



SPORT

## Athlétisme : un sport de base par excellence

À Aubagne, les amateurs d'athlétisme vont pouvoir assister ou participer en mai à trois compétitions (voir les pages suivantes). D'où l'idée d'évoquer la pratique de ce sport dont les mouvements fondamentaux sont marcher, courir, sauter et lancer.

*Publié le 11 mai 2019*



*Course de la montée de la Sainte Baume*

Aujourd'hui, l'athlétisme - sport-roi des Jeux Olympiques - qui, avec ses multiples disciplines, en font également un sport pour tous.

Même s'ils peuvent s'entraîner un peu partout dans la ville, le lieu central de pratique des runners, joggeurs et autres coureurs à pied aubagnais est la piste bleue du stade de Lattre de Tassigny, où les installations sont mises à la disposition des associations sportives et du public par la Ville.

Au premier rang de ces clubs on trouve l'Union Athlétique de la Vallée de l'Huveaune (UAVH). Il compte près de 500 licenciés des catégories « baby athlé » (-de 6 ans) jusqu'au masters (+ 40 ans). Toutes les disciplines de l'athlétisme y sont proposées sur piste et hors-stade: course sur route, dans la nature, cross-country, ainsi que des activités physiques pour les personnes qui veulent simplement se remettre en forme ou celles atteintes de maladies chroniques. L'UAVH est aussi l'organisateur de plusieurs épreuves de grande envergure en liaison avec la Fédération Française d'Athlétisme et de compétitions annuelles comme le meeting régional, la Montée de la Sainte-Baume (en partenariat avec l'Office Municipal du Sport aubagnais), le cross d'Aubagne...

Section de l'UAVH depuis 2014, le club les Joggeurs Aubagnais regroupe des coureurs habitués aux courses longues sur route ou en pleine nature. Ils se retrouvent autour des complexes sportifs et font des sorties dans les collines environnantes. Ils participent également à des épreuves comme L'effort à l'unisson, où l'esprit de compétition n'est pas celui qui prime. Mais le club aime bien les défis aussi. Certains athlètes ont bouclé le GR20, sentier de randonnée qui traverse la Corse, en un peu plus de 3 jours, soit 60 heures de course, en 2017. Plus récemment, une quarantaine d'adhérents ont parcouru le GR 2013 (environ 365 km) en une seule traite, de jour comme de nuit, en relais, par équipe d'au moins 2 coureurs...

### **Piste, route et pleine nature**

Les coureurs amateurs de parcours sur route ou de trails, débutants ou confirmés, sont aussi les bienvenus à Aubagne Marathon Club (AMC). Ce dernier propose des entraînements adaptés pour la préparation de ce type de courses dont fait partie le Trail de la Font de Mai, organisé par l'AMC.

Qui aime courir à pied... mais aussi à vélo ainsi que nager, quel que soit son niveau, peut également aller voir du côté d'Aubagne Triathlon. Le club dispose, en outre, de créneaux réservés aux enfants, pour lesquels il a mis en place le Duathlon d'Aubagne.

Les enfants de 3 ans à 12 ans peuvent aussi se diriger vers l'École Municipale des Sports qui leur propose, parmi un large choix d'activités physiques et sportives, une initiation à l'athlétisme. Enfin, à l'école maternelle et élémentaire, dans le temps scolaire et parfois même en dehors, l'Union sportive de l'enseignement du premier degré (USEP) organise des rencontres, telles que Marseille-Cassis des enfants ou les Olympiades, pour développer la pratique des activités athlétiques, rappelant ainsi que l'athlétisme est le sport de base par excellence.



Les différents clubs cités, ainsi que le service des sports ont tous leur siège à la Maison des sports, immeuble "Lou Galoubet", 13 bis avenue Joseph-Fallen, 04 42 18 19 82