l'enquête qualitative réalisée auprès de tous les acteurs possibles de cette connexion, nous avons retenu un certain nombre de questionnements et de propositions d'activités de services. Conseil en expérience et en connexion événements trail-culture auprès des organisateurs, des musées ou des sites culturels, séjours immersifs dans les territoires par la course à pied et la contemplation active de ressources artistiques adaptées à la pratique et à la géographie, visites et initiations aux arts et aux sports pour les publics éloignés, team-building sport-culture pour favoriser les actions de mécénat.

Il manquait cependant une étude quantitative du rapport à cette hybridation trail-running et culture que peuvent entretenir les traileurs, les organisateurs ou les acteurs de la culture et du tourisme. Cette enquête doit permettre de mesurer la pertinence de l'intérêt pour la connexion afin d'affiner nos diagnostics et nos préconisations.

Les bases de notre enquête étaient donc constituées des nombreuses interrogations suivantes nées de ces tours d'horizon successifs : Les trailers, les organisateurs, les acteurs de la culture et du tourisme sont-ils intéressés par les connexions entre univers du trail-running et ressources culturelles ? Comment les connexions pourraient-elles encore d'être améliorées ? Relèvent-elles par exemple toujours d'une véritable volonté d'adéquation entre le trail-running et la culture locale, les espaces, ou les activités du territoire investi ? Les traces ont-elles souvent une dimension historique et cette histoire intéresse-t-elle les coureurs ? Quels profils de pratiquants, d'organisateur et d'acteurs du tourisme et de la culture sont les plus intéressés par cette idée d'une immersion par le trail-running dans les ressources culturelles et l'histoire des territoires ? Quelles sont les activités de services qui existent pour créer l'expérience la plus immersive possible dans l'histoire et le patrimoine des territoires ? Les enrichissements et les éléments culturels avant, pendant et après la course pour les coureurs ou pour les accompagnants (concerts, projections, photos, traversée de lieux culturels...) sont-ils des critères différenciants, des facteurs d'attachement ? Nous avons cherché à structurer ces questionnements foisonnants pour tenter de croiser les perceptions des différents membres de l'écosystème culture trail.

PARTIE 3 : enquête qualitative et marketing des services, la fin des diagnostics

3 Une triple enquête quantitative et les diagnostics du marketing de service

3.1 Les principes de la triple enquête , les modes de récolte de données et leurs limites

Les connexions entre trail-running et culture au sens large sont donc extrêmement nombreuses, variées et plus ou moins consciemment investies par les pratiquants ou les organisateurs. Elles proviennent de l'hybridité originelle du trail-running qu'elles renouvellent encore et conduisent à concevoir la pratique à présent comme une activité récréative de nature, entre sport et expérience touristique d'osmose par sa dimension physique, les modes d'engagement des pratiquants et leur découverte de soi dans un nouveau rapport intensifié au monde et à la nature.

Nous avons mené une triple enquête entre le 9 juin 2024 et le 25 août 2025 pour mesurer un certain nombre d'éléments selon quatre axes principaux :

- les profils intéressés par les connexions entre trail-running, culture et territoires ;
- la vision croisée des univers, l'existence et l'intérêt pour les partenariats, afin d'en identifier les freins et les leviers (prospection pour une activité de conseil);
- l'expérience, la vision et l'intérêt pour les éléments culturels sur les trails ;
- l'existence, la perception et les éventuels besoins de services pour favoriser une expérience trail-running et culture adaptée aux spécificités des territoires ou pour la prolonger par la mise en tourisme : conseil, formation, visites, séjours.

Intégrant ces différents axes de questionnement nous avons diffusé :

- un questionnaire à destination de traileurs et traileuses, d'abord dans notre cercle informel et auto-organisé de pratiquants, amis et collègues, puis au sein des participants à la formation DU trail de Grenoble, enfin, nous avons étendu notre diffusion à l'ensemble des dirigeants de clubs affiliés à la FFA sur le territoire métropolitain qui proposent l'activité trail en commençant par la région Hauts-de-France et en terminant par la région Corse. Les résultats ne pourront donc refléter qu'une vue partielle des traileurs qui pour beaucoup n'ont pas de licence FFA et participent à des groupes plus informels (*Atlas du Sport*, 2023 ; Buron 2022a). Nous regrettons ainsi de ne pas avoir pu participer à des trails pendant l'enquête pour

la diffuser directement auprès des participants ;

- un deuxième questionnaire destiné aux organisateurs et organisatrices de trail, d'abord diffusé auprès des trails auxquels nous avons participé puis en étendant la diffusion par cercles régionaux plus au-moins concentriques au départ de Compiègne dans les Hauts-de-France jusqu'à terminer par la Corse. Là-encore nous nous sommes appuyés principalement sur les événements recensés sur le site de la FFA et indiquant l'organisation d'un trail au moins dans leur présentation de l'événement ;

- le troisième questionnaire a été diffusé auprès de celles et ceux que nous avons désignés comme « les acteurs de la culture et du tourisme » : les musées de France référencés sur le site *muséophile*, les monuments nationaux, les 13 FRAC métropolitains, des artistes photographes et de Landart référencés sur le site *www.artistescontemporains.org*, des troupes de théâtre et des artistes de cirque, référencés sur le site *artcena* des maisons d'écrivain via le réseau des maisons d'écrivains ainsi qu'une grande partie des Offices de Tourisme référencés en France métropolitaine, région par région en commençant par la région Hauts-de-France.

Ces trois enquêtes ont été conçues de façon à pouvoir croiser les résultats en fonction des quatre axes retenus mais nous pouvons annoncer déjà que la formulation des questions a parfois été trop différente d'un questionnaire à l'autre pour établir des comparaisons vraiment rigoureuses.

Nous regrettons de ne pas avoir également interrogé des spectateurs de trail, des visiteurs à la sortie des musées ou des lieux culturels, pour mesurer la pertinence de la connexion trail-running et culture, de la création de services d'animation et d'initiation sport-santé ou culture pour des publics éventuellement éloignés du sport ou de la culture.

L'enquête très largement diffusée donc n'a reçu que 193 réponses de traileurs et traileuses, 151 réponses d'organiseurs et d'organisatrices de trail et 227 réponses d'acteurs et d'actrices de la culture et du tourisme. Cela constitue un premier indicateur même si la période de récolte, les adresses erronées, l'absence de relance, la longueur des questionnaires ou la limitation aux présidents de clubs FFA, etc. peuvent également être considérés comme des facteurs ayant limité le nombre de réponses.

3.1.1 Le profil des répondants¹

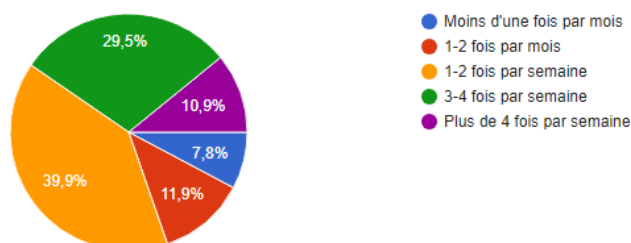
3.1.1.1 Les traileurs répondants : des pratiquants réguliers et expérimentés

Rappelons que 193 personnes ont répondu à notre enquête.

90,6% des répondants pratiquent le trail depuis plus de trois ans et 60% depuis plus de 6 ans. Les répondants ont une pratique régulière du trail-running, d'une à plus de quatre fois par semaine pour 80,2% d'entre eux, même si près de 40% ne pratiquent le trail-running qu'une à deux fois par semaine.

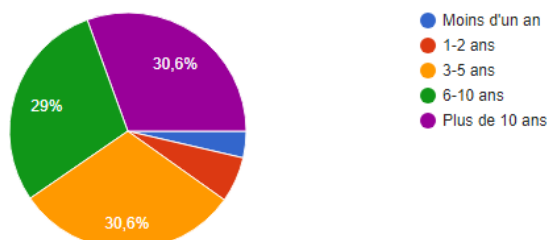
À quelle fréquence pratiquez-vous le trail ?

193 réponses



Depuis combien de temps pratiquez-vous le trail ?

193 réponses



On peut donc considérer que les déclarants sont des traileuses et des traileurs expérimentés. Ils participent pour 78,6 % d'entre eux à des trails de 3 à 6 fois par an jusqu'à 1-2 fois par mois. Là encore on peut donc indiquer qu'ils connaissent bien les événements trail. La distance préférée en compétition est pour 51,6% le trail de 21 à 44 km. Nous n'avons pas parlé de Km-effort mais la distance pourrait correspondre aux trails XS² ou S de la classification des courses nature de la FFA

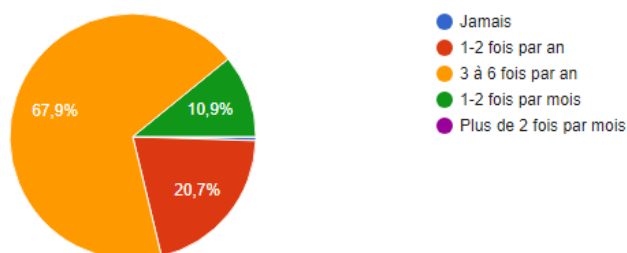
1 À noter que toutes les figures utilisées dans cette troisième partie proviennent de notre enquête « trail, culture et territoire » et porte pour titre la question à laquelle elles correspondent. C'est la raison pour laquelle elles ne sont ni titrées, ni numérotées, ni légendées.

2 Notons au passage que cette dénomination pourrait être qualifiée d'hypermoderne : qu'une course de 44 km considérée comme de taille S semble montrer que l'on demeure dans une valorisation de l'extrême. Nous pourrions

Ensuite, 21,6% préfèrent le trail court, et 21,6 % le trail-long.

À quelle fréquence participez-vous à des trails en compétition ?

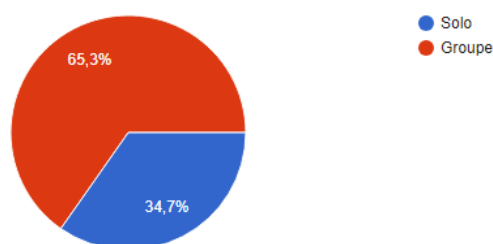
193 réponses



Les déclarants préfèrent courir en groupe, la socialisation joue donc un rôle important dans leur pratique.

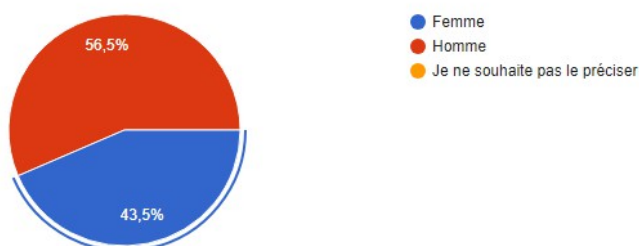
Préférez-vous courir en solo ou en groupe ?

193 réponses



Quel est votre sexe ?

193 réponses

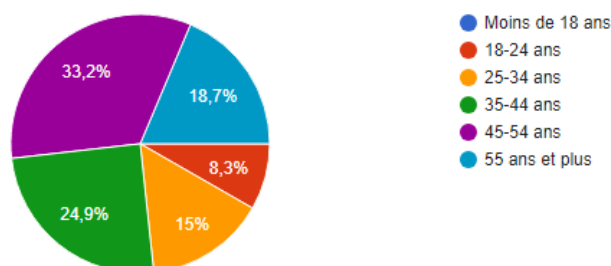


43,5 % des répondants sont des femmes, la proportion est donc bien plus élevée que dans la population habituelle des pratiquants de trail-running. Cela pourrait peut-être signifier qu'elles se sont proportionnellement plus engagées que les hommes dans la réponse à une enquête sur les connexions entre trail, culture et territoire.

nous amuser à la fin d'un trail de 43 km-effort à demander aux participants comment s'est déroulé leur trail XS et étudier leur réception de la question...

Quel est votre âge ?

193 réponses



L'âge des répondants correspond à peu près aux 39 ans de moyenne d'âge des pratiquants selon les enquêtes récentes que nous avons citées dans la première partie. Les différentes catégories d'âge représentées sont assez équilibrées.

Enfin, les catégories sociales favorisées sont les plus représentées parmi les déclarants 34,2 % de cadres, 37,8% d'employés et 9,8 % de travailleurs indépendants.

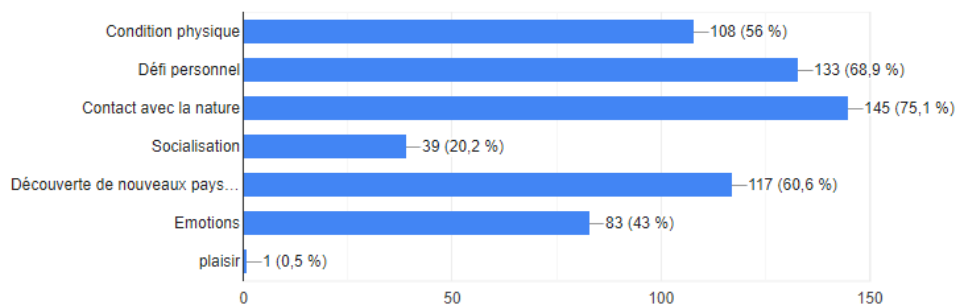
Nos répondants sont donc assez mixtes, favorisés, ont une moyenne d'âge d'environ 42 ans et une pratique régulière du trail qu'ils préfèrent partager.

Leurs motivations principales (question à choix multiples) pour pratiquer le trail sont le bien-être physique (55,7%), le défi personnel (69,3%), le contact avec la nature (75%) et la découverte de nouveaux territoires (60,4%). Deux autres motivations, les émotions (43%) et la socialisation (20,2%) sont représentées également. On pourrait donc considérer qu'ils s'inscrivent dans une pratique caractéristique des activités récréatives de la transmodernité. Ce sont les profils aux motivations croisées : contact avec la nature, découverte, socialisation et émotion qui pourraient être les plus intéressés par la question de l'immersion dans les territoires.

Quelle est votre principale motivation pour pratiquer le trail ?

Copier

193 réponses



Les répondants préfèrent s'entraîner en forêt et/ou en Montagne, plutôt sur sentier balisé (pour 65,1%). Enfin le podium des régions les plus favorables pour eux à la pratique du trail est constitué de l'Auvergne-Rhône-Alpes (81,3%), la Provence-Alpes-Côte d'Azur et la Corse. Les Hauts-de-France (7%) ne constitue pas une région favorable à la pratique et l'Île-de-France arrive bonne dernière (2,7%) pour nos répondants. Cette tendance rejoint ainsi la répartition géographique des courses à pied décrite dans notre première partie : des espaces plutôt ruraux dans la partie méridionale où se trouve le plus de relief.

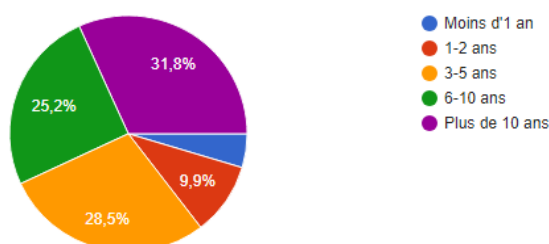
Autrement-dit, les régions qui correspondent le mieux à la pratique. Le défi pourrait donc être de faire bouger les représentations par l'hybridation de la pratique avec la culture dans notre région. Nos répondants ont donc une bonne expérience de la pratique et des événements trail, leur profil est légèrement différent des tendances identifiées par les études de plus grande ampleur : la proportion de femmes est plus importante par exemple.

3.1.1.2 Le profil des organisateurs de trail et des types de trails organisés – Des organisateurs eux-aussi expérimentés et des formats variés

Rappelons que 151 personnes ont répondu à notre enquête. Nous ne présenterons cependant que 110 réponses qualifiées puisqu'à la suite de la modification du questionnaire en cours d'enquête les 41 premiers répondants n'ont pas été comptabilisés dans les résultats ci-dessous. Nous avons cependant bien les résultats de ces 41 premières réponses sous forme de fichier et les tendances fortes sont globalement les mêmes.

Depuis combien de temps organisez-vous des trails ?

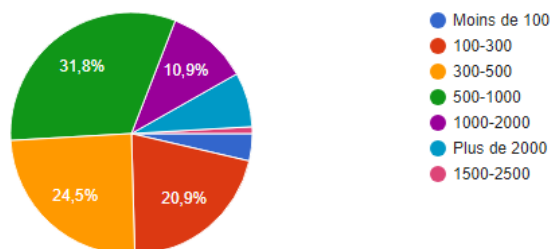
151 réponses



Comme pour les traileurs et traileuses, les organisatrices et les organisateurs sont expérimentés : 85,5% des répondants organisent leur trail depuis au moins trois ans, et 57 % depuis plus de 6 ans.

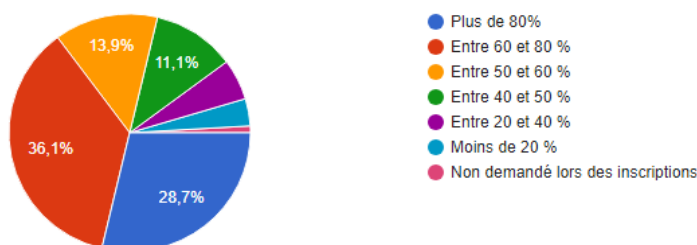
Quel est le nombre moyen de participants à vos trails ?

110 réponses



Quelle est la part approximative de coureuses et coureurs locaux ?

108 réponses



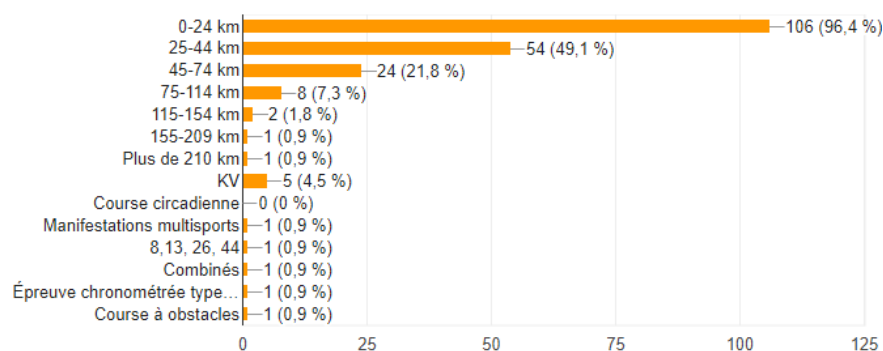
Ils organisent des trails rassemblant de 100 à 300 coureurs pour 20,9 % d'entre eux (mais notre façon de poser la question crée une ambiguïté : est-ce le nombre global de coureurs ou le nombre de coureurs par épreuve de leur événement ?)

On peut considérer tout de même que le socle le plus large des tailles de trails des répondants est constitué par les trails de moyenne fréquentation (= dans la moyenne de la fréquentation par trail sur le plan national) puisque 56,3 % rassemblent entre 500 et 1000 participants. Notons enfin la proportion assez importante de trails que nous considérons comme à fréquentation forte (près de 20% rassemblent plus 1000 participants). Parmi ces coureurs, la proportion de coureurs locaux est très grande selon nos déclarants 64,8 % des trails seraient ainsi constitués en majorité de coureurs locaux (plus de 60%).

Les formats de trails le plus souvent proposés correspondent à celui préféré par nos traileurs : 96,4% des organisateurs font figurer un trail de 0 à 24km, 49,1% proposent un format un peu plus long (25-44 km). Plus rares sont les organisateurs d'ultras (environ 10%). Les trails se déroulent dans leur très grande majorité en forêt (82,7%), et/ou en montagne (44,5%), ou en plaine (22,7%).

Quelles distances et sortes de trails proposez-vous ?

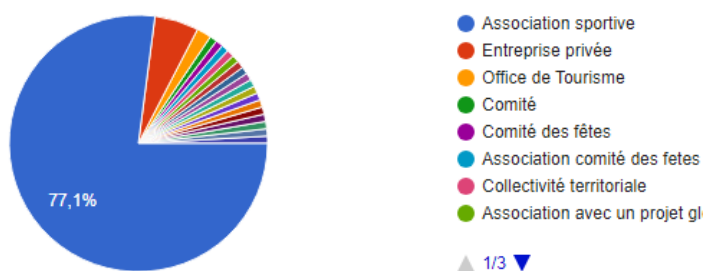
110 réponses



Enfin les organisateurs répondants sont des associations sportives (77,1%), des entreprises privées (5,5%), et les 17,4% restants sont composés d'offices de tourisme, de comités des fêtes, de collectivités locales et de diverses associations.

Quel type de structure êtes-vous ?

109 réponses



La très grande majorité des organisations de trail de nos répondants sont constituées entièrement de bénévoles (81,7%), 18,3% des organisations ont au moins un salarié pour permettre d'organiser l'événement.

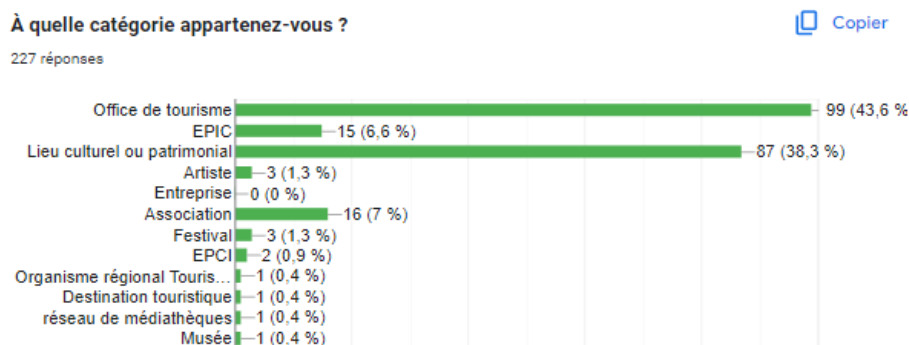
On peut considérer à la lumière de ces résultats que les organisateurs répondants sont expérimentés et qu'ils appartiennent dans leur grande majorité à des associations sportives.

3.1.1.3 Le profil des acteurs de la culture et du tourisme répondants : une majorité de musées et d'offices de tourisme

Nous avons recueilli 227 réponses des acteurs de la culture et du tourisme

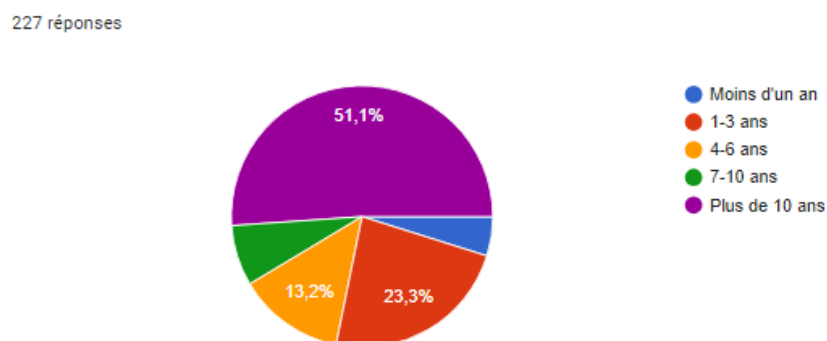
Notre première question à choix multiples restait ouverte, nous avons donc reçu une myriade de réponses dont nous pouvons retirer les dominantes suivantes : les acteurs du tourisme représentent environ 51,9% des répondants, les lieux culturels au sens large 44 % (principalement des musées et

des sites historique), les associations 7,1 % et les collectivités 3,2%, les artistes et festivals représentent chacun 1,3 % mais la diffusion de l'enquête a été assez limitée pour ces deux dernières catégories, ce que nous regrettons car l'envoi a presque toujours donné lieu à l'expression d'une véritable curiosité pour la connexion.



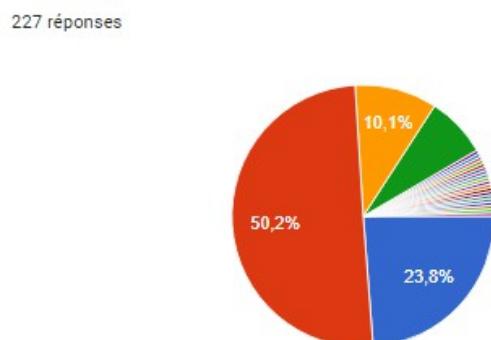
Comme pour les traileurs ou les organisateurs, les répondants sont assez expérimentés dans leur domaine puisqu'ils exercent leur activité depuis plus de 4 ans pour 73% d'entre eux (dont 51,3 % depuis plus de 10 ans).

Depuis combien de temps exercez-vous votre activité dans ce domaine ?



La zone d'activité des répondants est principalement rurale (50,4%) et/ou montagnaise (10,1%) pour 60,7 % d'entre eux, urbaine pour 23,8 %.

Quelle est votre zone géographique d'activité ?



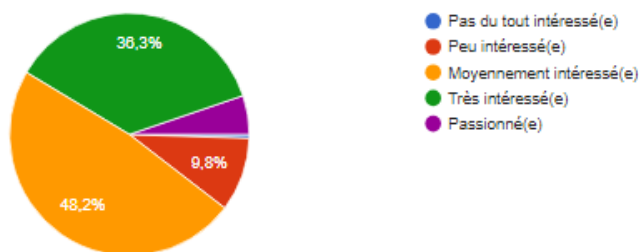
3.1.2 La vision croisée des univers, l'existence et l'intérêt pour les partenariats, les freins et les leviers

3.1.2.1 Le rapport à la culture des traileurs répondants et leur vision des connexions trail-culture

42,9 % des traileurs répondants s'intéressent à la culture en général, 58,3% déclarent s'y intéresser moyennement (48,4%), voire peu (9,9%). Ils participent à des sorties culturelles de 1 à 3 fois par an pour 52,1% d'entre eux et de façon plus régulière pour 45%. Rapporté à la participation aux trails par exemple, l'avantage est à l'activité sportive mais les pratiques peuvent être considérées comme relativement équilibrées.

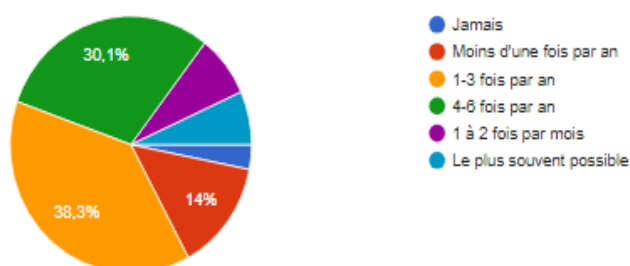
À quel point vous intéressez-vous à la culture en général (arts, musique, cinéma, etc.) et au patrimoine historique ?

193 réponses



À quelle fréquence participez-vous à des événements culturels (musées, concerts, expositions, etc.) ?

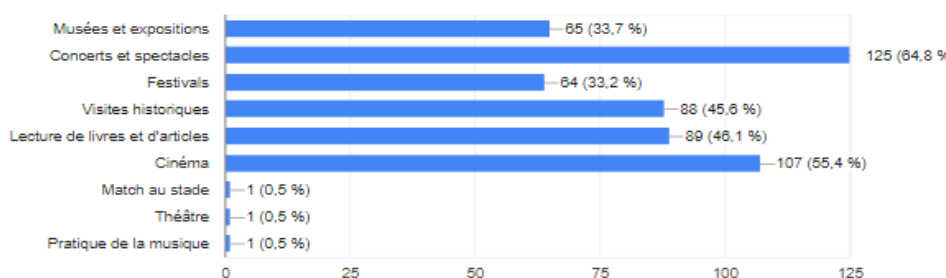
193 réponses



Quels types d'activités culturelles préférez-vous ?

 Copier

193 réponses

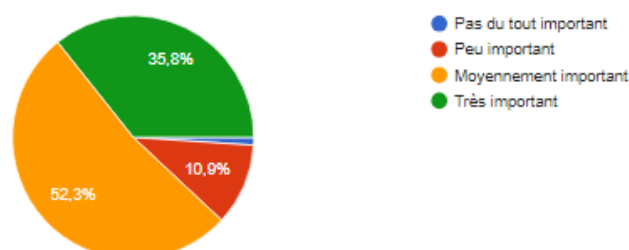


Les activités culturelles préférées principales sont les concerts et les spectacles (64,8%), le cinéma (55,4%), la lecture (46,1%) et les visites historiques (45,6%). Les expositions intéressent tout de même 33,7% des traileurs répondants.

D'autre part, s'il est très important d'apprendre des choses sur l'histoire et la culture des lieux

À quel point trouvez-vous important d'apprendre des choses sur la culture et l'histoire des lieux traversés lors de vos trails ?

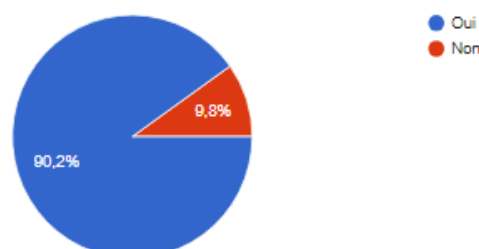
193 réponses



traversés pour 35,8% seulement des traileurs, cela demeure tout de même moyennement important pour 52,3%. Si l'adverbe « moyennement » est ambigu, l'intérêt pour cette dimension culturelle et pour les connexions avec les territoires existe réellement. En effet, pour la très grande majorité des déclarants (90,2%), un trail doit mettre en valeur le patrimoine culturel du territoire et son histoire :

Selon vous, un trail doit-il mettre en valeur le patrimoine culturel du territoire et son histoire ?

193 réponses

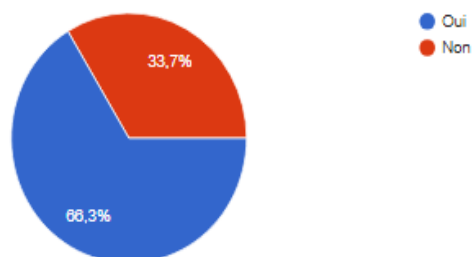


La dimension historique et culturelle des trails est donc importante pour les traileurs. Cela devrait sans doute intéresser les organisateurs car cette dimension culturelle de l'événement trail peut

influencer le choix d'une course :

Pensez-vous que la dimension culturelle d'un trail pourrait influencer votre choix d'une course spécifique ?

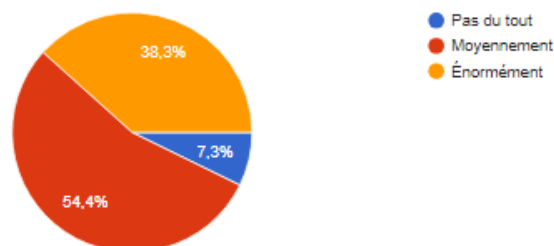
193 réponses



Autrement-dit, aux yeux de 66,3% des traileurs, la dimension culturelle d'un trail pourrait donc constituer un facteur de différenciation et de sélection des événements dans des calendriers extrêmement concurrentiels.

Pensez-vous que des partenariats avec des institutions culturelles locales (musées, théâtres, etc.) enrichiraient les trails et les territoires ?

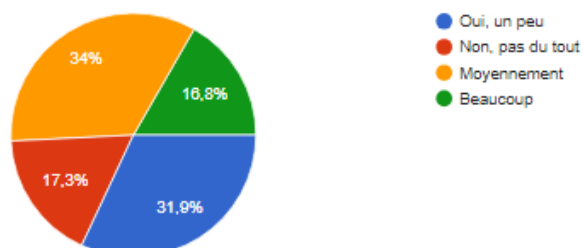
193 réponses



Lorsque l'on mesure la pertinence des connexions et des partenariats entre les ressources culturelles et les trails en faveur des territoires, on retrouve approximativement la proportion de traileurs intéressés par le fait d'en apprendre davantage sur la culture et l'histoire des territoires. Enfin, concernant la connexion théorique entre effort physique et osmose avec les territoires et leurs ressources culturelles, les avis sont très partagés et globalement dubitatifs :

Pensez-vous que l'effort physique peut favoriser la curiosité pour les ressources culturelles d'un territoire ?

191 réponses



Communiquer sur les connexions entre trail et ressources culturelles des territoires serait donc assez pertinent pour les organisateurs. Peut-être pas tant pour la dimension didactique des éléments sur l'histoire et la culture que de façon plus informelle ou plus artistique, des projections de films pourraient être notamment expérimentées pour les mettre en valeur. Cela devrait permettre aussi de fédérer autour des événements des partenariats pour la valorisation des territoires en tant que destination.

En croisant plus finement les résultats, il apparaît par exemple que parmi nos 193 répondants : 68 trouvent très important d'apprendre des choses sur l'histoire et la culture des territoires lors des trails. Parmi eux 63 (soit 31% des répondants) font de cette dimension un facteur qui influence leur choix de course et trouvent que la connexion enrichit « beaucoup » l'expérience de trail (78%). 63 % sont passionnés ou s'intéressent beaucoup à la culture en général mais 37% s'y intéressent pourtant peu ou moyennement. Ce sont majoritairement des coureurs et coureuses expérimentés : 43 courent depuis plus de dix ans (68%) et ils pratiquent le trail régulièrement de 1 à 4 fois par semaine (63%). Ils participent à 3 à 6 trails par an en majorité (63%), mais 14% ne participent qu'à un ou deux trails par an. La préférence va aux trails courts (73%) et moyens (11%). Ils ont entre 45 et 54 ans (38%), plus de 55 ans (17%), entre 35 et 44 ans (20%), entre 25 et 34 ans (19%) ou entre 18 et 34 (4%). 46% sont des femmes. 40 % sont cadres, 32 % employés, 13 % travailleurs indépendants, 8% retraités, étudiants, sans emploi, en reconversion professionnelle.

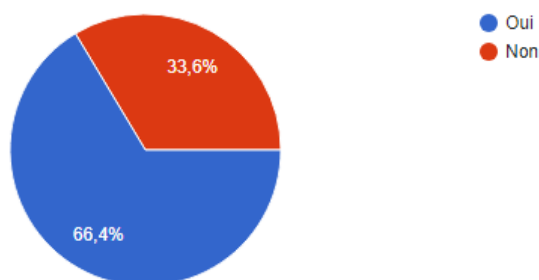
Parmi les 19 répondants les moins intéressés par la connexion (les 10% ayant répondu que le trail ne doit pas mettre en valeur le patrimoine historique et culturel des territoires par exemple), 78% pratiquent le trail depuis plus de 10 ans, ce sont des pratiquants réguliers eux-aussi, mais ils sont 63 % à s'intéresser peu ou moyennement à la culture, ils ont plus de 55 ans (42%), entre 45 et 54 (20%), entre 35 et 44 ans (38%). La part de femmes est moins importante (21%). Ce sont des employés (36%), des cadres (26%), des retraités (16%) et des travailleurs indépendants (10%).

3.1.2.2 Le rapport des organisateurs aux ressources culturelles et aux acteurs du territoire

66,4% des organisateurs répondants pensent bien connaître les ressources culturelles (au sens large) de leur territoire. C'est une proportion importante mais pour un tiers des répondants tout de même, les ressources culturelles ne semblent donc pas pouvoir être réellement investies.

Pensez-vous bien connaître toutes les ressources culturelles de votre territoire ?

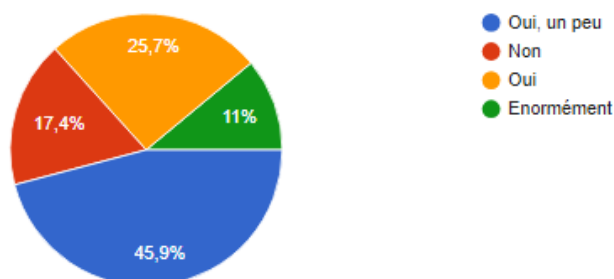
110 réponses



82,6 % des organisateurs pensent que leur trail valorise, ne serait-ce qu'un peu (46%), le patrimoine culturel du territoire, ou même énormément (11 %). Rappelons ici que 90 % des traileurs trouvent cette valorisation importante, qu'elle enrichit beaucoup l'expérience de course pour 43,5% d'entre eux et que c'est un facteur qui influence le choix d'une course pour 66%.

Pensez-vous que votre trail participe à la valorisation du patrimoine culturel de votre territoire ?

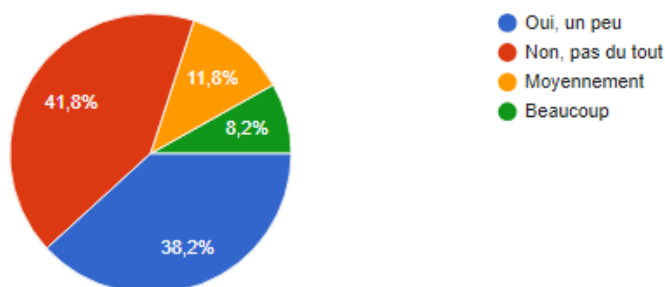
109 réponses



Pour les organisateurs, la trace idéale de leur trail possèderait d'ailleurs une dimension historique ou culturelle assez minimale pour 58,2 %.

La trace idéale imaginée pour votre parcours comporte-t-elle une dimension historique et culturelle ?

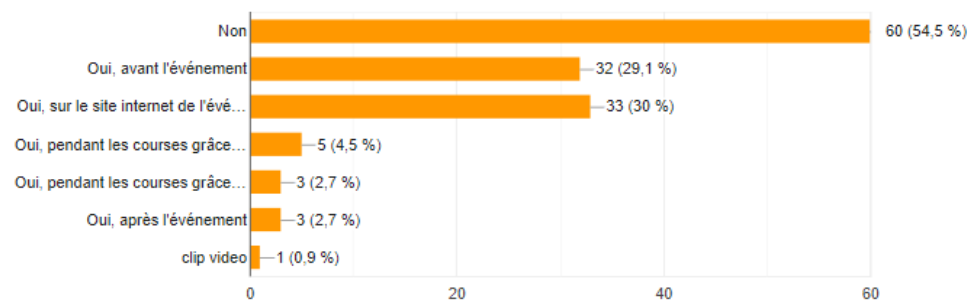
110 réponses



Communiquez-vous sur l'histoire de votre parcours et de la trace ?

 Copier

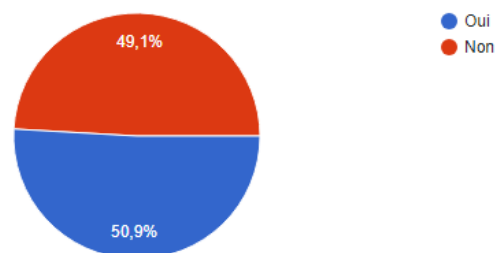
110 réponses



La connexion entre trail, culture et territoire est donc importante pour les organisateurs mais elle est inégalement investie. 8 % seulement accordent par exemple beaucoup d'importance à la dimension culturelle et historique de leur trace idéale. Les raisons de cet investissement inégal mériteraient d'être étudiées plus précisément. 46,5 % des organisateurs communiquent tout de même sur l'histoire de leur parcours et principalement avant la course.

Collaborez-vous régulièrement avec les offices de tourisme locaux pour organiser vos trails ?

110 réponses



Les partenariats avec les offices de tourisme ne sont développés que pour 50,9 % des organisateurs.

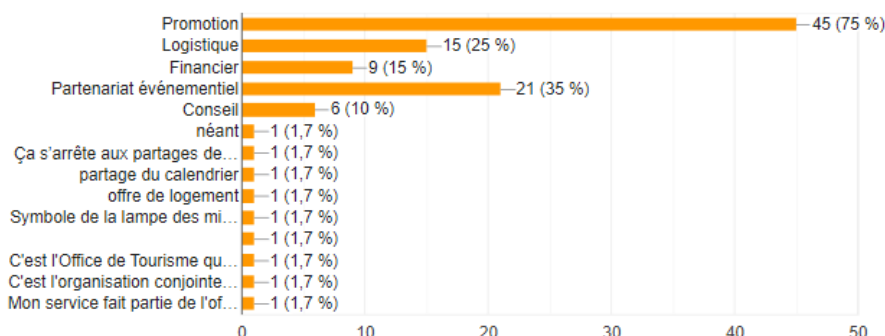
La proportion ne met donc pas en évidence une réelle dynamique globale de mise en relation des trails avec la valorisation touristique des territoires ou leur mise en tourisme.

Lorsqu'elle existe, la collaboration se traduit principalement par de la promotion (75%), une aide logistique (25%) ou financière (15%).

Elle se révèle constituer un partenariat événementiel pour 35% des trails concernés. Plusieurs trails sont organisés au moins conjointement avec un office de tourisme mais ils constituent seulement 3 % des répondants.

Si oui, quel type de support recevez-vous des offices de tourisme ?

60 réponses

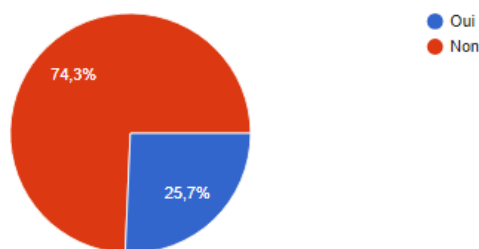


Il faudrait sans doute favoriser cette connexion dès la conception première des parcours et associer à ce moment-là les différents acteurs du territoire.

La connexion avec les sites historiques ou culturels paraît encore plus rare : 74,9% des organisateurs répondants n'ont aucun partenariat avec eux.

Avez-vous des partenariats avec des musées ou des sites culturels ou historiques pour vos trails ?

109 réponses

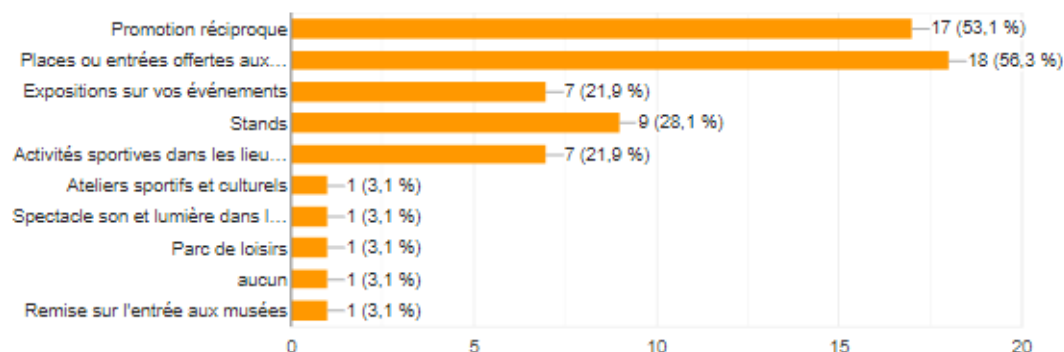


Lorsqu'ils existent, ces partenariats prennent d'abord la forme d'entrées offertes (56,3%) ou de promotion réciproque (53,1%), puis celle de stands sur les événements (28,1%), d'expositions (21,9%) ou d'activités sportives dans les lieux culturels (21,9 %)

Si oui, quelle forme prennent ces partenariats ?

 Copie

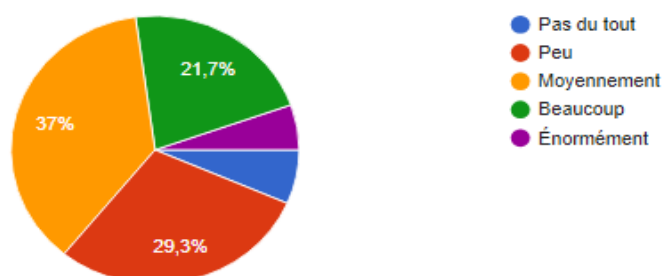
32 réponses



Pourtant seuls 35,8 % des organisateurs qui n'ont jamais établi ce type de partenariat se disent peu ou pas du tout intéressés par de tels partenariats. A l'opposée, 27,1 % seraient très intéressés.

Si non, seriez-vous intéressé par de tels partenariats ?

92 réponses



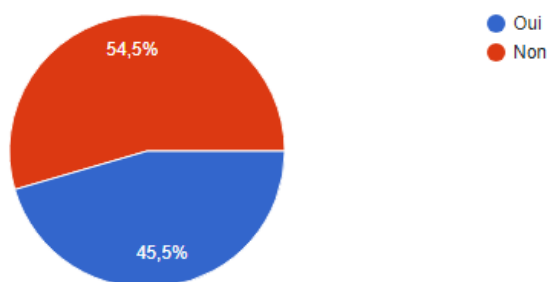
Pour affiner le profil des organisateurs les plus intéressés par un partenariat avec un site culturel, nous pouvons nous fier cette fois à l'ensemble de nos répondants (N=151), 30 organisateurs qui n'ont aucun partenariat avec des sites culturels seraient pourtant très intéressés. 20% sont des organisateurs récents (1 ou 2 ans), 40% des organisateurs depuis plus de six ans et 40% des organisateurs depuis 3 à 5 ans. Ils organisent des trails rassemblant de façon équilibrée plus de 1000 coureurs (23%), entre 500 et 1000 (23%), entre 300 et 500 (23%). 8 rassemblent une grande majorité de coureurs locaux (80%), 14 ne proposent qu'un seul format (moins de 24km). Ces organisateurs sont tous membres d'une association sportive. La grande majorité de ces trails ont lieu

en plaine et/ou en forêt (70%), 28% en montagne. 40% dans la partie nord de la France. Ainsi la géographie ferait apparaître que les trails de plaine seraient plus intéressés par la connexion et les partenariats.

Enfin, la connexion avec les artistes locaux semble plus fréquente. On l'a vu, tous les trails proposent des éléments culturels et rares sont ceux qui ne proposent ni musique, ni photos...

Travaillez-vous avec des artistes locaux (musiciens, peintres, sculpteurs, chanteurs, dessinateurs, photographes...) pour vos événements ?

110 réponses

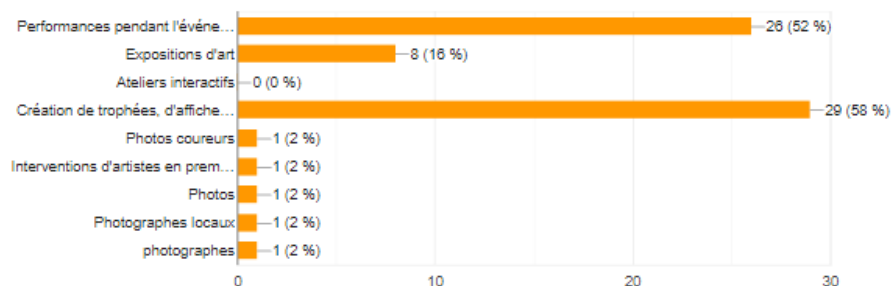


La collaboration la plus fréquente avec les artistes se fait sous la forme de création de trophées ou d'affiches (58%), de performances durant l'événement (52%) ou, plus rarement, d'expositions (16%).

Si oui, quel type de collaboration avez-vous avec eux ?

[Copier](#)

50 réponses



Les connexions des organisateurs avec les acteurs du tourisme et de la culture sont donc nuancées : la moitié des organisateurs ont noué des partenariats avec des offices de tourisme et des artistes. Les liens avec les musées ou autres sites culturels sont plus rares. La dimension historique et culturelle de la trace n'apparaît très importante que pour 8,2 % d'entre eux. Ces connexions se nouent tout de même lors des événements par des éléments et des enrichissements historiques ou

culturels.

Enfin, parmi les répondants qui ont accepté de donner le nom de leur événement (N=101), l'analyse trouve 18 noms de trails qui soulignent une dimension patrimoniale quasi exclusive (forts, abbaye, tranchées, résistance, templiers...) mais tous n'ont pas forcément noué de partenariats avec des sites culturels. La plupart des trails évoquent surtout le nom d'un lieu (80 évoquent le territoire à différentes échelles, un élément naturel, la localité ou localité+nature, plus rarement localité+patrimoine, avec l'exemple de la Montségurienne 1244), d'autres sont constitués par jeux de mots.

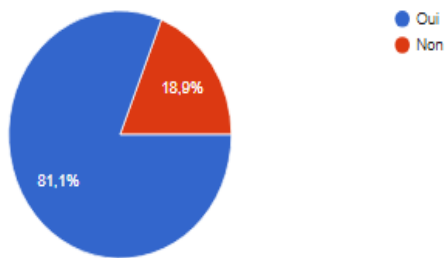
La connexion entre trail et culture peut se révéler tout de même très importante pour certains organisateurs sans forcément pouvoir donner lieu à des partenariats. Ainsi, parmi ceux qui accordent une certaine importance à l'histoire de la trace et à la valorisation de leur territoire (N=55/151, soit 36% des répondants), 56% n'ont aucun partenariat avec les sites culturels et 30% d'entre eux seraient très intéressés par ce type de partenariat. 63% collaborent déjà avec les offices de tourisme. 36 % de ces organisateurs intéressés par la connexion trail et patrimoine culturel des territoires proposent des événements de plus de 1000 participants, 27% entre 500 et 1000. 56% organisent leur trail depuis plus de 6 ans. 25% accueillent une grande majorité de coureurs locaux (plus de 80%). 44 % ne proposent qu'un format de trail (0-24km principalement) ou deux (24%), 18 % proposent quatre formats et plus. On voit donc que les retombées de ces possibles partenariats pourraient être positives pour les lieux culturels, pour les habitants et pour les territoires.

3.1.3 Le rapport des acteurs de la culture et du tourisme aux trails et à la pratique

Ils déclarent bien connaître le concept de trail pour 81,1% d'entre eux. Cette connaissance provient principalement des événements sportifs (34%), des médias et réseaux sociaux (12,4%) et d'un mélange de toutes les propositions pour 29,5%. 75% connaissent l'existence de trails organisés sur leur territoire, ce qui s'explique par le maillage fin du territoire par ces événements.

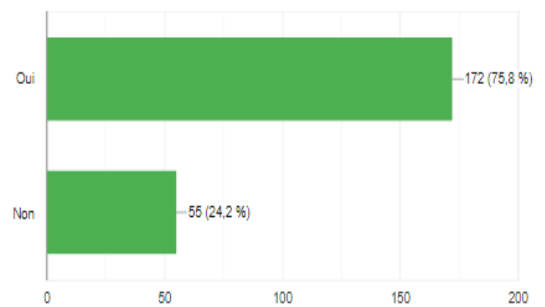
Connaissez-vous bien le concept de trail (course à pied en nature) ?

227 réponses



Connaissez-vous l'existence de trails organisés sur votre territoire ?

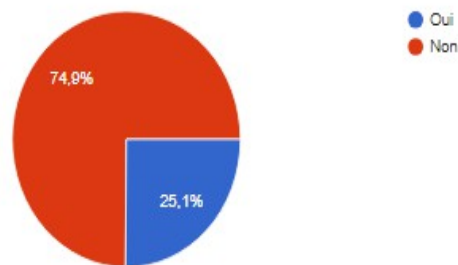
227 réponses



Près de 75% ne pratiquent pas le trail-running. Il pourrait être intéressant de proposer une expérimentation de la pratique pour affiner les représentations.

Pratiquez-vous le trail ?

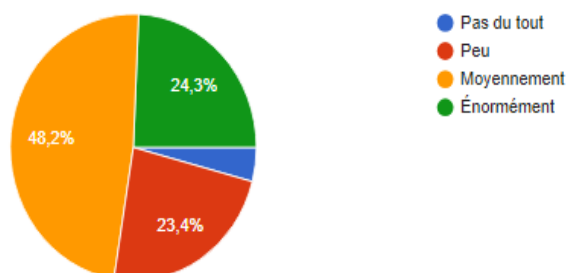
227 réponses



Pour les acteurs de la culture et du tourisme, les trails ont globalement un impact positif sur l'attractivité des territoires. 24,3% pensent que cet impact est très important, 48,8% le considèrent moyen. Autrement-dit le trail est tout de même conçu par eux comme un levier favorisant l'attractivité des territoires.

Pensez-vous que ces événements ont un impact positif sur l'attractivité de votre territoire ?

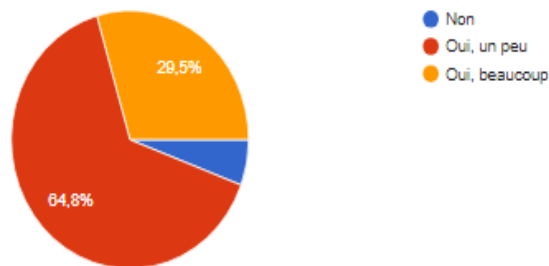
218 réponses



94,3 % des répondants pensent que les trails peuvent valoriser les sites culturels et patrimoniaux, un peu (64,8%) et beaucoup (29,5%).

Estimez-vous que les événements de trail peuvent valoriser les sites culturels et patrimoniaux de votre territoire ?

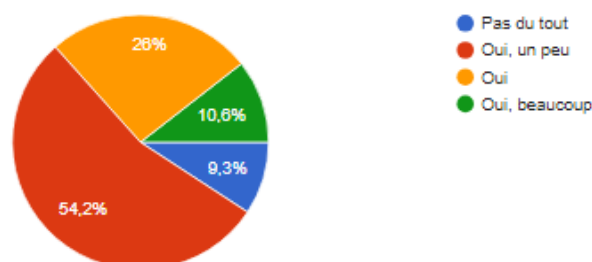
227 réponses



36,6% pensent même que la connexion pourrait permettre la préservation des sites en favorisant la découverte (87,4%), une image de marque positive (28,1%), l'intervention des pouvoirs publics (18,6%) ou le mécénat.

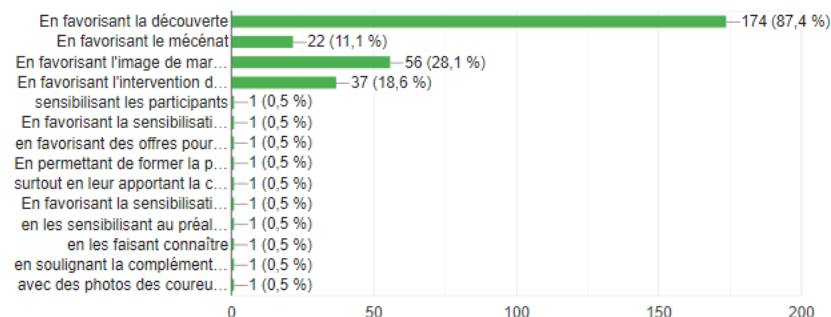
Pensez-vous que les événements de trail peuvent contribuer à la préservation et à la valorisation des sites culturels et patrimoniaux ?

227 réponses



Si oui, comment ?

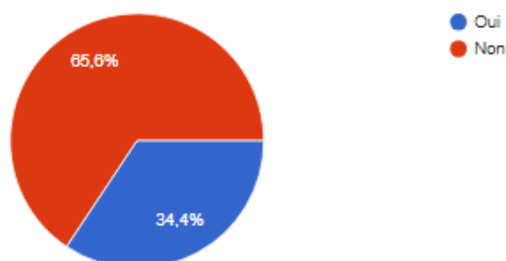
199 réponses



Pourtant, la majorité des acteurs de la culture et du tourisme ne collaborent pas avec les organisateurs de trail de leur région :

Collaborez-vous avec des organisateurs de trails dans votre région ?

227 réponses

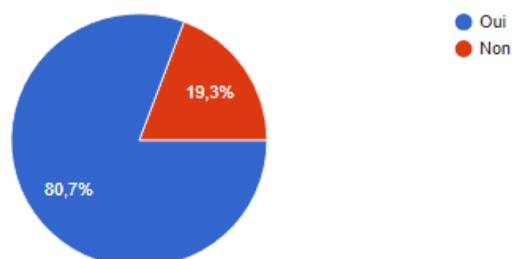


Les collaborations prennent cependant lorsqu'elle existent des formes diverses et variées dont les principales sont les entrées offertes (25,3%) et les visites guidées de sites (13,9%) mais qui peuvent aussi devenir des performances, des expositions, des ateliers créatifs, départs de course, passage de coureurs, financement... Il faudrait pouvoir favoriser ces connexions.

80,7 % des répondants qui ne collaborent pas avec les organisations de trail se disent intéressés par des partenariats.

Si non, seriez-vous intéressé par une telle collaboration à l'avenir ?

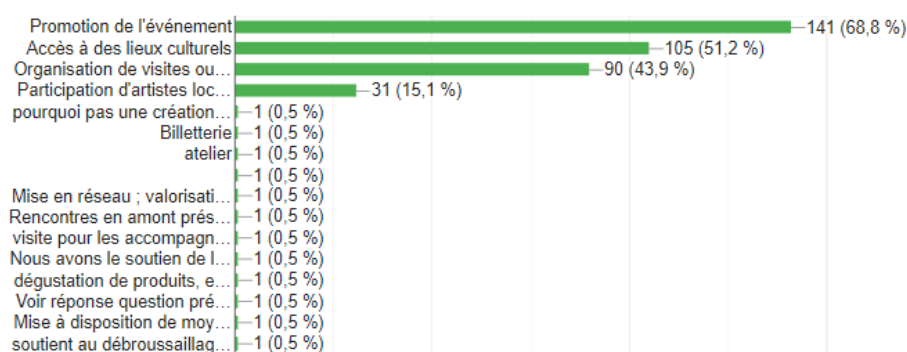
171 réponses



Ces partenariats pourraient prendre selon eux des formes variées qui correspondent aux formes existantes : promotion de l'événement (68,8%), accès à des lieux culturels (51,2%), organisation de visites (43,9%), participation d'artistes locaux (15,1%). La myriade des autres propositions (dont nous ne présentons ci-dessous qu'une partie nous semble attester d'un intérêt curieux et dynamique pour la connexion.

Quels types de soutien pourriez-vous apporter aux organisateurs de trail ?

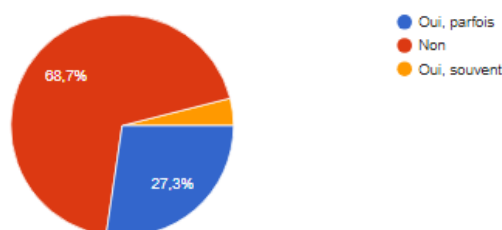
205 réponses



Les événements trail n'influencent pas la stratégie de promotion de l'activité des répondants dans 68,3 % des cas.

Les événements de trail influencent-ils les stratégies de promotion touristique de votre activité ?

227 réponses



Des ressources manquent par ailleurs pour faciliter la connexion entre sport et culture : financières, logistiques, humaines principalement. À noter que 34,4% manqueraient de conseil et 37,9% de support promotionnel.

De quelles ressources auriez-vous besoin pour renforcer les liens entre pratique sportive et offre culturelle ?

[Copier](#)

227 réponses



Il apparaît donc dans l'ensemble que les connexions entre trail-running et culture sont plutôt rares mais que des partenariats souvent innovants¹ existent entre organisateurs et acteurs de la culture et du tourisme. Une activité de services pourraient permettre de mieux connecter ces univers au

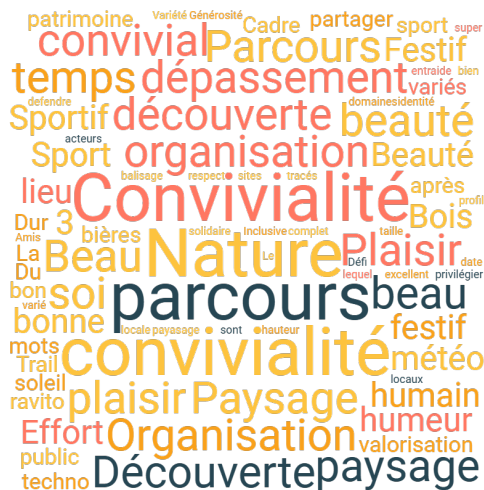
¹ Comme nous avons pu le découvrir par notre pratique observante.

bénéfice des habitants, des touristes et des territoires.

Parmi les répondants qui pensent que le trail peut favoriser l'attractivité du territoire tous pensent qu'ils favorisent le patrimoine historique et culturel. La corrélation semble donc très forte entre les deux. Ce sont principalement des acteurs du monde du tourisme (43%) , des lieux culturels ou patrimoniaux (22%, dont une majorité de musées) mais aussi des collectivités (15%), des associations (9%) ou des artistes. 37% ne collaborent pourtant pas avec les organisateurs de trail et tous le souhaiteraient dont 25 % de lieux culturels et 25% d'acteurs du tourisme notamment.

Les résultats de notre enquête permettent donc de confirmer l'existence de connexions entre trail, culture et territoire mais aussi d'une réelle curiosité pour ces connexions lorsqu'elles n'existent pas. L'enquête pourra permettre de mener une analyse approfondie des résultats pour identifier les profils des pratiquants, des organisateurs, des lieux ou organismes les plus intéressés et les plus favorables à la connexion et dans quelle région ils se trouvent.

Enfin, nous avons demandé aux organisateurs quels étaient les trois mots qui définissaient pour eux le trail parfait et aux acteurs de la culture et du tourisme ceux qu'ils associaient au trail. L'analyse mériterait d'être approfondie mais si l'on met en relation la vision du trail idéal selon les organisateurs et la vision du trail des acteurs de la culture et du tourisme, on peut percevoir certaines des raisons qui pourraient expliquer que malgré un intérêt réciproque, les collaborations ne soient pas encore plus fréquentes.



Dans la vision du trail qu'ont les acteurs de la culture et du tourisme ce sont surtout la course, la nature et le sport voire l'endurance ainsi que l'effort qui sont mis en avant. La convivialité et la découverte n'apparaissant qu'au second plan. Il y aurait donc peut-être à investir les représentations pour mieux connecter les univers.

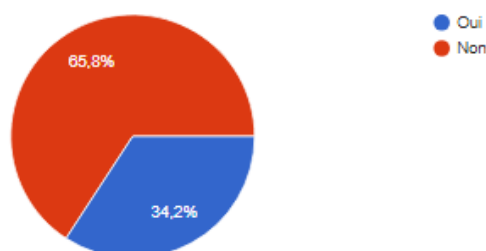


3.1.4 Regards croisés sur les expériences de connexion proposées lors de trails

3.1.4.1 Expérience et intérêt des enrichissement culturels selon les traileurs

Avez-vous déjà participé à des trails offrant des enrichissements culturels (visites de monuments, ateliers, concerts, expositions, etc.) ?

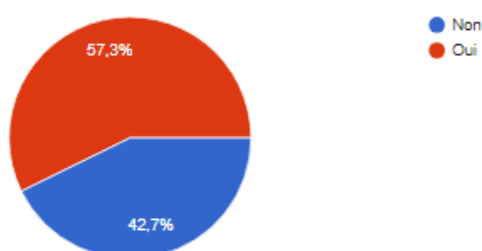
193 réponses



Une grande majorité de nos traileurs pourtant expérimentés n'ont jamais participé selon eux à des trails proposant des enrichissements culturels (65,8%) alors que 57,3% des organisateurs de trails disent avoir déjà intégré des enrichissements culturels :

Avez-vous déjà intégré des éléments culturels (sites historiques, musées, performances artistiques, concerts...) dans vos trails ?

110 réponses



Cette différence sensible dans le retour d'expérience tient sans doute à deux formulations de la question et à l'écart sémantique entre « enrichissements¹ » et « éléments ». Cela montre peut-être que les éléments culturels n'ont pas forcément été perçus comme des enrichissements. Parce que l'essentiel sur le trail est ailleurs ou parce que certains éléments comme les photos, le patrimoine matériel, voire la musique constituent des ingrédients de bases des trails ?

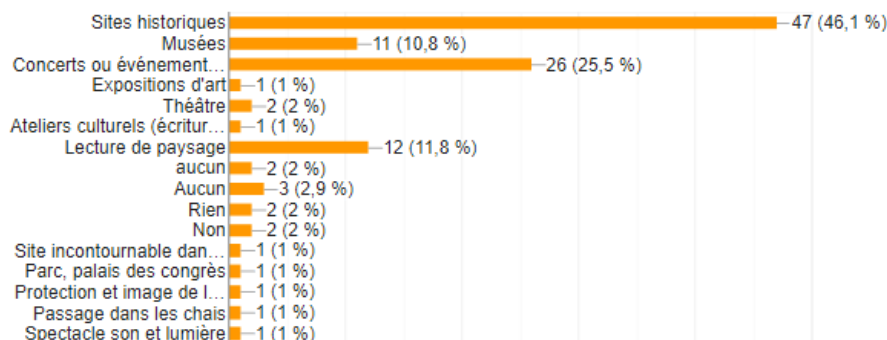
Toujours est-il que les organisateurs intègrent de la culture sur leurs événements. Retenons les éléments culturels les plus fréquemment intégrés :

1 « Enrichissement culturel » aurait dû être plus rigoureusement défini comme traduisant une intentionnalité de l'organisateur en plus des invariants du trail.

Ce sont, par ordre décroissant : les sites historiques (46,1%), les concerts ou la musique (25,5%), la lecture de paysage (11,8%) et les musées (10,8%).

Si oui, quels types d'éléments culturels avez-vous intégrés ?

102 réponses

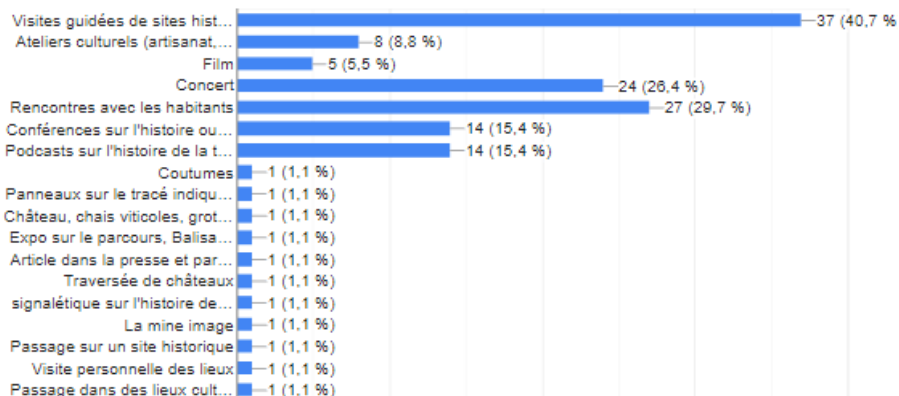


Pour les traileurs qui ont fait l'expérience d'enrichissements culturels, ce sont effectivement les visites de sites historiques qui arrivent en tête (40,7%), les rencontres avec les habitants (29,7%), les concerts (26,4%) et à égalité les conférences et les podcasts (15,4%). Il faudrait pouvoir affiner la dimension culturelle des rencontres avec les habitants mais cette réponse est intéressante pour développer les activités de service par ou pour les locaux.

Quels types d'enrichissements culturels avez-vous rencontrés lors de ces trails ?

Cop

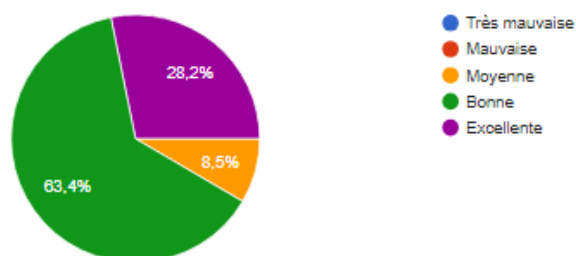
91 réponses



Les traileurs qui ont fait l'expérience de ces enrichissements l'ont trouvée bonne ou excellente (91,6 % au total).

Si oui, comment évalueriez-vous votre expérience ?

71 réponses

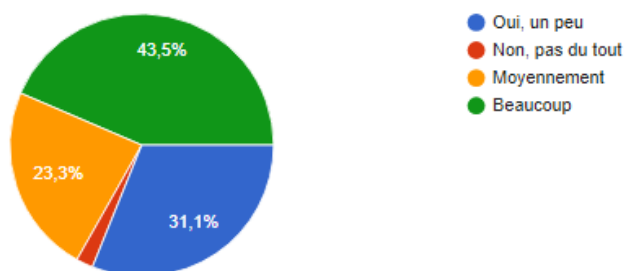


Il existe donc une réelle appétence nous semble-t-il pour la connexion entre trail-running et culture lors des événements sous la forme d'expériences variées. Le trail apparaîtrait donc bien comme une activité hybride, sportive et récréative d'après ces déclarations de nos répondants.

La grande majorité des traileurs pensent que les éléments culturels enrichissent en effet l'expérience de course pour 97,9 % d'entre eux. 43,5% pensent qu'elle l'enrichit même beaucoup. 65,8 % pensent que ces enrichissements attireraient plus de participants aux trails. Cela montre que cette dimension pourrait presque devenir une attente des coureurs.

Pensez-vous que l'intégration de sites historiques ou les éléments culturels dans les trails enrichissent l'expérience de course ?

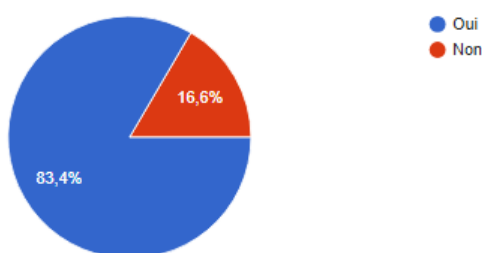
193 réponses



83,3 % sont ainsi intéressés par les parcours traversant musées, sites ou expositions temporaires.

Êtes-vous intéressé(e) par des trails traversant des musées, des châteaux ou des expositions temporaires ?

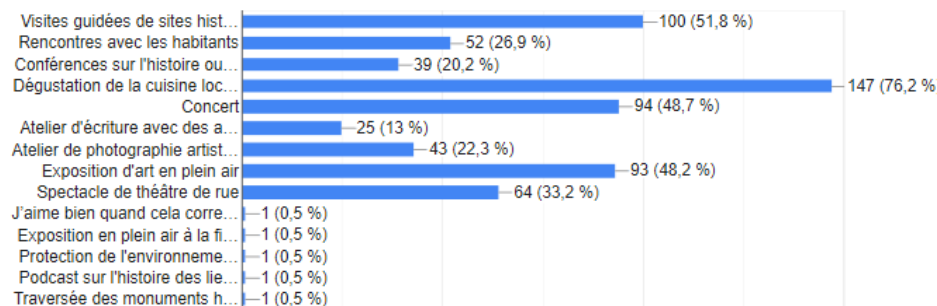
193 réponses



D'autres enrichissements seraient également intéressants pour nos répondants parmi lesquels on trouve principalement les dégustations (76,2%), les visites guidées (51,8%), les concerts (48,7%), les expositions (48,2%), les ateliers d'écriture, de photo ou de pratique artistique (33,3%) ou encore les spectacles de théâtre de rue (33,2%).

Quels types d'enrichissements culturels pourraient vous intéresser lors des trails ? [Copier](#)

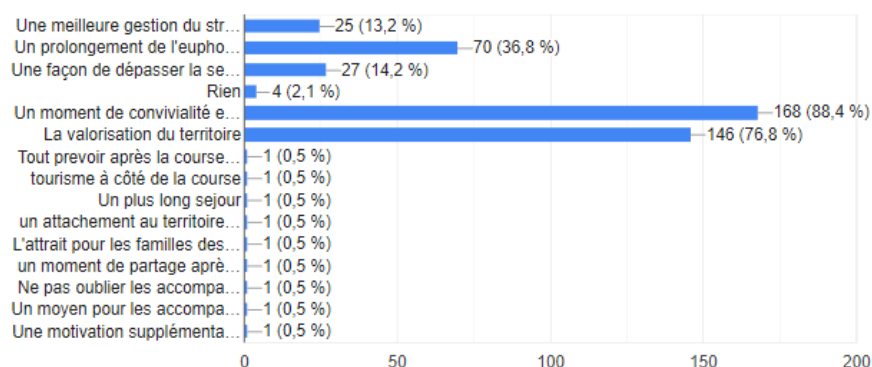
193 réponses



Ces enrichissements ou manifestations culturelles avant ou après la course seraient profitables pour de nombreuses raisons :convivialité (88,4%), valorisation du territoire (76,8%), prolonger l'euphorie et retarder une sensation de vide après la course (51%), une meilleure gestion du stress avant la course (13,2%). Ils seraient de plus importants pour les accompagnants.

Que peuvent apporter selon vous les manifestations culturelles (projections, visites, ateliers) avant et après la course ? [Cop](#)

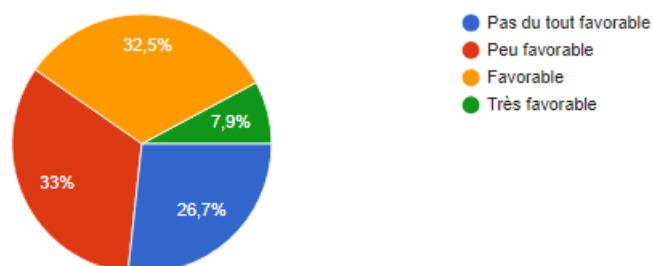
190 réponses



Enfin, les traileurs seraient assez défavorables aux pauses culturelles pendant les courses pour 59,7%. Seuls 7,9 % y seraient par exemple très favorables.

Quelle est votre opinion sur l'intégration de pauses culturelles lors des courses de trail ?

191 réponses



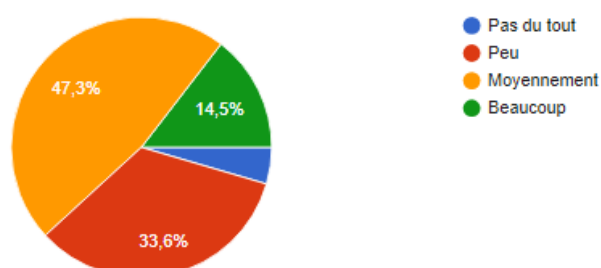
Enfin, 61,5 % des traileurs seraient prêts à payer un peu plus cher leur dossard pour financer les animations culturelles dans leur ensemble.

3.1.4.2 Expérience, intérêt et difficultés des enrichissements culturels selon les organisateurs

On l'a vu, la majorité des organisateurs (57,3%) intègrent des éléments culturels, parmi eux, 73,4 % pensent que les traileurs ont trouvé l'expérience positive (rappelons que ceci est bien le cas pour 91,5% des traileurs répondants). Ces éléments culturels peuvent attirer plus de traileurs pour 62,8 % des organisateurs, au moins moyennement (47,3%).

À votre avis, l'intégration d'éléments culturels peut-il attirer plus de participants aux trails ?

110 réponses

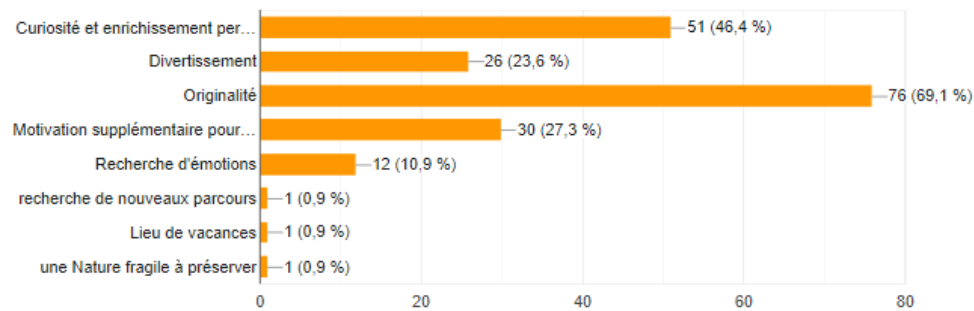


Ces ajouts peuvent favoriser une meilleure expérience globale des coureurs pour 67,3% des organisateurs, cela est bien le cas mais pour 97,9 % des traileurs (au moins un peu, 31,1%,

moyennement, 23,3%, ou beaucoup pour 43,5 %). Selon les organisateurs l'intérêt des coureurs proviendrait de l'originalité de l'hybridation (69,1%) de leur curiosité pour un enrichissement personnel (46,4%), d'une motivation supplémentaire pour la course (27,3%), de la dimension divertissante (23,6%) ou de la recherche d'émotions (10,9%).

Quelle est ou quelle serait selon vous la principale motivation des participants pour choisir un trail avec des éléments culturels ?

110 réponses

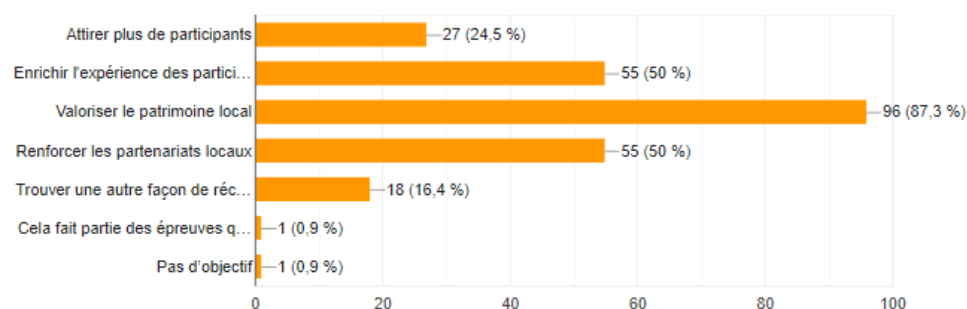


Les éléments et les enrichissements culturels pourraient favoriser la fidélisation des coureurs (48,2%). Les organisateurs qui intègrent ou intégreraient cette connexion lors des événements le font ou le feraient pour valoriser le patrimoine local (87,3%), enrichir l'expérience des participants (50%), renforcer les partenariats locaux (50%), attirer plus de participants (24,5%) ou récompenser les bénévoles (24,5%)

Quels seraient vos principaux objectifs en intégrant davantage d'éléments culturels dans vos trails ?

[Copier](#)

110 réponses



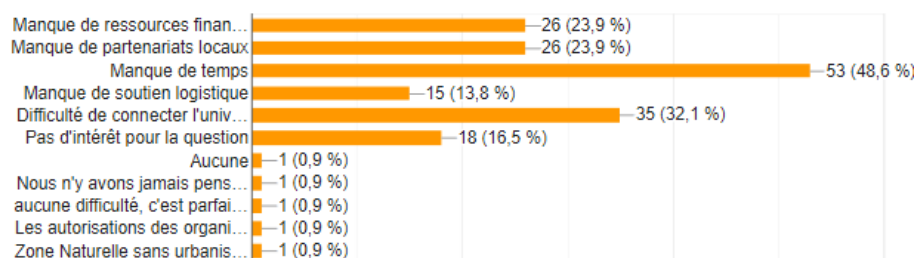
Ces éléments culturels sont utilisés pour la promotion des événements par 34,5 % des organisateurs, principalement sur les réseaux sociaux (89,4%), dans les médias locaux (59,6%), ou sur les affiches (55%).

Certains freins existent à l'intégration des éléments culturels qui sont aussi des besoins : le manque de temps (48,6%), le manque de ressources financières (23,9%) et de partenariats locaux

(23,9%), ou plus directement le manque d'intérêt pour la question (32,1%)

Quelles sont les principales difficultés que vous rencontrez pour intégrer des éléments culturels dans vos trails ?

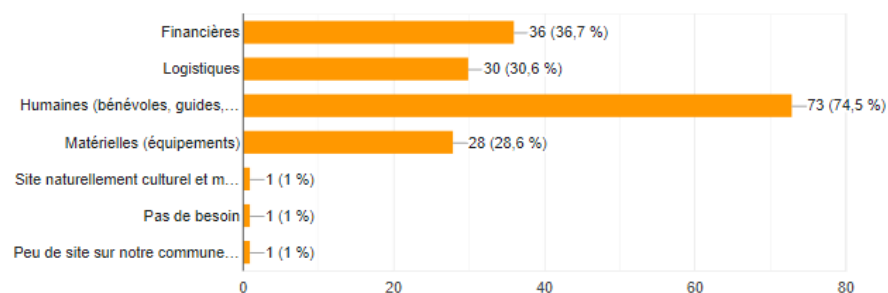
109 réponses



Les ressources nécessaires pour développer cette connexion sur les événements seraient principalement humaines (74,5%), financières (36,7%) ou encore logistiques (30,6%)

De quelles ressources auriez-vous besoin pour mieux intégrer les éléments culturels dans vos trails ?

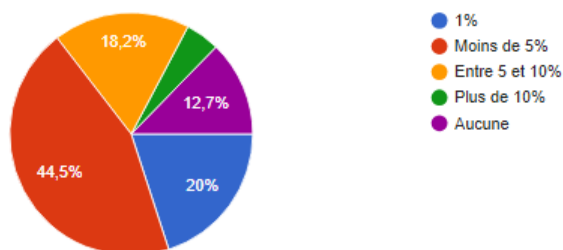
98 réponses



Enfin, les organisateurs consacrent ou seraient prêts à consacrer aux enrichissements culturels moins de 5% du budget pour 64,5 % d'entre eux, voire aucune part de ce budget pour 12,7%. 18,2% accordent tout de même entre 5 et 10% de leur budget ou seraient prêts à le faire.

Quelle part du budget de votre événement consacrez-vous ou seriez-vous prêt à consacrer à des enrichissements culturels ?

110 réponses



Il y aurait donc un travail important à mener pour montrer l'intérêt des organisateurs de développer cette dimension sur leur trail.

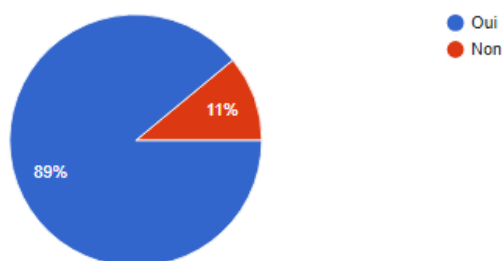
Enfin, la dimension authentique de ces éléments culturels que nous interprétons comme « adaptée au territoire » est importante pour 51,4% des répondants mais elle n'est essentielle ou très importante que pour 8,4% d'entre eux.

3.1.4.3 Expérience, intérêt et difficultés des enrichissements culturels selon les acteurs du tourisme et de la culture

89% de ces acteurs pensent que les éléments culturels pourraient enrichir l'expérience des traileurs et sont assez proches de la perception des traileurs eux-mêmes.

Pensez-vous que l'intégration d'éléments culturels (visites de sites historiques, musées, expositions) pourrait enrichir l'expérience des participants aux trails ?

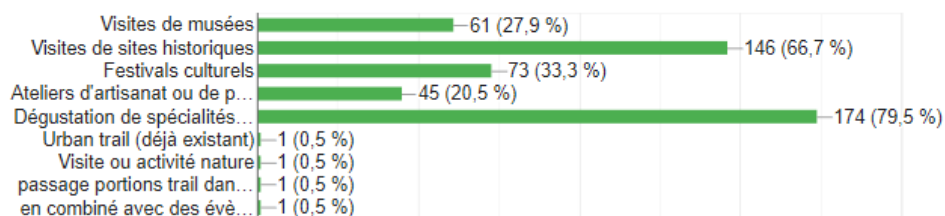
227 réponses



Ils pensent à des enrichissements culturels très variés où dominent la dégustation de spécialités (79,5%), les visites de sites historiques (66,7%), les festivals (33,3%), les visites de musées (27,9%) ou les ateliers (20,5%).

Quel type d'activités culturelles serait, selon vous, le plus attractif pour les traileurs ?

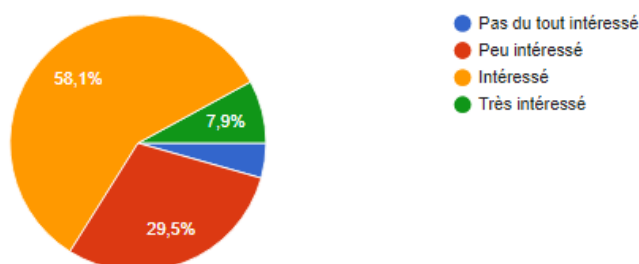
219 réponses



66% des acteurs du tourisme et de la culture seraient ainsi intéressés par des festivals ou des journées thématiques mêlant trail et culture.

À quel point seriez-vous intéressé par des événements spéciaux mêlant trail et culture, tels que des festivals ou des journées thématiques ?

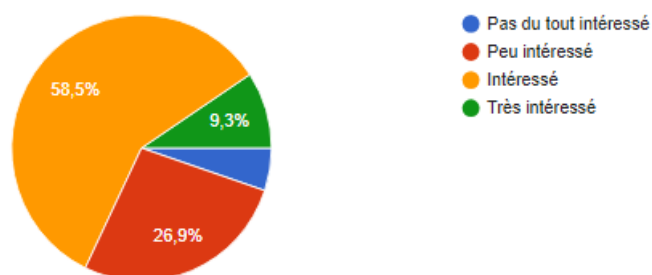
227 réponses



Cette proportion correspond assez étroitement à l'intérêt déclaré par les traileurs :

À quel point seriez-vous intéressé par des événements spéciaux mêlant trail et culture, tels que des festivals ou des journées thématiques ?

193 réponses



3.1.5 La mise en tourisme culturelle du trail-running : regards croisés sur l'intérêt de développer des séjours, des visites ou des activités de conseil

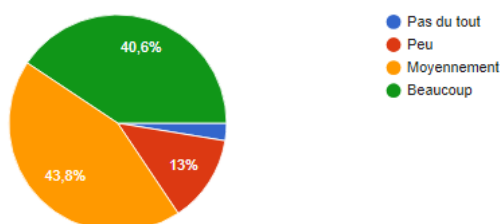
3.1.5.1 L'intérêt pour les séjours mêlant trail et culture

3.1.5.1.1 Selon les traileurs

En ce qui concerne l'attachement et la mise en tourisme en lien avec ces éléments culturels, 40,6% pensent qu'ils peuvent changer beaucoup la perception du territoire traversé, inciter à revenir sur le territoire pour visiter (84,2%), et 58,9 % pensent qu'ils peuvent rendre les trails plus attractifs pour les familles.

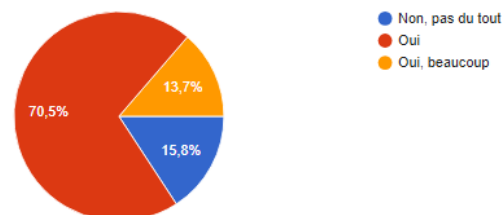
Estimez-vous que les activités culturelles pendant les trails peuvent changer votre perception du territoire traversé ?

192 réponses



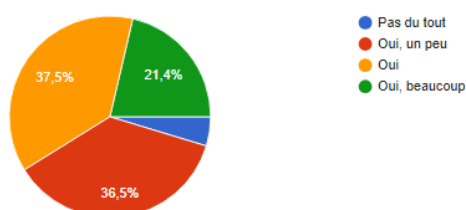
Les enrichissements culturels proposés lors des courses vous incitent-ils à revisiter les lieux explorés une fois le trail terminé ?

190 réponses



Pensez-vous que les éléments culturels pourraient rendre les trails plus attractifs pour les familles ?

192 réponses

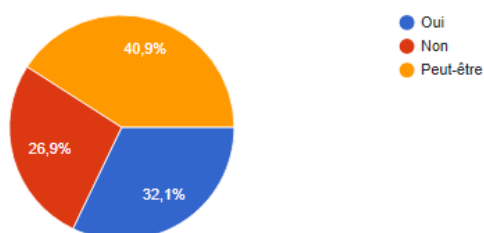


Lors de séjours en lien avec un trail, les déclarants préfèrent visiter les sites historiques (90,2%), les musées (27,5%), les galeries (12,4%) ou assister à des concerts (51,8%).

Ils sont 32,1% à être intéressés par des séjours mêlant trail et culture ou le seraient peut-être (40,9%)

Seriez-vous intéressé par des séjours spécifiquement organisés pour combiner trail et activités culturelles ?

193 réponses

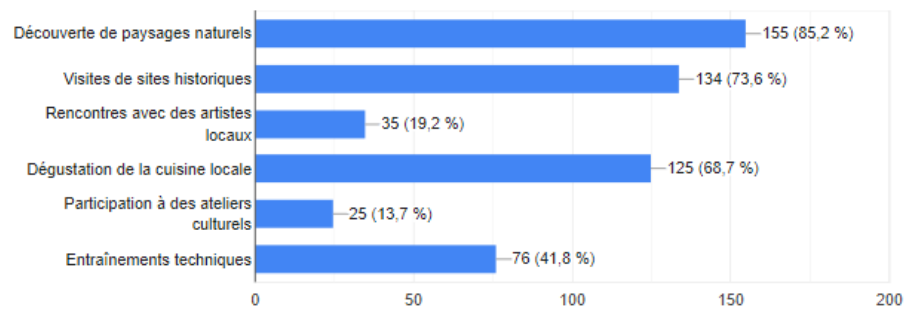


83,9% n'ont jamais participé à ce type de séjour. Ce qui attirerait le plus les traileurs intéressés seraient la découverte de paysages naturels (85,2%), la visite de sites historiques (73,6%), la dégustation de cuisine locale (68,7%) puis les entraînements techniques (41,8%), la rencontre avec des artistes (19,2%) et la participation à des ateliers culturels (13,7%).

Quels éléments vous attireraient le plus dans un séjour mêlant culture et trail ?



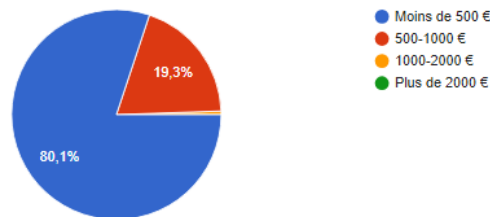
182 réponses



Pour les traileurs intéressés, la durée idéale du séjour serait le week-end (2-3 jours) pour 83,5% ou les courts séjours (4-7 jours) pour 19,3%. En ce qui concerne le budget qu'ils déclarent être prêts à consacrer, il s'élèverait très majoritairement à moins de 500 euros ou entre 500 et 1000 euros pour 19,3 % d'entre eux.

Quel budget seriez-vous prêt à consacrer à un séjour de ce type ?

181 réponses

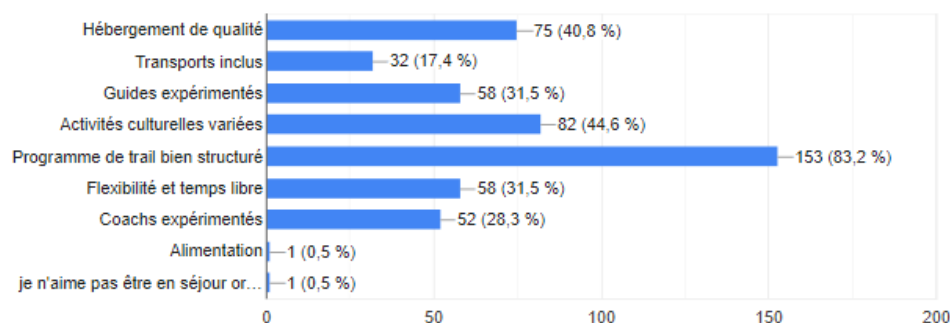


Les aspects les plus importants de l'organisation seraient un programme de trail bien structuré (83,2%), des activités culturelles variées (44,6%), un hébergement de qualité (40,8%), des guides expérimentés (31,5%) ou des coachs expérimentés (28,3%) ainsi qu'une certaine flexibilité (31,5%). Le trail-running est une pratique auto-organisée mais parmi nos répondants certains se déclarent favorables à l'organisation de ce type de séjours.

Quels aspects de l'organisation sont les plus importants pour vous ?



184 réponses

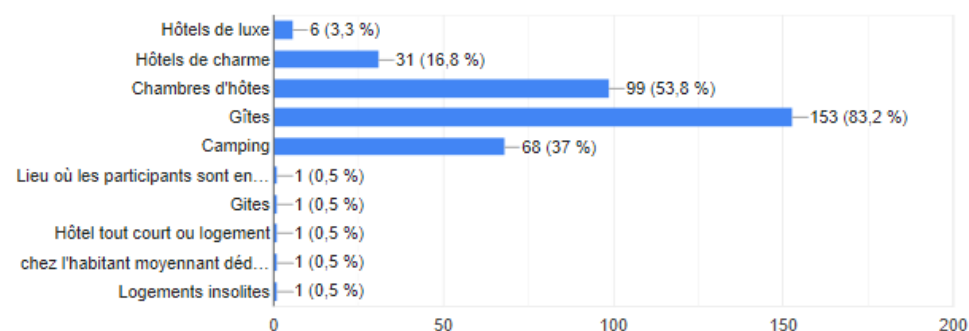


En ce qui concerne l'hébergement, les traileurs préféreraient majoritairement les gîtes (83,2%) et les chambres d'hôtes (53,8%)

Quelle serait votre préférence pour l'hébergement lors d'un séjour culture et trail ?



184 réponses



Si l'on affine l'analyse, 30% des traileurs qui déclarent être prêts à participer à un séjour (N=62/193) ont déjà participé à un tel séjour. L'intérêt des traileurs pour ce type de séjours semble proportionnel à l'âge : 30% d'entre eux ont plus de 55 ans, 26% ont entre 45 et 54 ans, 17% ont entre 35 et 44 ans, 11% ont moins de 34 ans. 53% sont des femmes. Pour exemple, 30% déclarent vouloir consacrer entre 500 et 1000 euros pour ce type de séjour (57% pour un week-end ou un court séjour) en gîte ou en chambre d'hôtes (68%) ou en hôtele de charme. Les entraînements techniques sont importants pour 42% de ces personnes intéressées par les séjours. L'intérêt porte

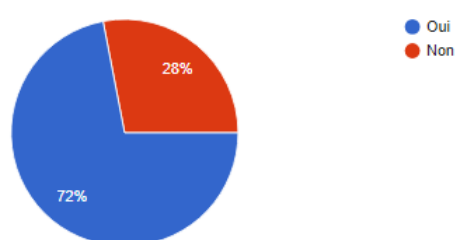
pour tous sur les dégustations, les visites et la découverte de paysages. 58% sont des femmes. 47% des intéressés par ce budget sont cadres, 26% sont employés et 16% sont retraités.

3.1.5.1.2 Selon les organisateurs

72 % des organisateurs pensent que des services pourraient être proposés en lien avec leur événement.

Pensez-vous que des services favorisant la découverte culturelle des territoires pourraient être proposés en lien avec votre événement ?

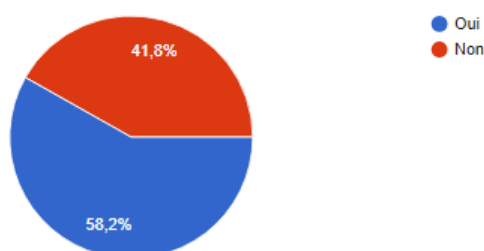
107 réponses



La grande majorité d'entre eux n'ont jamais participé à la promotion de séjours touristiques (80,7%) mais cela existe et a déjà été le cas pour 19,3% d'entre eux. Enfin, 58,2 % trouveraient utiles que des séjours culturels et sportifs soient proposés en lien avec leur trail.

Trouveriez-vous utile que des séjours culturels et sportifs soient proposés en lien avec votre trail ?

110 réponses

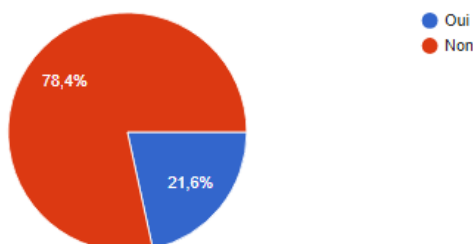


3.1.5.1.3 Selon les acteurs du tourisme et de la culture

Dans leur grande majorité, ils n'ont jamais proposé ni entendu parlé de séjours mêlant trail et culture, ce qui met en évidence l'aspect innovant ou confidentiel de ce type de séjours :

Avez-vous déjà proposé ou entendu parler de séjours mêlant trail et visites culturelles ?

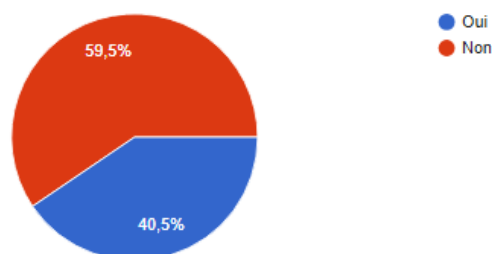
227 réponses



La proportion est ainsi comparable à celle des organisateurs qui ont participé à la promotion de séjours.

Connaissez-vous l'existence de parcours de trail balisés et permanents sur votre territoire ?

227 réponses



40,5 % des répondants ont connaissance d'un espace trail permanent installé sur leur territoire qui pourrait constituer un levier pertinent pour favoriser une connexion entre les ressources et permettre le développement d'une mise en tourisme par l'offre de séjours. C'est d'ailleurs déjà le cas pour de nombreux territoires comme les Flandres ou le Bassin minier dans le Nord et le Pas-de-Calais.

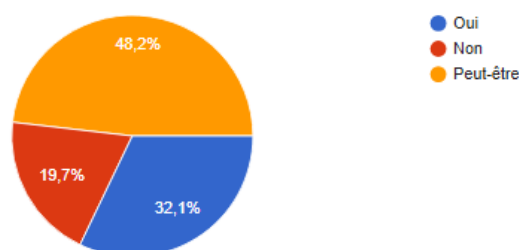
3.1.5.2 Les visites culture-trail

3.1.5.2.1 Vues par les traileurs

Pour 32,1% des traileurs les visites culture-trail permettraient aux sites d'attirer plus de visiteurs. 48,2% pensent que cela est une hypothèse possible.

Pensez-vous que les sites culturels devraient proposer des activités de trail pour attirer plus de visiteurs ?

193 réponses

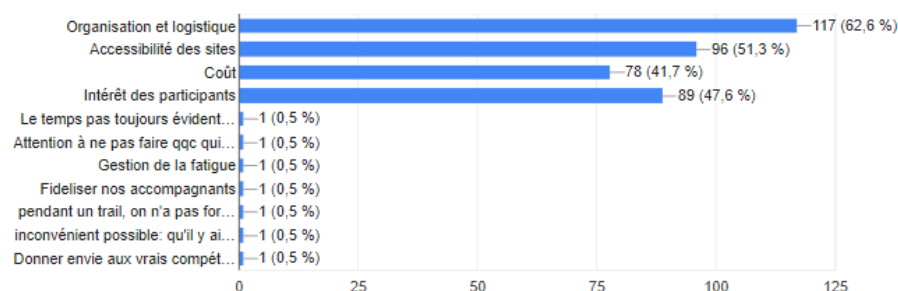


Ils imaginent de nombreux freins à la combinaison entre visites et trail : l'organisation et la logistique pour 62,6%, l'accessibilité des sites (51,3%), l'intérêt des participants (47,6%) ou le coût (41,7%)

Quels sont les principaux défis que vous voyez à la combinaison du trail et des visites culturelles ?

[Copier](#)

187 réponses



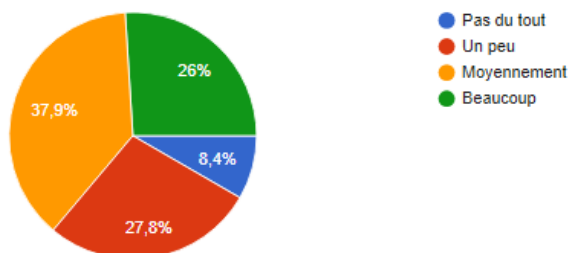
3.1.5.2.2 Selon les organisateurs, les acteurs de la culture et du tourisme

On l'a vu, les organisateurs sont assez favorables au déploiement de services culturels et

touristiques en lien avec leur événement. Les acteurs de la culture et du tourisme ont été plus précisément interrogés sur la pertinence de visites mêlant trail et culture pour leur territoire ou leur structure. Ces visites pourraient plaire beaucoup pour 26% d'entre eux et moyennement pour 37,9 %.

Pensez-vous que des visites alliant culture et pratique du trail pourraient plaire à vos visiteurs ?

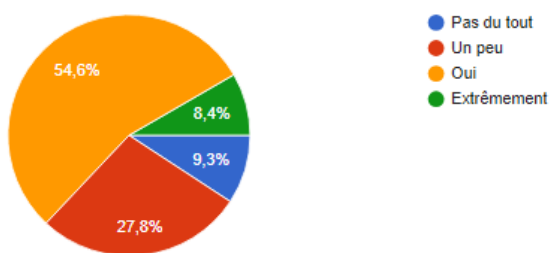
227 réponses



L'expérience de l'olympiade culturelle qui mêlait sport et culture paraît devoir être prolongée pour 54,3% d'entre eux. Ils sont nombreux à se déclarer intéressés par une expérimentation de ces visites (63%). 56,8% seraient prêts à investir du temps et des ressources.

Seriez-vous intéressé par l'expérimentation de visites "culture-trail" qui combinent activité physique et découverte culturelle ?

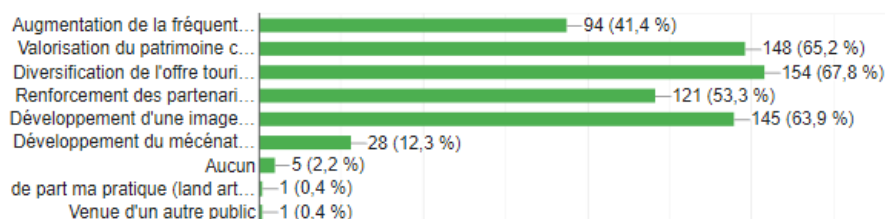
227 réponses



L'intérêt pour ce type d'innovation semble venir de la diversification de l'offre touristique (67,8%), de la valorisation du patrimoine (65,2%), du développement d'une image dynamique de l'offre culturelle (63,9%) ou du gain d'attractivité et de visites (41,4%)

À votre avis, quels seraient les principaux bénéfices pour votre activité/institution de participer à des visites "culture-trail" ?

227 réponses

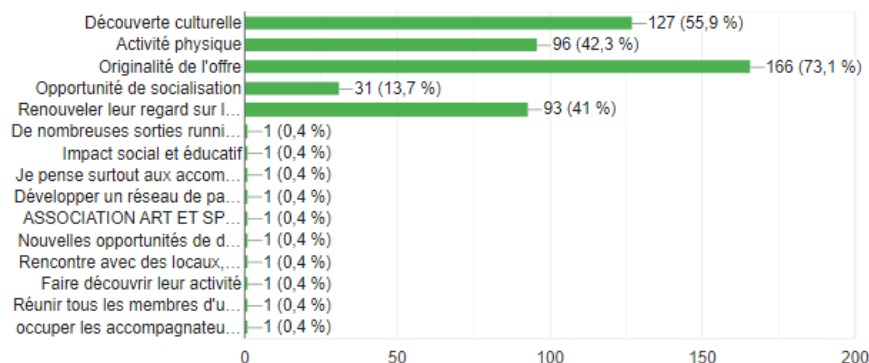


Selon eux, cela apporterait aux visiteurs une découverte culturelle, une activité physique, une offre innovante et un renouvellement de leur regard sur les ressources culturelles.

À votre avis, quel serait le principal attrait des visites "culture-trail" pour les participants ?



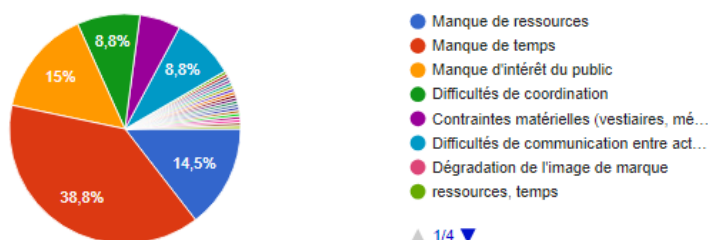
227 réponses



Les freins principaux pour le développement de ces visites sont le manque de temps (38,8%), de ressources (14,5%), le manque d'intérêt du public (15%) mais aussi les difficultés de coordination (8,8%) et le manque de communication entre des univers éloignés (8,8%) ainsi que les contraintes matérielles.

Quels obstacles potentiels voyez-vous à la mise en place de visites "culture-trail" ?

227 réponses



Sont représentés parmi les 143 acteurs intéressés par ces visites, une grande diversité de musées

(beaux-arts, artisanats, art contemporain, histoire, maison d'écrivain...). Les plus intéressés semblent constitués principalement par les musées d'histoire locale.

3.1.5.3 Le conseil en connexion et les services de team-building

La pertinence de ces services a été interrogée en filigrane, les trails peuvent ainsi favoriser le mécénat et la préservation des ressources culturelles pour les acteurs de la culture et du tourisme.

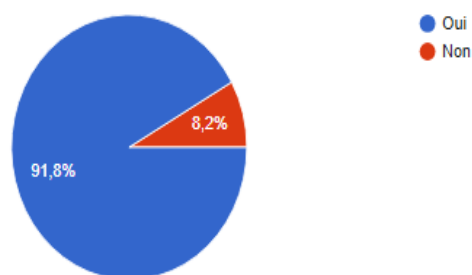
Les représentations éloignées des organisateurs et des acteurs culturels pourraient nécessiter un service de conseil lorsque des volontés de connexion sont manifestes. Il serait ainsi peut-être pertinent d'organiser des ateliers de visites culturelles et de pratique du trail croisées. Le manque de coordination et de communication entre champ sportif et champ culturel apparaissant parfois comme un frein, cela pourrait ainsi fluidifier les connexions parfois difficiles que nos entretiens avec Marine Verchère ou Gilles Briand avaient par exemple mis en évidence.

Des questions plus spécifiques destinées à mesurer la pertinence de proposer un service de conseil à destination des différents acteurs auraient mérité d'être soumises à enquête.

Ajoutons tout de même que la très grande majorité de nos organisateurs de trail ont noué des partenariats économiques avec des entreprises.

Collaborez-vous avec des entreprises locales pour vos trails ?

110 réponses

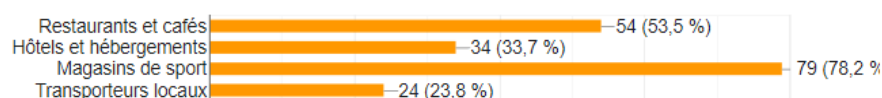


Ces entreprises sont principalement des magasins de sport, des restaurants, des hôtels et des transporteurs locaux.

Si oui, quelles entreprises locales sont vos principaux partenaires ?

Copier

101 réponses



Philippe Lefebvre organisateur du Nord Trail Monts de Flandres nous a par ailleurs indiqué que

le partenariat avec la Brasserie 3 Monts conduit chaque année à la participation de nombreux employés de l'entreprise qui créent même un t-shirt pour fédérer leur équipe.

Le trail-running et les événements peuvent donc autoriser le développement d'une dynamique de team-building au service de la communication interne. La connexion avec les ressources culturelles pourrait être ainsi intégrée à cette dynamique pour proposer une offre innovante et différenciante.

3.2 Les outils diagnostics du marketing de services

L'amorce de cadrage théorique et le tour d'horizon des connexions entre trail et culture par une approche théorique corrélée à une pratique observante ont pu faire émerger l'idée qu'il était pertinent de développer des activités de services afin de favoriser l'immersion dans les territoires par la pratique et les événements en créant des synergies valorisantes et structurantes pour les territoires. Il nous faut maintenant interroger cette éventuelle pertinence en utilisant les outils diagnostics du marketing de services, par définition intangibles, périssables, hétérogènes et inséparables. Les services envisagés se trouveront ainsi dans les domaines d'une agence de voyages et d'événementiel développant des séjours et des visites culture trail pour valoriser l'immersion dans les territoires, et dans le domaine du conseil aux organisateurs, aux sites culturels ou aux collectivités pour faire du trail-running un laboratoire d'expérimentation innovante des transitions à venir.

3.2.1 Diagnostic externe

3.2.1.1 Outil Pestel

PESTEL	Opportunités	Menaces
POLITIQUE	- Fédérer par un projet sportif et culturel de développement des territoires - Un maillage territorial très fin - Le développement du sport à l'école - Le développement de la culture - Héritage des Jeux Olympiques et des Olympiades culturelles - Les journées du Patrimoine - La journée de la fête du sport - Plan sur la culture en zone rurale (98 millions d'euros) - Plan 500 terrains de sport de proximité - Pass' Sport - Pass' Culture - Grande cause nationale 2024 « Bouge chaque jour » - Agence nationale du sport - Politique publique de développement culturel et du sport santé - Création d'un ministère du tourisme	- Instabilité gouvernementale - Délais de décision pour les projets - Baisse des dotations de l'État pour la culture et le sport
ECONOMIQUE	- Activité transdisciplinaire - Connexion sport, culture et territoire peut permettre d'obtenir plusieurs sources de financements - Part du budget des ménages consacrée par exemple à la culture (3,8%), au sport, au tourisme	- Dette - Stagnation du marché du trail ? - Financement de la culture, du sport, du tourisme - Baisse de 200 millions d'euros pour la culture prévue dans l'ancien

	- Hausse du nombre d'événements trail - Prix d'inscription moyen 15,47 euros - Poids économique du trail = 380 millions d'euros - Atténuation de l'inflation - Pouvoir d'achat élevé des traileurs - Activité 4 saisons - Fonds d'innovation territorial - Différentes labélisations comme les tiers-lieux « fabrique de territoires » - Projets France 2030 : les 3 alternatives vertes et le développement des écosystèmes innovants - Innovation de la commande artistique dans le sillage du programme « Mondes nouveaux 2022 »¹ - Développement des espaces trail et des écosystèmes associés - Part de l'industrie du tourisme en France	PLF - Parts du budget national consacré au sport = 0,09 %, culture:0,57% - Difficulté de proposer des services touristiques rentables - Part assez faible du tourisme sportif en France
SOCIO-CULTUREL	- De plus en plus de pratiquants de la course à pied et du trail-running en particulier - La réussite des JO et de la connexion sport-culture, notamment lors des cérémonies et des compétitions en lieux non dédiés - Attractivité des sports nature - Tendance à la <i>staycation</i> - <i>Slow</i> tourisme - Prolongement des caractéristiques de la société transmoderne : nouvelles hybridations entre technologie et développement durable, pratiques récréatives hédonistes, quête et construction identitaires - Course à pied comme art de vivre - Volonté de prolonger l'immersion dans un territoire - Développement des réseaux et des influenceurs trail - Structuration d'offres par les OT à partir des événements trails, des espaces et stations trail, notamment dans les territoires de moyenne montagne - Maillage du territoire par de nombreuses associations organisant des événements de course à pied, des activités culturelles ou d'entretien des sentiers - Échelle locale des événements trail favorisant le dialogue entre des univers parfois distants - Développement des écoles de trail - Trail est devenu une culture	- Peu de pratiquants du trail malgré l'explosion de la pratique, il demeure un sport de niche (500 000 pratiquants réguliers environ) - Sport pas inscrit aux JO - Trail est une pratique auto-organisée - Touriste préfère lui-aussi organiser lui-même ses séjours - Performance de l'hypermodernité : faire sa course, son chrono, son défi et repartir
TECHNOLOGIQUE	- Montres connectées, caméras portatives - Applis parcours trail (on piste, espace trail...) - Applis <i>sightjogging</i> - Contenus téléchargeables pour palier le manque de réseau - Podcasts, vidéos trail - Traces téléchargeables - Développement possible d'une appli recensant les guides couristiques - Médiatisation croissante du trail	- Trop de connexions - Métaverse, réalité augmentée : progression du budget consacré aux consoles et biens technologiques

1 <https://mondes-nouveaux.culture.gouv.fr/fr>

	- Offre de déconnexion - Transport et mobilité	
ECOLOGIQUE	- <i>Staycation</i> - Mise en valeur des ressources locales - Entretien des sentiers - Découverte de la flore, de la faune locale et lecture de paysages - Esprit trail favorise un rapport respectueux à la nature - Respect et découverte de l'environnement - Développement des labels pour les courses et des chartes (templiers, parc au Canada...) - Écomusées, lieux écoresponsables - Majorité des courses ont lieu dans des espaces ruraux	- Déplacements, transports - Destruction de la flore - Risque pesant sur milieux naturels - Changement climatique
LEGISLATIF	- Agence de voyage ne nécessite aucune qualification, possible de créer une agence	- Pas de service payant possible de course à pied si pas de Certificat de Qualification Professionnelle - Formation premiers secours - Avoir l'habilitation de guide conférencier dans les territoires et les villes d'art et de culture - Accompagnateur de Moyenne Montagne au-dessus de 800m d'altitude - Cumul d'activités

Si le budget national est en baisse dans les domaines du sport et de la culture, la dimension transdisciplinaire du projet d'activités de services de connexion trail-culture peut permettre de pallier ce frein.

L'offre de séjours culture-trail constitue un service innovant valorisant l'image d'un territoire. Le maillage fin du territoire par les événements de course à pied et par de plus en plus de parcours permanents peut également permettre de développer des services à destination des organisateurs et des touristes pour poursuivre la valorisation des territoires et l'expérience immersive des participants en fonction des ressources associatives.

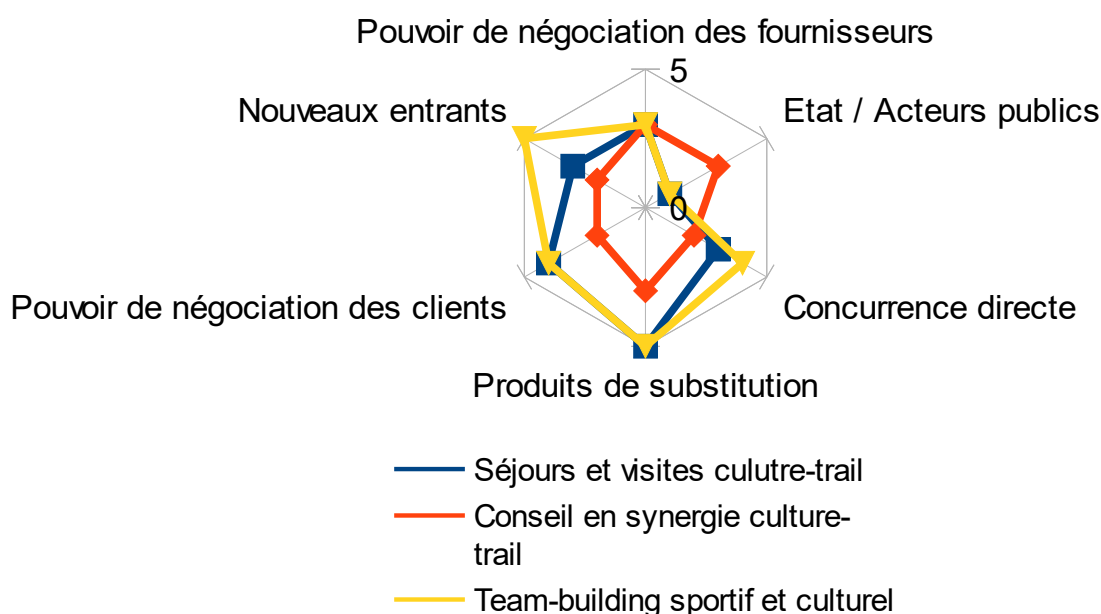
Pour développer cette immersion, des activités de découvertes culturelles pourraient permettre aux participants de rendre le séjour plus familial ou convivial. Les freins sont également nombreux car la part du budget des ménages consacrée aux loisirs et à la culture a eu tendance à baisser. Les traileurs sembleraient de plus venir en majorité pour réaliser leur course et non pas forcément pour le tourisme.

3.2.1.2 les 5+1 forces de Porter

	Services	Cotation	Observations
Pouvoir de négociation fournisseurs	Séjours et visites	3	- Nombreux fournisseurs : manque de coachs, guides conférenciers - Hébergement beaucoup d'offres notamment en gîtes, restauration idem
	Conseil	1	- Organisation des trails et des connexions par des associations déjà en contact avec les collectivités - Volonté politique peut être un levier ou un frein - Cloisonnement nécessite parfois une médiation
	Team-building et mécénat	3	- Nombreux fournisseurs
Nouveaux entrants	Séjours et visites	2	- Applis de <i>sightjogging</i> - Applis trace de trail... - Evénements trail - Espaces et stations trail - Tours opérateurs marathon et trail
	Conseil	5	- Prestataires extérieurs pour organisation de trails - Une activité innovante - Service intangible
	Team-building-Mécénat	2	- Nombreuses offres <i>outdoor</i> bien structurées - Connexion culture est plus rare
Négociation clients	Séjours et visites	4	- Offre hybride et flexible, nécessité d'adapter l'offre à des publics variés - Sélection du profil de client - Personnaliser l'entraînement en fonction du profil - Personnaliser la médiation culturelle
	Conseil	2	- Offre forfaitaire - Développement d'une connexion, d'un service pour un musée, un organisateur
	Team-building et mécénat	2	- Offre forfaitaire et adaptable - Cohésion de groupe et convivialité
Produits de substitution	Séjours et visites	5	- Pratique souvent auto-organisée - Séjours trail qui ne font déjà pas le plein ou séjours culture - Une connexion innovante
	Conseil	5	- Fonctionnement en interne des collectivités, des sites culturels, des acteurs du tourisme - Faciliter la communication parfois difficile entre différents secteurs
	Team-building et mécénat	5	- Nombreuses offres existantes - Offre innovante
Concurrence directe	Séjours et visites	3	- Pratique auto-organisée - Itinérance vélo - Randonnée - Un organisateur à Compiègne MAB Sport - Séjours trail des OT Cœur de Flandres ou Lens-Liévin
	Conseil	2	- Peu de concurrence à notre connaissance dans ce domaine des connexions sport, culture et territoires

	Team-building et mécénat	3	- Concurrence forte mais proposition innovante
Etat/Acteurs publics	Séjours et visites	2	- Service s'inscrit dans des démarches de développement des territoires - Innovation et transition touristique
	Conseil	2	- Recours fréquent à des prestataires extérieurs - Contraintes budgétaires et administratives - Volonté politique des territoires à la fois frein et levier en fonction des personnalités et des appétences des instances décisionnelles
	Team-building et mécénat	2	- Dispositifs de défiscalisation pour la protection du patrimoine

Synthèse :



Les facteurs clés de succès seraient les suivants : service innovant, développement des synergies territoriales et du développement par initiation de projet endogène, offre hybride rare et donc la promesse d'une expérience touristique nouvelle. De nombreux intervenants qui augmentent le pouvoir de négociation des fournisseurs avec peu de clients, mais possibilité de passer le CQP.

Menaces : peu d'offre trail existante mais facilement reproductible, nécessité de proposer un programme clé en main en créant une forte plus-value dans l'idée de l'immersion et de l'osmose avec le territoire, sa culture et son histoire.

Autres menaces : nouvel entrant sans aucune légitimité, service intangible, pas connu, aucune réalisation, pas d'utilisation des réseaux ! Part du budget des ménages consacrée aux loisirs et à la culture a eu tendance à baisser. Les traileurs sembleraient venir en majorité pour réaliser leur course et non pas forcément pour le tourisme.

3.2.1.3 SWOT

Forces

- Curiosité
- Connaissance du territoire
- Sens de l'organisation
- Connaissances culture-trail en développement
- Fichiers enquête quantitative et contacts
- Temps
- Storytelling
- Situation géographique
- Qualité des paysages et des ressources culturelles
- Connexion transports avec grande agglomération
- Peu de concurrence
- Plusieurs événements trails
- Trois clubs proposant des sorties trail
- Offre touristique différenciante pour le territoire
- Impact limité sur le plan écologique

Menaces

- Pouvoir d'achat
- Instabilité politique
- Baisse des dotations pour la culture et le sport
- Connexion sport-culture difficile
- Explosion du nombre de courses : quelle pérennité ?
- Nombre de pratiquants en pleine croissance mais tout de même limité
- Concurrence avec le développement des autres pratique outdoor
- Coopération entre acteurs privés et acteurs territoriaux
- Pratique autoorganisée

ANALYSE SWOT



Faiblesses

- Communication, utilisation des outils de promotion comme les réseaux sociaux
- Cumul d'activités
- Pas encore de retours clients
- Gestion, comptabilité, conseil en droit
- Contraintes légales dans l'accompagnement des clients-coureurs
- Nécessité de faire appel à des coaches, pouvoir de négociation élevé
- Nécessité de faire appel à des guides-conférenciers
- Pratique autoorganisée
- Légitimité sportive : aucun résultat probant en trail
- Moyens financiers limités

Opportunités

- Héritage JO, olympiades culturelles, terre de jeux, cérémonies...
- Développement espaces trail et différenciation de la mise en tourisme et des événements
- Développement technologique/ Soif de déconnexion
- Marché en croissance et Pratiquants appartenant à CSP +
- Quête de sens et d'accomplissement des individus
- Maillage fin des territoires ruraux par les associations et les événements trail
- Retombées directes et indirectes pour les territoires
- Connexions trail et culture pas encore développées
- Événements comme facteurs de patrimonialisation
- Création endogène de ressources et de synergies territoriales
- Sensibilités des pratiquants à la beauté de la nature et donc disponibilité à la curiosité esthétique
- 3 champs à connecter
- Développement des écoles de trail à l'échelle nationale

3.2.2 Diagnostic interne

3.2.2.1. La chaîne de valeur de Porter

Activités de soutien

Structure : auto-entrepreneur : agence de voyage et de conseil en connexion sport et culture.

Gestion des ressources humaines : une personne, comptabilité, juridique et communication, formation des coaches intervenants à la connexion culture et des guides à la connexion trail.

Développement technologique : réseaux sociaux, site internet, applications dédiées.

Approvisionnements : charte graphique, communication, nutrition, souvenirs durables.

Logistique entrante	Opérations	Logistique sortante	Commercialisation	Services
Sélection des intervenants Néant dans un premier temps puis nutrition, souvenirs... Affiches	Recherches clients, construction de services et de protocoles clé en main, production de documentation, élaboration de traces, participation à des trails, outils de diagnostic, coachs, lieux culturels Documentation, recherches historiques et sportives Sélection des hébergements	Coaching sur le terrain Visites guidées Enquête satisfaction Vidéos Photos	Réseaux sociaux dans un premier temps Affichage dans les gares et offices de tourisme Site internet	Photos souvenir Trail-book Newsletter trimestrielle

Forces : flexibilité, peu de logistique entrante et sortante. Freins : recherche de coachs sportifs, combinaison avec offres originales dans lieux culturels.

3.2.2.2 Ressources

Immatérielles	Humaines	Financières	Physiques
Fichier de répondants organisateurs et acteurs de la culture Connaissance de coachs Contacts Dépôt d'un nom de domaine	Flexibilité Temps Une personne principale Compétences organisationnelles	À court terme, financement par paiement clients	Pas besoin de ressources physiques dans un premier temps

3.2.2.3. Outil VRIO

VALEUR	RARE	IMITABLE	ORGANISE
Oui	Oui	Oui	Oui
Répond à un besoin sur certains segments Valorisation d'un territoire Valorisation d'un lieu culturel Valorisation du sport-santé pour tous Valorisation des événements trail Pour le client expérience touristique et sportive nouvelle correspond à la construction d'un bien-être Forte différenciation	Peu d'offre existante dans les Hauts-de-France, OT Lens-Liévin et Coeur de Flandre; MAB à Compiègne	Offre facile à reproduire en pratique auto-organisée une fois les traces enregistrées ou par offices de tourisme Mais complexité des savoir-faire mis en jeu, des outils, des diagnostics et protocoles de connexion trail et culture. Développement d'une formation des coachs intervenants	Expérience a montré que bonne organisation Production est pratiquement prête : contact a été pris auprès de coachs, offre suffisante de visites sur le territoire limité à Compiègne et sa forêt dans un premier temps ainsi qu'au Louvre-Lens et le Bassin-Minier. Plusieurs projets en cour de réalisation

L'enquête et les diagnostics ont montré que le développement d'activités de services à favoriser les connexions entre trail-running et culture méritait d'être expérimenté. Nos préconisations prendront maintenant la forme d'une étude assez générale des segments favorables, des cibles et des protocoles permettant d'affiner cette étude. Nous présenterons également une gamme de services, des études concurrentielles rapides. Un test de service et une enquête de satisfaction pourront permettre de proposer des préconisations pour une activité d'agence de voyage. Enfin, nous présenterons les protocoles applicables à l'activité de conseil.

PARTIE 4 - Une agence de voyage et de conseil en connexion culture trail : préconisations, protocoles et pistes de développement

4. Les outils diagnostics du marketing de service et l'expérimentation de services

4.1. Ciblage, étude concurrentielle

4.1.1 Ciblage

Pour les séjours-trail nous avons pu repérer que les déclarants les plus intéressés étaient en majorité des cadres âgés de 44 à 55 ans et plus. Parmi ces déclarants intéressés les traileuses étaient très représentées par rapport à la population trail habituelle.

Pour le conseil : des structures importantes comme le Louvre-Lens, le musée de Grenoble, la Cité de la langue française, les grands événements comme le NTMF ou certains offices de tourisme ont déjà leur dynamique projet alliant sport et culture. Ces grosses structures peuvent tout de même favoriser la mise en tourisme immersive du trail-running (offres de guides ou de coachs déjà structurées, entraînement sur les traces des événements, etc.)

Le conseil paraît être un outil au service de la diversification, de l'innovation et de la synergie associative adapté aux structures plus petites et aux collectivités locales. Il peut aussi s'avérer tout de même pertinent de proposer des conseils et des actions aux structures plus importantes à partir d'un travail de diagnostic de l'efficacité, de la pertinence et de l'adéquation des connexions entre trail-running et culture qu'elles proposent.

Dans les Hauts-de-France, entre le Bassin minier, Compiègne ou encore Villers-Cotterêts dans un premier temps. On trouve en effet de nombreuses ressources naturelles, de ressources culturelles et des festivals innovants. La région est de plus à proximité immédiate de Paris, accessible en train. Des traileurs urbains pourraient ainsi combiner week-end choc et visites culturelles.

Les structures comme le Louvre-Lens, la Cité de la langue française, le château de Compiègne et le château de Pierrefonds proposent des médiations adaptables au trail et sont immergées dans des espaces à découvrir par la course sur sentier. De nombreux clubs d'athlétisme, une école de trail et de nombreux événements maillent le territoire.

L'investissement sera premièrement constitué de temps, les coûts liés au service de coaching, de visites guidées, d'hébergement seront inclus dans le prix proposés et les produits locaux seront proposés en partenariat.

Le principal moyen disponible devra être l'adaptabilité. Accès au marché : une certaine facilité démontrée grâce à l'enquête, mais pénétration difficile car services intangibles et aucune visibilité sur les réseaux pour l'instant.

Séjours et visites culture-trail			
Géographique	Socio-démographique	Psychographique Trail	Comportementaux
Hauts-de-France Proximité agglomération parisienne. Accessibilité par le train	Âge : 35-55 ans et plus Public mixte CSP : cadres et employés Génération : X et Millenials	Personnalité : hédosportif, participatif, naturo-centrés, bien-être et accomplissement personnel	Consommation raisonnée, qualité, service personnalisé, services éthiques et expériences de marque.
Conseil organisateurs et structures touristiques ou culturelles			
France entière	Trails de + de 1000 participants Nouveaux venus ou installés Mais aussi les trails, festivals , offices de tourisme et musées qui cherchent à se renouveler, à se différencier et à s'adapter aux enjeux des transitions Petites structures	Esprit trail Esprit innovant Aménageur de territoire Curiosité	Budget raisonné. Peu de prise de risque
Team-building et mécénat			
Non questionné	Non questionné	Non questionné	Non questionné

4.1.2 Pyramide des besoins de Maslow pour identifier la structure des services de visite et de séjour

Quels besoins vont satisfaire les séjours culture-trail ? Comment adapter l'offre de service aux différents besoins ? La « pyramide » ci-dessous doit servir de guide pour la création de séjours et de visites culture-trail.

**Besoin
de réalisation
de soi**

Mens sana in
corpore sano.

Expérience

Tourisme

sportif

éthique

de transition

**Besoin
d'appartenance
et d'affection**

Découverte de paysages

Immersion dans la culture

Appartenance à la communauté trail

Osmose avec l'identité de territoire

Besoin d'estime de soi

Bien-être physique et mental

Connaissances développées.

Compétences sportives, facilité à réaliser les parcours et les ateliers
grâce à leur flexibilité. Innovation et développement durable

Besoin de sécurité

Parcours envoyés en avance dialogues personnalisés. Conditions
d'annulation en cas de mauvaises conditions météorologiques. Certificat PSC1

Besoins physiologiques

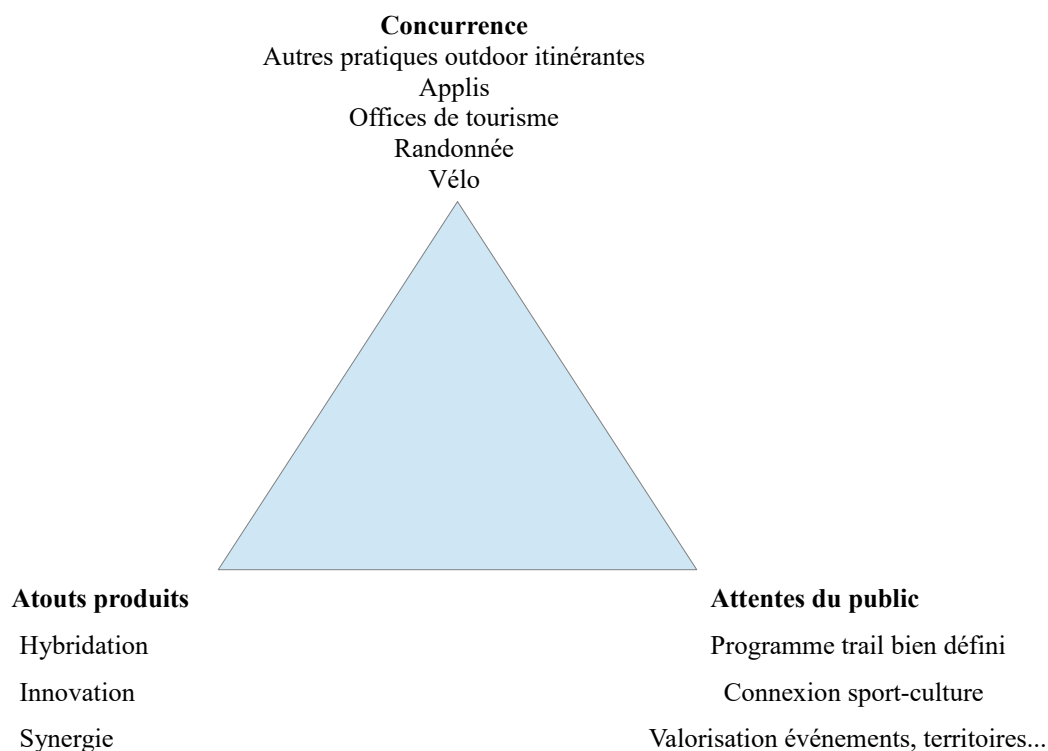
S'alimenter et s'hydrater : prévoir réapprovisionnements. Hygiène : prévoir zones équipées de toilettes et solutions douches

4.1.4 Modèle IAC

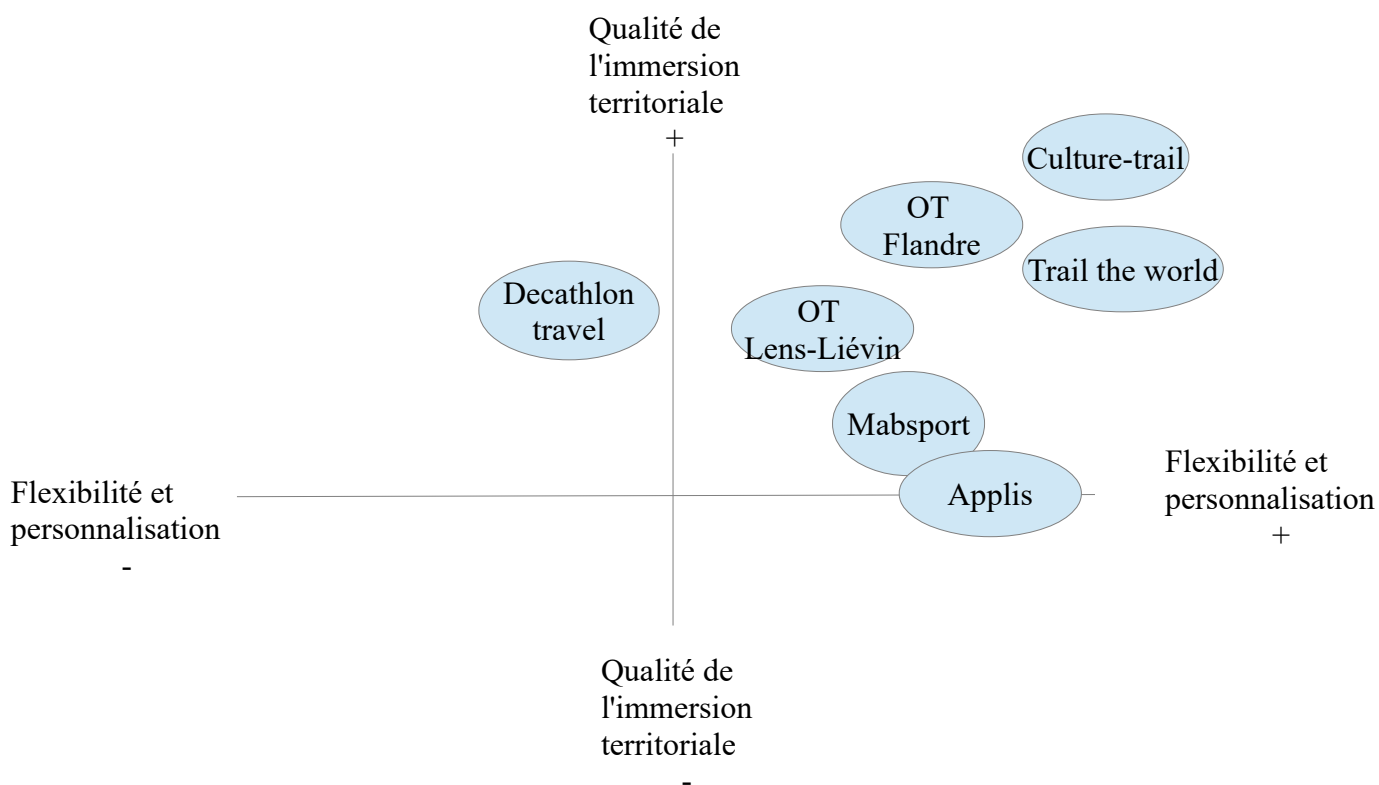
Gains potentiels	Intérêt du marché	- Croissance forte de la pratique de la course à pied - Nécessité d'éduquer cette pratique et de la rendre ludique pour la pérenniser - Différencier les événements-trails - Différencier offres culturelles
Moyens et coûts	Accessibilité de la cible	- Peu de concurrence véritable : les applis de <i>sightjogging</i>, la mise en tourisme des espaces et stations trail - Concurrence : autres sports outdoor, possibilité de combiner les services - Les stages trail mais peu d'offres combinées avec la culture - Affinités à développer : immersion dans la nature d'un territoire, développer l'immersion dans la culture d'un territoire pour éviter l'effet aller-retour sur une course
	Capacités de l'entreprise	- Offre caméléon, adaptable et modulable - Proximité d'un volume important de pratiquants - Capacité à développer le sport santé pour un public éloigné comme dans les urban trails et même la culture santé pour les publics éloignés comme lors des journées du Patrimoine - Conception d'itinéraires historiques, littéraires, artistiques - Outils diagnostics et protocoles en cours d'élaboration

4.1.5 Étude de la concurrence

4.1.5.1 Triangle du positionnement



4.1.5.2 Analyse concurrentielle pour l'exemple de l'offre de séjours



Le modèle méritera d'être affiné et étendu aux autres services proposés. Il fait apparaître tout de

même deux facteurs sur lesquels nous paraissions apporter une innovation ou une offre différenciante : la flexibilité de l'offre et la qualité de l'immersion territoriale par la connexion entre trail et culture. Notre positionnement et notre ligne différenciante paraissent plus claires que chez Mab Sport qui propose trop d'offres différentes : cyclisme, basket, appareils de musculation, team-building, catalogue manque de ligne directrice claire. Notre offre se caractérise par sa simplicité que l'on retrouve aussi clairement chez « trail the world¹ » ou dans les séjours proposés par les offices de tourisme. Notre offre sera sur mesure pour certains services comme les séjours – Forfaitaires sur les conseils aux organisateurs ou aux acteurs territoriaux de la culture et du tourisme. La plasticité et l'adaptabilité de l'offre permet de favoriser les expériences véritables d'immersion dans les territoires. L'offre des offices de tourisme apparaissent bien dans un certain esprit-trail celui de la convivialité, très importante pour les organisateurs notamment. Notre offre est plus différenciante car favorise en plus une immersion et une expérience du territoire plus approfondie et complète sur un week-end modulable tout de même pour éviter la surcharge.

4.2. Mix marketing

4.2.1 Offres : des services variés

Exemple des assortiments de services :

- Séjours : Lens et le Bassin Minier – Compiègne et sa forêt – La cité de la langue française et les sentiers d'écrivains - Séjours en itinérance proposés pour ces trois offres
- Journée-visite : Louvre-Lens et les Terrils jumeaux – Château de Compiègne, musée Vivenel – Cité de la langue française et forêt de Retz
- Conseil culture-trail : Diagnostic personnalisé. Enquêtes. Ressources territoriales. Création d'ateliers, d'enrichissements ou de médiatisation. France entière : visites et participation observante, visites trail et culture croisées pour tous les acteurs de la synergie de territoire.
- Team-building et mécénat : Compiègne – Du palais impérial et son parc au château de Pierrefonds, musées nationaux.

1 https://trailtheworld.fr/?srsltid=AfmBOor9kwUBTwkdwTjzgpA378bJY_hO7m4lmuasYTyAKqLytrINObSh

4.2.2 Prix

Politique d'écrouissage dans un premier temps pour les séjours et le team-building, puis politique de pénétration du marché si cela ne fonctionne pas. Prix élaborés à partir du coût de revient et des prix pratiqués par la concurrence. Développement de la valeur perçue pour la rendre supérieure à la valeur réelle grâce à des partenariats avec fournisseurs d'hébergement, de restauration, les guides, les coachs, etc.

Pour l'activité de conseil, politique de prix bas pour favoriser l'engagement et la notoriété. Élaboration du prix à partir des coûts de revient, temps passé, déplacements, etc. Le prix devra mettre en valeur les bénéfices et les avantages des services proposés.

Les premiers objectifs seraient ainsi les suivants :

- créer une notoriété de service innovant
- favoriser ainsi l'essai du produit
- favoriser la fidélisation pour atténuer l'intangibilité des services proposés

4.2.3 Place

Distribution exclusive dans un premier temps en utilisant les ressources de notre mailing liste, ainsi que les offices de tourisme, les événements, les sites culturels du territoire.

4.2.4 Promotion

Segments identifiés par l'étude qualitative pour les séjours inviteraient à une communication visuelle sur les réseaux, principalement facebook et instagram, mais aussi linkedin. Elle nécessiterait la réalisation de vidéos mêlant culture du trail et ressources culturelles pour montrer la connexion avec les territoires. Publications sur linkedin et dans une newsletter mensuelle pourraient proposer un peu plus de ressources théoriques, d'actualité de la culture et du monde du trail. La ligne éditoriale et la charte graphique pourraient insister sur la quête d'adéquation entre pratique sportive, ressources culturelles artistiques, convivialité, vivre ensemble et immersion dans les territoires. Elles devront insister fortement sur la mise en évidence de l'innovation et de son inscription dans le développement d'une transition touristique locale et durable.

On pourra ainsi chercher à faire aimer nos services en surfant sur la vague des JO qui ont donné une image positive des liens entre sport, culture et vivre ensemble.

Pour faire connaître l'offre, il sera possible de proposer des offres flash sur les réseaux et de la communication sur les lieux connectés avec les ressources. Il faudra mettre en évidence la nature fonctionnelle de services « clé en mains » pour la préparation d'un objectif sportif en relativisant ou pour développer les offres d'entraînement culture-trail et la mise en tourisme des parcours permanents. Il faudra de plus mettre en évidence les liens entre sport santé, bien-être culturel, milieu naturel et développement durable mais aussi justifier le prix par la qualité de cette expérience immersive structurée et équilibrée.

Schématiquement, notre mix marketing pourrait être représenté ainsi :

Produit	Prix
- Week-end trail d'immersion et connexion avec les territoires / Préparation objectif / Itinérance - Visite culture-trail sur une journée - Conseil pour favoriser la synergie trail et ressources culturelles des territoires - Team-Building et Mécénat	- De 250 à 500 euros par personne tout compris - 75 euros par personne tout compris (visite courue + visite médiatisée d'un lieu culturel et dégustation) - Forfaits de 500 à 2500 euros pour diagnostic et proposition de développement des synergies en fonction de la distance et de la durée de l'étude - De 200 à 1000 euros par personne en fonction des prestations choisies + Dispositifs défiscalisation
Place	Promotion
- Hauts-de-France pour les séjours et visites - France entière pour conseil - Zone accessible en train ou transports en commun depuis agglomération importante - Si possible, espaces ou stations trail - Lieux culturels - Hauts-de-France pour team-building	- Segmentation a montré que pour l'offre de séjour, il fallait se positionner sur facebook ou instagram : vidéos et photos - Affiches dans les gares - Offices de tourisme - Lieux culturels - Clubs - Dans les entreprises

4.3. Test d'une expérience récréative et immersive de culture-trail et enquête de satisfaction

4.3.1 Une expérience immersive dans un territoire aux ressources hybrides

Nous avons proposé et testé auprès d'un groupe d'amis un séjour culture-trail inspiré de notre TPN 62 km.

Le programme de la journée proposée à l'évaluation des participants était très dense, il servait à tester un maximum de services pour en mesurer la pertinence sur un week-end entier.

Un Culture-Trail Book résumé proposant des images pour favoriser l'attachement a été diffusé aux participants en amont de la journée. Le document a été complété en aval par la version complète du Culture-Trail Book retraçant les souvenirs des séances, des visites et des lectures¹. Une vidéo réalisée par Jean-Sébastien Caron, l'un de nos expérimentateurs² a été partagée sur le groupe whatsapp de la journée ainsi que des photos qui mettent un peu plus en évidence la connexion trail-running et culture.

La structuration de la journée : trois hauts lieux de l'histoire des mines et d'aménagement du territoire en résilience :

1. Séance d'entraînement sur un terroir reconverti en espace de trail.
2. Sortie longue immersive à partir du site historique du 9/9 bis, site minier reconverti en espace patrimonial, mais aussi salle de concert et espace muséographique,
3. Visite de la Galerie du temps au Louvre-Lens avec une guide conférencière : musée construit sur un ancien terroir et d'anciennes galeries. La visite est particulièrement adaptée pour les pratiquants de trail³. Elle se prolonge par l'ascension d'un des plus hauts terroirs d'Europe et l'interprétation d'un passage de *Germinal* de Zola.

D'autres services ont été testés comme la récupération à l'espace Aqualens (pour les douches notamment), un espace à haute valeur environnementale, les transitions en vélo entre les lieux visités, et l'histoire des mines ou des espèces protégées pendant la pratique du trail. La journée s'est terminée par une dégustation de produits locaux à Arras.

La journée (un week-end concentré donc) proposait également une grande flexibilité : les transitions pouvaient être courues, le rythme et l'allure étaient adaptés au groupe lors de ce qui correspondait à la sortie longue afin de favoriser les échanges et l'immersion dans l'histoire ou l'apparition d'espèces protégées au cœur de paysages anthropiques ; le nombre de séries était adapté lors de l'entraînement avec une grande importance accordée au ressenti, etc.

L'expérience a été globalement appréciée, elle nous a permis aussi de découvrir le degré de préparation mais aussi d'adaptabilité qu'il faut viser pour paraître professionnel : notre véhicule n'a pas pu rejoindre le point de départ n°1 du Book car le porte-vélos en hauteur interdisait d'accéder au

1 https://drive.google.com/file/d/1RauMZqc8aBLj14HIODs_INQ1SrepaZOH/view?usp=sharing

2 <https://gopro.com/v/MWprVXwzK2dDK>

3 La Galerie du temps est un espace muséographique original puisqu'il invite à la déambulation à travers 7000 d'histoire de l'art dans un espace fortement géographique : à gauche, les œuvres occidentales, à droite, les œuvres orientales et puis une légère position de surplomb à l'entrée, un léger D- pour remonter le temps.

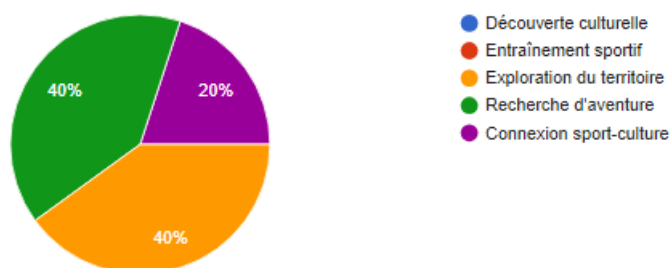
parking. Se garer au 9/9 bis a été impossible car une brocante et une exposition de vieilles voitures avaient lieu. L'agenda du site ne l'indiquait pas du tout mais celui de la commune n'a pas été vérifié. L'événement nous a même conduits à transformer complètement le parcours.

4.3.2 Les retours de l'enquête de satisfaction menée auprès des testeurs

Un biais important de cette enquête réside évidemment dans le fait que nous connaissons bien nos testeurs...

Les participants étaient quatre hommes et une femme, ils avaient entre 46 et 55 ans. Les participants sont tous professeurs. Leur niveau de trail est qualifié d'intermédiaire pour quatre testeurs et d'avancé pour l'un d'entre eux. Leur motivation pour participer à cette « journée-séjour » (en plus de m'apporter leur aide) étaient principalement la recherche d'aventure et l'exploration du territoire

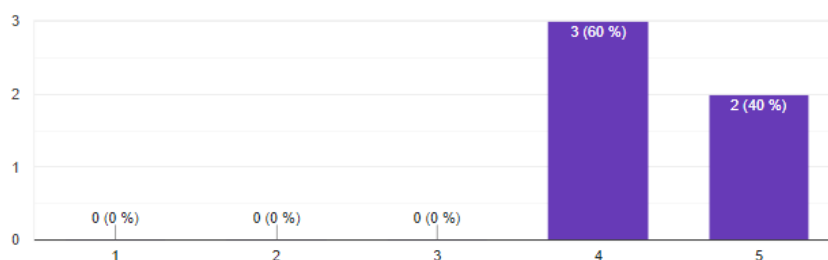
3. Quelle était votre principale motivation pour participer à ce week-end "culture trail" ?
5 réponses



Les avis sont partagés quant à la diversité des paysages traversés satisfaisante (40%) ou très satisfaisante (60%) ainsi que sur la connexion avec l'histoire et la culture, totale (60%) ou partielle (40%). Les déclarants regrettent en effet qu'il n'y ait pas eu plus d'immersion dans l'histoire et le travail de la mine. Les informations reçues pendant les visites n'ont pas été totalement satisfaisantes (note de 5) pour trois participants :

7. Les informations culturelles fournies pendant les visites étaient-elles suffisantes pour comprendre le territoire ? [Copier](#)

5 réponses



L'organisation de la journée a tout de même permis une bonne immersion dans le territoire.

8. L'organisation de la visite permettait-elle une bonne immersion dans le territoire ?

5 réponses

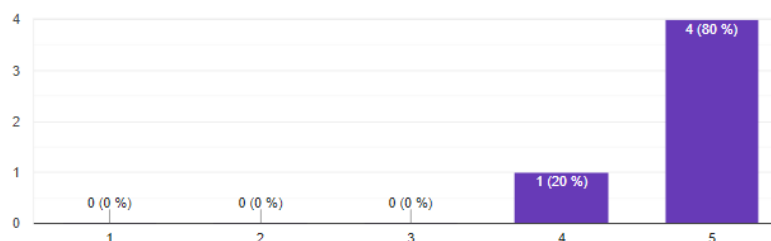


En ce qui concerne l'expérience trail, elle correspondait pour tous à leur niveau et la difficulté proposée répondait totalement à leurs attentes.

Les pauses découvertes et le rythme des visites a vraiment convenu à tout le monde. L'organisation générale de la journée a été jugée très bonne par tous. Les informations préalables étaient plutôt claires (20%) voire très claires (80%). Le groupe était de taille idéale (5 personnes) pour permettre une bonne expérience selon tous les participants. La satisfaction des testeurs est bonne :

16. Globalement, comment évalueriez-vous votre satisfaction lors de cette expérience ? [Copier](#)

5 réponses

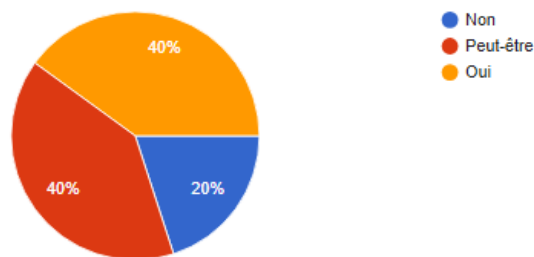


Ils recommanderaient l'expérience sans hésiter. Quatre testeurs sur cinq pensent que ce type de produit mériterait d'être développé. Pourtant, ils ne sont pas certains d'être prêts à payer pour une

telle expérience :

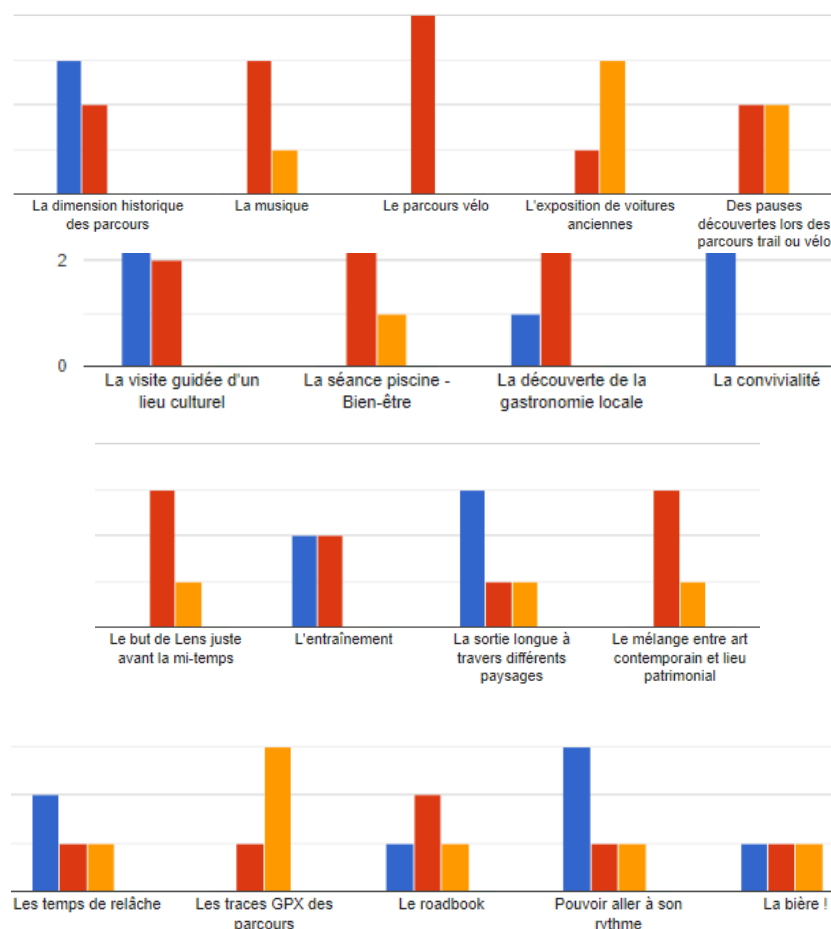
19. Seriez-vous prêts à payer pour un week-end Culture Trail ?

5 réponses



Pour les personnes prêtes à payer pour ce type de séjour, hébergement compris, on est loin des prix que nous avons envisagés à la suite de l'enquête quantitative : deux répondants déclarent être prêts à payer 100 euros, le troisième 200 euros, ce qui paraît plus raisonnable. Est-ce parce que nous avons réalisé ce séjour sous forme de journée et non de week-end ?

Les ingrédients les plus indispensables de ce type de séjours seraient pour nos testeurs :



Ces réponses pourront permettre de réaliser une matrice de Llosa mais il apparaît déjà que les ingrédients qui apparaissent les plus indispensables sont donc la dimension historique des parcours, la visite guidée d'un lieu culturel, la découverte de la gastronomie locale, l'entraînement, la traversée de différents paysages, le rythme de course, les temps de relâche. Mais surtout, pour tous, l'ingrédient essentiel serait la convivialité (100% des répondants). Les mots associés le plus à ce « séjour-journée » sont principalement « découverte » (4 fois) et « sport » (2 fois + « efforts »).

22. Quels sont les trois mots que vous associez spontanément à cette expérience Culture Trail ?

5 réponses

Découverte Surprise Sport
Convivialité découverte sport
Fabuleux enrichissant divertissant
plaisir/ découverte/ efforts
Découverte nature culture

Les avis et les retours sont très positifs mais le programme aurait mérité d'être moins dense, avec moins d'étapes pour trois des testeurs. Pour tous nos expérimentateurs la connexion trail, culture et territoire est pertinente. Voici les avis libres qu'ils ont pu proposer sur le sujet :

26. Pourriez-vous développer votre avis sur la question ?

4 réponses

Un lien par essence
Courir sur des terres où les hommes ont souffert donne une dimension émotionnelle que l'on ne ressent nulle part ailleurs.
la connexion n'était justement pas évidente avant le week-end. On peut se dire "on fait une visite du coin" ou "on va courir", ces 2 activités semblent sans lien évident. Mais de même que courir dans un beau paysage est plus agréable, courir en comprenant l'environnement, la façon dont il s'est modelé au cours du temps, c'est ressentir quelque chose qui nous dépasse et nous fait sentir plus vivant encore. Et curieusement, l'inverse me semble vrai. J'ai pris beaucoup de plaisir à visiter Le Louvre Lens après avoir nagé et pédalé... Peut-être l'oxygénation du cerveau. :)
Un vrai plus d'allier ces domaines différents. Une vraie originalité.

Enfin nos échanges avec les participants montrent que l'organisation leur a surtout permis de ne penser à rien, de suivre et de découvrir sans se poser de questions, un peu comme lors d'un trail organisé. Ces participants pour beaucoup randonneurs chevronnés sont la plupart du temps autonomes dans leur pratique et l'organisation de leurs parcours, ce qui peut constituer un frein pour

le développement de ce type de services.

.... En ce qui concerne les spécificités de l'offre de service, nous avons ainsi quelques outils pour y répondre : une offre tangible, des témoignages, des vidéos, des enquêtes ; une offre non périssable, conçue à la demande ; une offre homogène innovante issue de la sensibilisation de coachs et de guides à la connexion culture-trail ; une offre qui fait de son inséparabilité un atout, un art de la convivialité au service du lien social et des territoires grâce à la sélection des connexions les plus adéquates. Enfin des offres qui favorisent l'itération puisque les terrains de jeu et l'hybridation des expériences possibles sont infinies.

4.3.3 Les préconisations pour une agence de voyage culture-trail

L'expérimentation semble pouvoir être étendue. La conception des séjours devra pour nous s'organiser selon quatre axes principaux :

1. La connaissance du territoire et des parcours possibles, il est important de pouvoir adapter et improviser des changements en cas d'imprévu, dans les territoires que nous ne connaissons pas, cela peut passer par l'expérimentation d'événements trails ou de parcours permanents. Ces événements comme le TPN permettent d'ailleurs de légitimer la trace.
2. L'identification des éléments culturels (musées, artistes, lieux patrimoniaux...) les plus adéquats à l'axe d'ensemble choisi pour l'immersion dans le territoire.
3. L'identification des ressources touristiques adaptées à l'esprit trail et à la découverte de l'identité d'un territoire.
4. La connaissance des participants pour concevoir le programme sportif et culturel au plus prêt des attentes et en concertation avec les intervenants. Les offices de tourisme Coeur de Flandre et Lens-Liévin proposent ainsi un questionnaire à la réservation. Il nous semble que nous pourrions ajouter un entretien vidéo avec les clients une fois l'engagement déclenché.

Cécile Lefebvre de Yoomigo souligne que de nombreuses mises en tourisme de parcours permanents sont dynamiques mais aussi que les stages de trail font rarement le plein. Pour développer ce type de service, il faudrait donc pouvoir être référencé comme service en lien avec des espaces trails et aller à la rencontre des traileurs sur les événements.

Il nous est apparu également que les personnes les plus intéressées par ce type de séjours ne seraient finalement peut-être pas les traileurs mais des publics plus éloignés du sport. Il faudra affiner ce diagnostic en questionnant par exemple les visiteurs de sites culturels, les accompagnants sur les trails, les bénévoles, les employés des ressources culturelles.

4.4. Projets d'expérimentations et préconisations pour l'agence de conseil culture-trail et attractivité du territoire

4.4.1 Les expérimentations tentées ou en cours

Nous avons amorcé plusieurs expérimentations de service en visites ou en conseil culture-trail qui n'ont pas encore réellement porté leurs fruits :

A.- Avec le musée de Grenoble, nous avons tenté d'organiser une visite culture-trail pour les participants au DU trail. En fin d'après-midi, montée vers le fort de la Bastille, descente par La Tronche et les bords de l'Isère. Nocturne au musée sur le même principe que pour la Galerie du temps au Louvre-Lens, déambulation libre, notamment dans les espaces de peinture paysagère et d'art contemporain. Médiation par deux guides adaptable en fonction des émotions esthétiques provoquées et/ou visite récupération yoga . Candice Humbert, responsable de l'accueil du public du musée s'était dite très intéressée par cette expérience innovante mais cela n'a pu être réalisé car les visites doivent être programmées très en avance, le nombre de guides étant limité. L'expérience mériterait d'être tentée.

B.- Avec Philippe Lefebvre, organisateur du NTMF au départ de Saint-Jans Cappel dans le Nord, nous proposons d'organiser lors de la prochaine édition en 2025 un atelier « Raconte ton trail » en partenariat avec une librairie du territoire, des journalistes et des écrivains en résidence ou ayant été en résidence à la maison Marguerite Yourcenar à côté de laquelle passe le parcours du trail. La maison, gérée par le département du Nord, partenaire historique du trail, était en pleine restructuration au mois de juin. Rendez-vous a été pris pour fin septembre, début octobre pour envisager la réalisation du projet. L'atelier pourrait donner lieu à une publication par une maison d'édition du territoire, ce qui permettrait aussi d'enrichir encore son attractivité.

C.- Des suggestions ont été proposées à Gilles Briand, organisateur du TPN et

directeur d'études à la Mission Bassin Minier. Si la motivation principale du trail est de favoriser l'image dynamique du territoire pour le rendre plus attractif et le constituer en tant que destination, il nous semble que le trail devrait aussi s'ancrer encore davantage dans les spécificités locales des ressources du territoire : un circuit Bassin Minier pour lier plusieurs trails pourrait se révéler intéressant ; une meilleure exploitation de la ressource musicale sur le site d'arrivée du trail également. Elle pourrait conduire à des partenariats avec des musiciens locaux pour créer une playlist TPN téléchargeable par les participants avant le départ. Ce projet pourrait amener à faire découvrir certaines portions du parcours aux musiciens et groupes locaux et leur proposer de s'en inspirer pour des créations ou des reprises motivantes adaptées aux espaces traversés.

D.- Nous avons également proposé à la Cité de la Langue française de faire découvrir aux équipes les sentiers et les parcours trails à partir du site afin de développer les connexions avec le territoire, mais aussi de développer des circuits trail des écrivains dont les territoires étaient proches (Dumas, Racine, Nerval, Jean de La Fontaine par exemple), des animations mêlant trail et lectures à voix haute, etc. Sans réponse pour l'instant.

E.- Nous avons également échangé avec Laurent Costarramoune qui avait tenté de développer des visites courues dans son village d'Auvilar mais sans succès, à cause selon nous d'un manque de promotion. Il nous a demandé conseil pour développer son idée de créer un trail long sur son territoire permettant de découvrir ses ressources culturelles, nous espérons qu'il mènera à bien ce beau projet.

F.- Enfin, nous avons échangé récemment avec Erika Lamy, responsable de la communication du festival Chalon dans la rue. Cet échange a été passionnant et les pistes de développement de l'événement vers le monde rural par le trail ou les itinérances douces mériteraient d'être réellement explorées.

Mais pour chaque projet, les freins identifiés dans les résultats de notre enquête sont présents de manière très concrète et pesante : manque de ressources humaines, budget insuffisant mais aussi et surtout à notre avis notre manque de pouvoir de négociation et de notoriété.

4.4.2 Les outils qui pourraient nous permettre d'être plus crédibles et mieux suivis dans nos recommandations

4.4.2.2. Le label culture-trail

Ce label dont nous avons défini les contours pourrait servir d'outil de développement et de communication pour les événements, les collectivités ou les sites patrimoniaux. Sans constituer un cahier des charges strict, il aurait pour mission de déclencher des synergies afin de développer des dynamiques de projet endogène entre organisateurs de trail et acteurs du territoire. Il serait construit sur le principe de la participation observante à des trails, l'analyse quantitative de la perception des engagés ainsi que les entretiens qualitatifs menés avec tous les acteurs d'une connexion culture-trail en adéquation avec les ressources des territoires. Ce label comporterait trois niveaux selon la dimension structurante des projets menés : territoire (et/ou trail) initiateur de culture-trail, territoire culture-trail, territoire d'excellence culture-trail.

4.4.2.3. Le protocole culture-trail

Ce protocole serait inspiré des préconisations de Glen Buron (2020b), des chercheurs dans le domaine du tourisme de transition et du protocole des espaces trail présenté par Cécile Lefebvre lors de la formation au DU trail de Grenoble.

Il tient compte des nombreuses observations sur les connexions parfois difficiles entre monde du sport et monde de la culture évoquées par Alexandre Boucher du Plongeur, par Marine Verchère de la mission « Terre de jeux » dans l'Ain, mais aussi dans une moindre mesure, de Gilles Briand, organisateur du TPN.

Il aurait ainsi pour but principal de favoriser les dialogues entre les champs parfois éloignés de la culture et des sports afin d'aider au déclenchement de volontés politiques ou de dynamiques privées pour développer l'attractivité du territoire, la préservation du patrimoine et le vivre ensemble.

Proposé sous forme de commande, il serait constitué de cinq étapes principales en lien avec le protocole d'attribution du label d'excellence culture-trail :

1. Le diagnostic croisé des ressources pour la pratique du trail-running, des événements, des ressources culturelles et touristiques (pratique observante : courir le territoire de façon autonome, courir durant un trail, courir avec les recommandations des traileurs locaux, visiter de façon autonome, visiter avec une médiation culturelle et touristique et avec les associations locales...).

2. L'établissement d'un projet adapté en fonction du type de commande (visites culture-trail, amélioration des ressources culturelles sur un trail pour une expérience du territoire encore plus immersive, des ressources sportives sur un festival, de la mise en tourisme du trail pour favoriser l'image verte et dynamique d'un territoire...).
3. Les visites croisées sportives et culturelles réunissant acteurs du trail, acteurs du tourisme et de la culture, représentants des collectivités, partenaires économiques organisées en fonction des repérages de connexions possibles.
4. La constitution d'une base de données référençant les ressources patrimoniales et culturelles (lieux, artistes, associations...), les animateurs locaux du projet (traileurs, guides, artistes...)
5. Des recommandations pour la promotion et le cadrage des actions et des expérimentations innombrables qu'il serait possible de mener par la connexion entre trail-running et culture (animations sport-santé pour publics éloignés et/ou visites sportives pour publics éloignés de la culture, micro-événements trail à distance des principaux trails pour le développement de la pratique locale des sentiers et des ressources culturelles, formation de guides de visites courues spécialistes en immersion de territoire)

4.4.2.4. Imaginer d'autres services adaptés à notre profil professionnel

Nous croyons vraiment à l'une des dimensions essentielles du projet de connexion culture-trail : s'appuyer sur les valeurs du trail et sur la pratique pour en faire un laboratoire d'expériences de transition. Il nous est apparu également qu'il fallait sans doute nous appuyer aussi sur notre expérience de vingt ans dans l'enseignement.

D'autres services mériteraient ainsi d'être expérimentés : la formation de guides couristiques pour développer un réseau sur l'ensemble du territoire en est un exemple. Des stages de révisions-déconnexion-reconnexion à la nature pour les élèves de collège, de lycée et les étudiants afin qu'ils découvrent leur territoire et apprennent autrement pourraient constituer une expérimentation pertinente et motivante. Elle favoriserait sans doute le développement d'une mixité plus grande dans la pratique, mais aussi d'un sport-santé et d'un lien social affermi.

CONCLUSION

Les approches théoriques croisées de différents champs disciplinaires, la participation observante, les entretiens, les enquêtes quantitatives, les outils du marketing de service semblent montrer que le développement d'une activité de services transversaux entre trail et patrimoine culturel peut constituer un levier innovant et pertinent pour favoriser la mise en valeur des territoires.

Notre conclusion sera assez simple : « il faut tenter pour voir », les séjours pour commencer. Et si nous échouons à développer une entreprise, nous continuerons par le biais d'une structure associative.

Développer des activités de service pour favoriser une immersion dans les territoires par les connexions entre trail-running semble en effet vraiment légitime, voire nécessaire à l'échelle locale.

Les apports théoriques du tourisme de transition, de la géographie ou de la sociologie le démontrent. La structuration du territoire par la pratique du trail-running, les trails ou les parcours permanents conduisent à l'affirmer aussi. Le trail-running peut favoriser la connexion aux autres ressources d'un territoire grâce à son hybridité essentielle. Nos entretiens, notre expérience des trails et notre expérimentation de visites le montrent, les enquêtes et les outils marketing aussi.

Mais surtout, il faut tenter pour voir car la pratique du trail-running permet une immersion physique dans les territoires finalement assez indépassable par sa profondeur. Il faudrait nourrir encore mieux cette immersion d'histoire, de visites des lieux culturels, de rencontres avec les habitants et les synergies locales. Cela valoriserait autrement les espaces traversés.

En essayant de ne pas trop céder au discours utopique, il nous faudra aussi tenter pour voir les activités de conseil en connexion culture-trail.

Car développer l'évidence et l'essence culturelles du trail-running permettrait de créer, dans ce laboratoire, de micro-expériences sociales, touristiques et politiques en phase avec notre époque de transition. L'émotion de l'osmose avec la nature, en se prolongeant par une émotion résonante grâce à la beauté des œuvres humaines, pourrait ainsi créer des liens nouveaux pour refaire société.

Il faut tenter de développer un réseau de guides de visites courues non seulement pour les touristes mais aussi pour que les locaux redécouvrent différemment leur propre territoire.

Il faut tenter pour voir d'imaginer des services amenant les publics éloignés de la culture et du sport vers ces vecteurs de partage et de vivre ensemble : des initiations - découvertes croisées et conviviales, le développement du trail adapté, des trails organisés par les établissements scolaires du

secondaire, des stages de révisions-déconnexion-reconnexion avec la nature pour apprendre autrement, pour recoudre certaines déchirures scolaires et familiales et faire connaître la richesse du tissu local.

Annexes

Annexe 1 – Evolution des pratiques récréatives en fonction des formes sociétales

Formes sociétales au XXe siècle/ Pratiques récréatives	Modernité (1900-1970)	Post-Modernité (1970-1990)	Hypermodernité (1990-2010)	Trans-Modernité (2010-2020)
1, Logique interne	Sport de compétition	Jeu, Glisse, <i>Free-Ride</i> , Activités physiques	Pratiques extrêmes	Expériences corporelles diverses
2. Pratiques exemplaires	Pratiques en couloir dans des espaces standardisés (athlétisme sur piste, natation...)	Ludo-sportives (surf, ski, skate, planche à voile) Hygiénico-sportives (jogging, swimming, gym...)	Vertigineuses (plongée, parapente, canyon...) Energétiques (Marathons, 100kms, ultra-trails, triathlon...)	Naturo-centrées (randonnées à pied, en vélo...) Réflexives et d'approfondissement du corps (Gym douces, yoga...) Extrêmes vertigineuses et énergétiques
3. Mode Organisation	Institutionnel Fédérations, Public	Hors institutionnel Public, marchand Auto-organisation	Hors institutionnel Décloisonnement Public et marchand	Hors institutionnel Public et marchand Auto-organisation
4. Finalités	Compétitive	Harmonie avec soi et la nature Hédonisme, Bien-être	Démeseure Performance Vertige Mieux-être	Quête identitaire Réenchantement de l'existence Engagement éthique
5. Principes culturels	Centralisation Uniformisation Séparation	Personnalisation Délocalisation Fragmentation	Massification Technologisation Transgression	Transition, métissage des valeurs Sens, spiritualité Reconnexion récréative
6. Valeurs	Méritocratie Contrainte	Polysensualisme Liberté Permissivité	Sur-consommation Spectacularisation Ostentation	Nouvel art de vivre Eco-humanisme Ethique, <i>slow</i>
7. Rapport au corps	Corps machine Energétique	Corps plaisir Corps santé	Corps extrême Démeseure	Corps métissé Démeseure/Mesure Performatif, écologique et sensible
8. Sociabilité	Imposée (club)	Elective (groupes de pairs)	Elective (groupes de pairs)	Sociabilité fermée et ouverte
9. Rapport à l'environnement	Domination de la nature	Jouissance de la nature	Domination de la nature Ailleurs exotique	Recomposition ici-ailleurs Ambivalent (domination et immersion dans la nature profonde)
10. Lieux de pratique	Lieux dédiés (stades, gymnases, piscines...)	Lieux peu ou non dédiés en nature ou en ville (parcours, chemins...)	Lieux dédiés artificialisés (SAE, SEV, parcs de loisirs...)	Lieux spécialisés, lieux transversaux et lieux ordinaires de proximité accessibles Itinérance douce
11. Evénements	Compétitifs (JO, Championnats, Tour de France)	Participatifs (cours hors stade, rassemblements festifs...)	Participatifs + et Elitistes	Participatifs + accessibles et métissés (récréation, environnement, art et patrimoine)
12. Public	Sélectionné	Non sélectionné	Non sélectionné	Elargissement social du recrutement

Annexe 2 – Lien vers le questionnaire d'enquête à destination des traileurs et des traileuses

<https://forms.gle/A93xy8UcmHHpwG6q7>

Annexe 3 – Lien vers le questionnaire d'enquête à destination des organisateurs et organisatrices de trails

<https://forms.gle/Jjsw1cviTsZSbVA96>

Annexe 4 – Lien vers les questionnaire d'enquête à destination des acteurs de la culture et du tourisme

<https://forms.gle/E8PviCAVRWSCcAzQ7>

Annexe 5 – Lien vers le culture-trail book de l'expérience immersive dans le Bassin minier-Patrimoine mondial de l'UNESCO

https://drive.google.com/file/d/1RauMZqc8aBLj14HIODs_INQ1SrepaZOH/view?usp=sharing

Annexe 6- Lien vers l'enquête de satisfaction des participants à l'expérience immersive dans le Bassin minier-Patrimoine mondial de l'UNESCO

<https://forms.gle/3ANGhCRJzdcTEL539>

Annexe 7 – Lien vers le fichier PDF regroupant toutes les enquêtes trop volumineuses pour être jointes au mémoire

https://drive.google.com/drive/folders/15SzJx8Urc_SmX1K3KnCYDuvvpJC8ti5a?usp=drive_link

Bibliographie

- Andrieu B. (2014), « Les fondateurs de l'écologie corporelle : immerseurs-naturels-émerseurs », *Sociétés*, vol. 125 n°3.
- Andrieu B. (2017), *L'écologie corporelle : Tome 1. Bien-être et cosmose*, Mouvement, L'Harmattan, 2017.
- Bazin, S. (2016), *Les Défis de la course, Petite échappée aux limites de l'endurance et de la volonté*, Transboréal, Paris.
- Ben Mahmoud, I. & Massiera, B. (2012). « L'attractivité d'un événement sportif, entre accomplissement personnel et enchantement touristique. » *Téoros*, 31(2), 95–10, accessible à <https://doi.org/10.7202/1020775ar>
- Bessy, O. (2021) « Pratiques extrêmes et transition récréative », *Socio-anthropologie*, 44.
- Bessy, O. (2022a), *Courir, De 1968 à nos jours*, tome 1. Courir sans entraves, Éditions Cairn.
- Bessy, O. (2022b), « À la Réunion, le trail est un marqueur identitaire », entretien mené par Vincent Voisin, accessible à <https://blogs.mediapart.fr/vincent-voisin/blog/281022/olivier-bessy-la-reunion-le-trail-est-un-marqueur-identitaire>
- Bessy, O. et Naria, O. « Les enjeux des loisirs et du tourisme sportif de nature dans le développement durable de l'île de La Réunion ». *Management et marketing du sport : du local au global*, édité par Patrick Bouchet et Claude Sobry, Presses universitaires du Septentrion, 2005, <https://doi.org/10.4000/books.septentrion.117823>
- Bourdeau, P. (2017), « Tourismes en transition : Réinterroger le changement dans les pratiques récréatives » Publié par *Les Cafés Géo*, le 31 janvier 2018 à 7:16 | Rubrique : *Les comptes rendus*, *Lyon, Café géographique de Lyon*, mercredi 22 novembre 2017, Café de la Coche, Lyon Bellecour. Accessible à <https://cafe-geo.net/tourismes-en-transition-reinterroger-le-changement-dans-les-pratiques-recreatives/>
- Bousseau, F. (2024), « Sport marketing, un business modèle vertueux », Cours DU Trail-running, Module Marketing en présentiel, Université Grenoble Alpes.
- Buron, G. (2018). « Le trail connecté, un outil de développement des pratiques ? » *Sport Nature Actu*, Numéro Spécial, RRSN.
- Buron, G. (2020a) « Le trail: d'une pratique sportive auto-organisée à un outil de développement local ». Dominique Charrier; Bruno Lapeyronie. *Gouvernance du sport et management territorial: une nécessaire co-construction.*, 2020. hal-02549613.
- Buron, G. (2020b) « Trail et transition touristique: analyse des modes d'habiter l'espace sous l'effet d'une pratique. » *Transition et reconfiguration des spatialités*, 2020, 978-2-8076-1226-6. hal-03162069.
- Corbin, A., Courtine, J.-J., Vigarello, G. (2016-2017) dir. *Histoire des émotions* (3 volumes).
- Corbin, A., Rosselin-Bareille, C. et Walter, E., (2023), « Écouter les textes, laisser monter le sens, se dépouiller de soi-même » : l'histoire des sensibilités au service de l'appréciation des éléments », *Socio-anthropologie* [En ligne], 48 | 2023, mis en ligne le 15 décembre 2023, accessible à <http://journals.openedition.org/socio-anthropologie/16644> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/socio-anthropologie.16644>
- Coulon, C. (2015), *Le cœur du Pélican*, Éditions Viviane Hamy.
- Coulon, C. (2021), *Petit éloge du running*, Éditions Les Pérégrines, Paris.
- De Gaudemar, A. (2011), textes choisis et présentés par, *Le goût de courir*, Mercure de France.
- Desmurs, L. (2024), « Histoire et sociologie du Trail Running », Cours DU Trail- running, tronc commun, Université Grenoble-Alpes.
- Echenoz, J. (2008), *Courir*, Les Éditions de minuit, Paris.
- Fournier, M. & Le Bel, P.-M. (2018), « Le tourisme littéraire, lire entre les lieux. », *Téoros*, 37(1). <https://doi.org/10.7202/1046285ar>

- Graillot, L. (2021), « Principaux facteurs du bien-être dans le domaine du tourisme : une application au cas du tourisme sportif actif. », *Téoros*, 40(1). <https://doi.org/10.7202/1082998ar>
- Hoffman, M. & Fogard, K. (2011), « Factors Related to Successful Completion of a 161-km Ultramarathon », *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 6(1), 25-37.
- Jornet, K. (2013), *Courir ou mourir*, Traduit du castillan par Patricia Jolly, Arthaud poche.
- Lacroix, A. (2018), *Devant la beauté de la nature*, Champs essais, Flammarion, Paris.
- Lapeyronie, B. (2009). « Retombées socio-économiques du tourisme sportif : exemples des marathons en France », *Téoros*, 28(2), 37–44. <https://doi.org/10.7202/1024805ar>
- Lefebvre, C. (2024), « Le développement de parcours trail », Cours DU Trail-running, Module Tourisme et territoires en présentiel, Université Grenoble Alpes.
- Lefief, Jean-Philippe (2022), *La Folle histoire du trail*, Editions Paulsen.
- Lestrelin, L., Le Lay, Y., Madoré, F., Loret, S. aidés de Charier, S. (2023), *Atlas Des Sports*, accessible à <https://atlas-des-sports.science>
- McEwan, L., McKay, T. & Baker, M. (2020) « Trail running : Exploring South Africa's Serious Leisure Economy », *African Journal of Hospitality, Tourism and Leisure*.
- Montaigne, M. (1580-1595), *Essais*, livre III, folio classique, édition d'Emmanuel Naya, Delphine Reguig et Alexandre Tarrête, 2009.
- Murakami, H. (2007), *Autoportrait de l'auteur en coureur de fond*, traduit du japonais par Hélène Morita, Belfon, 10/18, Paris.
- Pépin, C. (2013), *Quand la beauté nous sauve*, Robert Laffont, Paris.
- Perera, E., « Vivre pleinement l'expérience des loisirs émergents : vers le bien-être intérieur ? », entretien avec Bernard Andrieu, *Téoros* [Online], 40-1 | 2021, Online since 04 April 2021, connection on 18 September 2024. URL: <http://journals.openedition.org/teoros/9976>
- Plard, M. (2019), « La course sur sentier, pratique immersive de réalité appréciée, oasis de résonance. Nature et récréation », 2019, *Des pratiques récréatives en nature à contre-temps*, 7, pp.33-46. hal 02479352
- Plard, M., Martineau, A. (2021), « Le trail-running à l'épreuve des sciences, une revue de littérature interdisciplinaire. Panorama des sciences humaines, sociales et médicales. » 2021. hal-03196251
- Riffaud, T., Le Roux, N., Perera, E. (2021) dir. *Tourisme sportif, Territoires et sociétés*, Elya Éditions
- Rochedy, R. (2015). « Analyse d'un espace de décélération : l'exemple de l'ultra-trail. » *Staps*, (1), 97-109.
- Rousseau, J.-J. (1782), *Les Confessions*, Édition de Jacques Voisine, Classiques Garnier Poche, Paris, 2011.
- Segalen, M. (1994), *Les enfants d'Achille et de Nike, Éloge de la course à pied ordinaire*, Métailié, Paris, 2017 (nouvelle édition).
- Silitoe, A. (1960), *La solitude du coureur de fond*, traduit de l'anglais par François Gallix, Éditions du Seuil, Paris.
- Vergopoulos, H. (2016) « L'expérience touristique : une expérience des cadres de l'expérience touristique ? », *Via* [En ligne], 10 | 2016, mis en ligne le 01 décembre 2016, consulté le 18 août 2024. URL : <http://journals.openedition.org/viatourism/1347> ; DOI : <https://doi.org/10.4000/viatourism.1347>

Filmographie

Bieuville, J.-B. (2022), *Vers les sommets*.
Highman, C. et T. (2022), *Free to run*.
Horton, K. et Perkins, S. (2018), *For the love of Mary*.
Morath, P. (2016), *Free to run*.
Raison, J. (2023), *La course en tête, Festival Cut Kilian 2022*.
Romey, M. (2022), *Trailbound Alaska*.
Saubion, R. (2024), *L'Envol, Blandine L'Hirondel*.
Woodson, T. (2023), *Tempo II, Movements in jungle*.
Yang, B., Hills, T. (2021), *Return to Leadville, The evolution of Anton Krupicka*.

Webographie

Les applications et services de sight-jogging et de trail-running

<https://www.sport-et-tourisme.fr/pratique/runnincity-devient-jooks/>
<https://www.parisrunningtour.com/fr/>
<https://additimedia.ouest-france.fr/running-touristique/>
<https://urbirun.com/fr/#courez-visitez>
<https://www.runruntours.com/fr/#tours>
<https://tracedetrail.fr/>

La mise en tourisme du trail comme outil de développement des territoires

Un exemple structuré : « Coeur de Flandre »

<https://www.coeurdeflandre.fr/preparer-mon-sejour/week-ends-et-courts-sejours/week-end-et-activites-trail/>
<https://www.coeurdeflandre.fr/experiences-a-vivre/jai-suivi-le-ntmf/>
https://www.coeurdeflandre.fr/app/uploads/coeurdeflandre/2024/04/BROCHURE_ARTPENTEUR_S_16F_FR-1.pdf

Séjours et visites trail

<https://tourisme-lens.fr/explorer/terre-de-trails/nos-sejours-trails/week-end-trail-a-lens/>
<https://www.visite-besancon.com/>
https://trailtheworld.fr/?srsId=AfmBOor9kwUBTwkdwTjzgpA378bJY_hO7m4lmuasYTyAKqLytrINObSh

Le guide des « espaces trail »

<https://www.calameo.com/read/005399536d644a99babb4>

Le trail, un outil d'aménagement et de valorisation des territoires

<https://www.themuseumtrail.com/>
<https://www.finishers.com/blog/l'interview-de-la-semaine-jean-michel-chopin>

Les enquêtes et sites de référence pour le trail-running

<http://emoha.fr/wp-content/uploads/2020/01/BAROTRAIL-1-ABSTRACT-JANVIER-2020.pdf>
<https://www.coureurdu dimanche.com/blog/la-grande-enquete-du-running-2023/>
<https://www.athle.fr/index.aspx>
<https://www.athle.fr/asp.net/main.news/news.aspx?newsid=19986>
https://injep.fr/wp-content/uploads/2023/12/FR_2023-09_barometre_sport_2023.pdf
https://injep.fr/wp-content/uploads/2023/03/ENPPS_chap7_Course.pdf
<https://itra.run/About/DiscoverTrailRunning>

Les expériences artistiques, mémorielles et/ou sportives

<https://www.secretnature.fr/observation-paysage/>

<https://leplongeoir-cirque.fr/le-plongeoir/les-fils-rouges/en-finir>

<https://www.louvre.fr/expositions-et-evenements/evenements-activites/parcours-off-en-muscles>

<https://www.museedegrenoble.fr/2100-le-paysage-au-xixe-siecle.htm>

<https://kamchatka.cat/fr/la-compagnie/>

<https://youtu.be/7oVpWqtC3kc>

<https://www.patrickchauvin.com/jjr>

<https://www.youtube.com/watch?v=UiQTVdNhA-w>

<https://www.traildestranchees.com>

<https://tracedesmaquisards.fr> ;

<https://www.la-1418.com/trail-de-la-ligne-rouge/>

<https://coursedelaresistance.fr> .

<https://www.flickr.com/photos/127854693@N08/albums/72177720317219552/with/53740645761>

<https://mondes-nouveaux.culture.gouv.fr/fr>

Le catalogue d'une entreprise d'événementiel, de pratique sportive et de tourisme sportif

https://www.groupemab.com/_files/ugd/9911ff_673435d5cb6a485ca6761aa1493380b5.pdf

RÉSUMÉ

« Trail, culture et territoires : Le développement d'une activité de services transversaux entre trail et patrimoine culturel, un levier pertinent et innovant pour favoriser la mise en valeur des territoires ? »

Le trail-running est considéré comme une activité sportive de pleine nature. La pratique est en plein essor et les trails organisés n'ont cessé de se développer sur tout le territoire français.

Un tour d'horizon rapide de l'histoire et des différentes conceptions du trail-running selon les ancrages disciplinaires met en évidence plusieurs aspects importants de l'activité : son hybridité, sa dimension culturelle essentielle et son impact sur la valorisation des territoires.

Le trail-running a acquis ses caractéristiques principales par hybridation de la course à pied et de différentes activités de pleine nature. La pratique s'est alors structurée comme une forme de culture fondée sur une certaine éthique et sur des modes d'engagement très divers. Cette hybridité constitue l'une des raisons de son succès.

Les conceptions théoriques récentes de la course à pied, du tourisme sportif ou plus généralement des activités récréatives nous ont conduits à étudier la façon dont la connexion entre trail-running et ressources culturelles peut constituer un levier innovant pour favoriser l'attractivité d'un territoire.

Les relations entre trail-running et culture au sens large sont essentielles, elles sont de plus extrêmement fréquentes et variées.

Nous avons cherché à mesurer la façon dont ces connexions entre trail-running et culture sont investies, notamment sur les trails. La pratique observante et les entretiens qualitatifs menés auprès de plusieurs acteurs de l'écosystème trail ou du monde de la culture conduisent à penser que ces connexions font souvent la preuve de synergies innovantes mais qu'elles pourraient parfois être développées et mieux mises en adéquation avec les spécificités des territoires.

Le trail semble en effet pouvoir constituer une sorte de laboratoire des dynamiques de transition à penser par exemple dans le champ du tourisme durable. Le développement d'une activité de services transversaux entre trail-running et patrimoine culturel paraît pouvoir constituer un outil pertinent pour favoriser la mise en valeur des ressources des territoires.

Plusieurs activités de services sont ainsi envisagées. Une triple enquête quantitative, menée auprès de traileurs, d'organisateur de trail, d'acteurs du tourisme et de la culture, a été conçue pour en mesurer la pertinence. Les outils du marketing des services nous ont permis d'affiner les diagnostics et de proposer à l'expérimentation une offre touristique et une offre de conseil fondées sur des protocoles construits à la croisée de la théorie et de l'expérience.