

Montagne

Pourquoi les stations courent après le trail

Des sites dédiés, des sentiers aménagés toute l'année pour ce sport, des événements... le trail fait de plus en plus partie des stratégies touristiques des stations. Il s'agit à la fois de séduire un nouveau public et de faire vivre la montagne toute l'année.

« Le sommet est encore haut ? » En ce début d'août, Olivier découvre, bâtons en main, le col de Terre rouge. Dans quelques jours, il va participer à la première édition de la Skyrace. Organisé par l'Embrunais athletic club aux Orres (Hautes-Alpes), ce trail est vu avec grand intérêt par le maire. « Il y avait plus de 250 participants, on espère en avoir 350 l'année prochaine », sourit Pierre Vollaïre. Tout en mettant en lumière « une histoire de collectif » et « d'amitié entre sportifs », l'édi- le ressent bien la forte demande : « Ce type d'événement amène les familles et c'est complémentaire à toutes les activités déjà proposées en station. »

En Haute-Savoie, Praz-sur-Arly a déjà son trail en mode hivernal avec la Dragoneuse givrée. Après plus de 200 participants l'hiver dernier, 350 places sont ouvertes pour le 1^{er} février 2026. « On voit qu'il y a un vrai engouement,

même à cette période-là, alors qu'il peut faire très froid et qu'il faut être motivé pour partir à 7 heures du matin », souffle Jocelyn Clévy, directeur de l'office de tourisme. Cette offre répond à un besoin dans cette commune : « Nous faisons partie des stations où 50 % des touristes qui viennent ne skient pas. Il faut qu'ils puissent leur proposer d'autres activités. » Une version estivale du trail verra le jour l'été prochain. « Le premier objectif est qu'il soit réfléchi comme un événement familial. Nous allons créer des animations autour de la fameuse légende du dragon. Si papa ou maman vont courir, il s'agit d'occuper le reste de la famille », explique le responsable haut-savoyard.

« Allonger la saison d'accueil qui est traditionnellement centrée sur les sports d'hiver »

Certains territoires de montagne se sont déjà emparés du phénomène du trail depuis de nombreuses années, bien loin du très médiatique UTMB à Chamonix. En Isère, Oisans Tourisme « soutient les démarches de promotion » de ce sport depuis 2013. Quelque temps après celle de Saint-Pierre-de-Chartreuse, la toute première en France, une station trial a vu le jour à Villard-Reculas. Elle

est « née de la volonté et de l'association » d'Auris-en-Oisans, de Vaujany, des Deux Alpes et, bien sûr, de Villard-Reculas avec notamment une base d'accueil et des bornes numériques pour découvrir les parcours. Pour l'office de tourisme, le trail « s'inscrit dans une démarche de tourisme de développement durable, enjeu central pour l'Oisans ». Son développement sur ces terres au « cadre naturellement adapté à cette pratique sportive » permet aussi d'« allonger la saison d'accueil traditionnellement centrée sur les sports d'hiver ». Pas seulement l'été mais également durant le printemps et l'automne. « Ce qui permet d'augmenter la fréquentation des hébergements, restaurants et commerces locaux », indique Oisans Tourisme.

Le trail a été ajouté au large panel des activités « outdoor » proposées en station, à l'instar de l'indémodable randonnée pédestre ou du VTT. À Praz-sur-Arly, les premiers coups de pelle sont prévus en octobre pour aménager un « bike park » et une « zone de débutants ».

« Comme on le fait pour le ski, il s'agit de permettre aux gens d'apprendre le vélo », note le responsable de l'office de tourisme. Pour, ensuite, comme les trailers, profiter de « la montagne, un terrain de jeu incroyable ». ■

• Robin Charbonnier

« On a décrété qu'il y avait du surtourisme alors qu'il n'existe pas quand on regarde les chiffres »

Cet été, une photo a marqué les esprits. Autour du lac de La Muzelle dans le parc des Ecrins, on voyait de très nombreuses tentes plantées. Comme si un camping entier s'était déplacé dans ce lieu naturel de l'Isère, à plus de 2100 mètres d'altitude. La montagne serait-elle victime, à certaines périodes, de surtourisme ? Pour Jean Pinard, consultant en progrès touristiques, c'est non, en altitude et ailleurs en France. Il l'a expliqué lors d'une table ronde des Rencontres nationales de l'out-

door, le 23 septembre à Grenoble. « On décrète qu'il y a du surtourisme mais, lorsqu'on regarde les chiffres de fréquentation, le nombre de nuitées touristiques n'a augmenté que de 1,9 % entre 2019 et 2025. On fait parfois des corrélations sans aucune démonstration », regrette le spécialiste. Il y voit même « une surtolérance d'un certain nombre de bourgeois qui n'acceptent pas qu'on vienne sur le territoire dans lequel ils vivent tranquillement ». Jean Pinard veut d'abord se

réjouir que la jeune génération puisse profiter des activités sportives en pleine nature au lieu de rester à l'intérieur devant un écran : « Il faut alors qu'on soit hypervigilant et éviter d'avoir une approche moralisatrice sur une certaine pratique de ces jeunes en montagne. C'est facile de les engueuler parce qu'ils n'ont pas les codes. Mais on ferait mieux de les accompagner. » Dans le même sens, le consultant souhaite être prudent quant à « l'idée de condamner de grandes

manifestations sportives » alors que « les dernières Journées mondiales de la Jeunesse ont eu, à Lisbonne, un bilan carbone quinze fois plus important que celui des Jeux olympiques de Paris 2024 ». ■

« Terrain à vivre »

Lors de cette table ronde, Camille Riom, chargée de mission environnement à l'agence 1.5, a, elle, insisté sur l'impact d'activités humaines sur l'environnement : « Je pense qu'il faudrait arrêter de parler de la

nature comme un terrain de jeu mais, plutôt, comme un terrain à vivre ». Pour Julien Rebuffet, directeur du syndicat national des moniteurs cyclistes français (MCF), il s'agit plutôt de pouvoir « réintroduire le pratiquant sportif dans la nature », estimant qu'il y a de plus en plus d'intolérance et d'interdictions sur certaines pratiques, comme celle du VTT. Se pose alors la question de la cohabitation entre les différents usagers de la montagne. ■ R.C.



Le 23 août dernier, des participants à l'Échappée Belle, sur le parcours de l'Intégrale, au niveau du col de Morétan. Photo Le DL/Benoit Lagneux

Repères ► Le trail est envisagé pour les JO des Alpes 2030

À chaque édition de Jeux olympiques, les organisateurs ont la possibilité de compléter le programme avec des sports additionnels à condition que ceux-ci soient bien validés, au final, par le Comité international olympique (CIO). Pour les JO de 2030 dans les Alpes françaises, le président du comité d'organisation, Edgar Grospon, a cité le trail parmi les épreuves envisagées, tout comme le gravel ou encore le cyclocross. Ce qui constituerait une véritable révolution pour des Jeux d'hiver avec l'intégration de sports hors neige et glace. Même si les discussions ne font que débuter, de nombreux acteurs de ski et de la montagne se sont déjà élevés contre un tel projet, notamment en écrivant, en septembre, une lettre au patron du Cojop.

12,4 M

Il y a 12,4 millions de pratiquants en course à pied en France selon l'édition 2025 de l'observatoire du running, par l'Union des entreprises sports & Cycle. À titre de comparaison, le chiffre s'élevait à 6,6 millions en 2000. Le véritable boom de la course à pied a été observé en 2021 (Covid).

O. Bessy, sociologue : « Une accélération phénoménale »

Olivier Bessy, sociologue du sport et du tourisme, spécialisé dans le domaine de la course à pied, vient de sortir un nouvel ouvrage, *Courir sans limites, la révolution de l'ultra-trail, 1990-2025* (Outdoor Éditions). Il est lui-même ultra-trailleur.

L'engouement pour le trail est-il assez récent ?

« Il a été progressif avec les premières au début des années 90. Le trail a vraiment commencé à se développer au début des années 2000. Puis, il y a eu une accélération phénoménale durant la période post-Covid. »

Comment peut-on mesurer cet engouement ?

« En France, nous sommes aujourd'hui à 4500 événements

pour 7000 courses (en sachant qu'il peut y avoir plusieurs courses au sein d'un même événement, NDLR). Il y a une dizaine d'années, nous étions à moins de 200. En termes de nombre de pratiquants, nous sommes passés de 5000 au début des années 2000 à environ 1,5 million aujourd'hui. C'est énorme. »

Faut-il mettre l'ultra-trail à part ?
« On parle beaucoup de l'ultra dans les médias et c'est normal car c'est ce qui déclenche le plus de stimulis pour l'imagination de l'extrême. Mais ça ne représente que 5 % de l'offre et moins de 5 % de pratiquants par rapport au trail. En fait, il y a des modes d'engagement et de pratiques

ainsi qu'un rapport à la nature très hétérogènes. »

Comment les territoires se sont-ils emparés du trail ?

« Ces vingt dernières années, les aspects économiques et touristiques ont été de plus en plus pris en compte. Ils peuvent même prendre le pas sur d'autres aspects, sociaux et culturels. De tels événements donnent une belle image du territoire et créent des dynamiques. Le danger est de tomber dans le gigantisme et une nature qui serait uniquement un décor qu'on piétine. »

Outre les événements, comment cet essor s'est concrétisé ?

« De nombreuses stations trail ont été créées. On en dénombre désormais plus de

meille aussi à taille humaine. Le principal défi est de pouvoir équilibrer les différentes exigences, économique, environnementale, sociale et culturelle. »

Quel avenir pour le trail ?

« Nous sommes un scénario que je qualifie d'« hypermoderne », où on continue d'être dans une logique d'accélération avec une hausse du nombre de courses, de participants ou encore de partenaires. Mais ça ne pourra pas durer face au réchauffement climatique. Il faut alors essayer d'anticiper pour désaccélérer et aller vers plus de sobriété. Ne tombons pas dans le syndrome du Titanic en allant se fracturer sur l'iceberg. »

● Propos recueillis par R.C.