

SPARTIATES, PRÉPAREZ-VOUS

Le premier week-end d'octobre, la Spartan Race fait son retour dans l'Estérel. Une course d'obstacles qui pousse les participants à donner le meilleur d'eux-mêmes. Cette année, les organisateurs souhaitent conserver l'authenticité de la course tout en insistant sur la préservation de l'environnement.

— Adrien Roche | Photos: Spartan Race



La Spartan Race est un événement américain créé en 2010, et arrivé en France en 2013. Cette année, elle revient dans l'Estérel pour une deuxième édition. Le samedi 1^{er} et le dimanche 2 octobre, au départ de la plage du Débarquement de Saint-Raphaël, cette course d'obstacles animera le week-end des Raphaëlois. L'année dernière, elle avait rassemblé 2 500 participants. Cette année, ils seront plus de 4 000 à s'élancer au départ. Thomas Vaugelade, directeur des opérations pour Spartan France, explique le déroulé de la course : « Il y a plusieurs niveaux proposés. Sur chacun d'entre eux, les compétiteurs doivent courir et franchir des obstacles pour arriver au bout. Les plus simples sont obligatoires, et entraînent une disqualification instantanée si on ne les passe pas. » Heureusement pour les moins téméraires, « certains obstacles plus difficiles ne sont pas obligatoires, mais on obtient une pénalité si on ne les franchit pas comme il faut. » Pour chaque obstacle mal franchi, les coureurs doivent effectuer 30 burpees (une pompe flexante sautée). Des arbitres veillent au bon déroulement de la course et surveillent tout le parcours.

France espère « continuer à développer » cet événement, afin de le rendre « encore plus attirant ».

UN ÉVÉNEMENT POUR TOUS

Même si cette course semble difficile, Thomas Vaugelade tient à souligner qu'elle « correspond à tous les niveaux ». Plusieurs épreuves sont présentes tout au long du week-end : un 20 km le samedi, 10 km le dimanche matin et un 5 km le dimanche après-midi. L'une des manières de fidéliser les coureurs passe d'ailleurs par la réalisation de ces trois courses. « Nous avons une médaille particulière, qu'on appelle la Trifecta », explique Thomas Vaugelade. « Lorsqu'un coureur franchit la ligne d'arrivée, il reçoit deux médailles : l'une d'entre elles est ronde et assez classique, l'autre est triangulaire ». Cette médaille triangulaire est l'un des trois fragments du graal de la Spartan Race : en terminant les trois types d'épreuves au cours d'une année civile, on assemble les trois fragments pour obtenir une médaille Trifecta. L'objectif : créer « un concept très fédérateur, on veut donner envie aux gens qui ont fait un 5 km de tenter le 10, puis le 20 ».

Et le niveau sportif sera au rendez-vous, puisque l'équipe de France de Spartan sera présente. Le week-end raphaëlois marquera également la dernière course de la finale de la French Spartan Series, une compétition du championnat de France qui rassemble les meilleurs de la discipline. Pour Thomas Vaugelade, cet événement sportif est le meilleur moyen « de dépasser ses limites, de donner le meilleur de soi-même et de se surprendre à faire certaines choses qu'on ne se pensait pas capable de réaliser. C'est un mélange de plein de sports, tout notre corps est en action. Il y a un véritable goût de reviens-y ». Une volonté d'y retourner qui ne pourra qu'être favorisée par le cadre mémorable de la course, en plein cœur de l'Estérel. Sur le massif, les coureurs poseront les yeux sur des paysages qui sont habituellement très restreints, et profiteront de vues époustouflantes. Une manière de faire découvrir le territoire et de séduire les 30 à 40% de coureurs étrangers qui participent à la course. Le directeur des opérations de Spartan

Et lors de cette édition à Saint-Raphaël, une autre Trifecta sera disponible : en réalisant les trois courses du week-end, il sera possible d'obtenir une médaille totalement unique. Une performance que plus de 200 personnes vont réaliser les 1^{er} et 2 octobre. Les participants sont répartis en trois catégories : Elite, Age Group et Open. La première est réservée aux meilleurs, la seconde à « l'antichambre des Elite, répartie par catégorie d'âge » et la dernière à tous les participants. La principale différence : seuls les Open ont le droit de s'entraider pour franchir des obstacles, alors que les coureurs des autres catégories sont livrés à eux-mêmes.

NOUVELLE ÉDITION, NOUVEAU PROGRAMME

Cette édition, qui ne sera pas entravée par la moindre restriction sanitaire, propose de nouvelles activités, toujours dans l'optique de rendre la Spartan Race accessible à tous. « Nous avons un nouveau format, bien plus simple que la course en elle-même. Des coachs seront présents et proposeront deux courses différentes qu'on appelle Endurance, une de 4 heures et une de 12 heures, en parallèle de l'événement principal », explique Thomas Vaugelade. Contrairement à l'année dernière, les enfants de 4 à 15 ans pourront également participer : le samedi après-midi sera dédié aux plus petits, qui auront la possibilité de se frotter à des courses de 800 mètres, 1,6 km et 3,2 km. Ils sont déjà 200 à s'être inscrits. À partir de 16 ans, il est possible de participer aux 5 km, aux côtés des adultes.

UNE PARTIE DE LA COURSE AU CREPS

Cette année, parmi les nouveautés 2022 pour la Spartan Race Saint-Raphaël, certains futurs spartiates passeront par le Creps de Boulouris. L'établissement sportif accueille ainsi une partie du parcours. « Nous avons un partenariat avec le Creps en effet concernant l'utilisation d'une partie de leur terrain. Nous entretenons une collaboration positive depuis l'année dernière avec le directeur monsieur Despres. Nos obstacles étant standardisés, nous avons positionné des structures en fonction du terrain. Nous avons aussi pu adapter notre tracé et bénéficier cette année d'une plus grande superficie sur le site du Creps », souligne Thomas Vaugelade.



- CHAPE
- MOSAÏQUE
- GRAND FORMAT

alvcarrelage@gmail.com

06 36 55 11 39

04 83 12 50 22

en partenariat avec



POUR LA GLOIRE

LES ENJEUX ENVIRONNEMENTAUX AU CŒUR DE LA COURSE

« On essaye d'être le plus vert possible », appuie Thomas Vaugelade. « Nous avons beaucoup d'obstacles, mais nous faisons très attention à la végétation. Nous sommes en partenariat avec l'Office National des Forêts et le conservatoire du littoral, c'est une priorité pour nous », continue-t-il. « On a dû éviter de construire certains types d'obstacles, on a eu des adaptations à faire sur les terrains du conservatoire du littoral. » Un engagement qui freine toutefois la mise en place de l'événement. « C'est sûr que pour nous, c'est très complexe, mais on s'adapte au terrain, qu'il est essentiel de respecter, tout en restant fidèle au cahier des charges de la Spartan ». Pour ce faire, plus de 70 bénévoles aideront à la construction du parcours, qui commencera le lundi 26 septembre. Son démantèlement sera effectué au milieu de la semaine suivante, et « laissera le paysage exactement comme on l'avait trouvé ». Parmi les obstacles absents de cette édition, le firejump, dernier obstacle iconique de la course, afin de limiter les risques d'incendie, comme c'était le cas l'année dernière.

« On impose aux participants d'avoir leurs propres gobelets, récipients et camelbaks pour éviter de polluer. Nous-mêmes, on ne prend pas de bouteilles en plastique et on utilise des stations d'eau. On repartira sans laisser de traces », assure le directeur des opérations. Les participants partent d'ailleurs « par vagues de 150 personnes », pour éviter que trop de monde soit au même endroit au même moment. Pour empêcher toute dégradation du territoire, personne ne peut se déplacer sur le parcours en dehors des compétiteurs et des membres du staff. Pour Thomas Vaugelade, c'est aussi un « challenge » d'organiser des courses dans des endroits restrictifs. « À la différence d'un simple marathon, nous, on a un vrai travail de construction, ça fait partie de l'événement aussi », conclut-il.



LES OBSTACLES MYTHIQUES

Inspirés des spartiates et du film 300, les obstacles de la Spartan Race sont reconnus pour leur difficulté. Certains sont devenus mythiques et catégorisés comme « Spartan Classics ». En voici trois d'entre eux.

- 1 **LE SPEAR THROW** : imitez Leonidas et lancez un javelot en plein cœur d'une cible située à quelques mètres.
- 2 **LE BARBED WIRE CRAWL** : imitez les commandos et allongez-vous pour passer sous des fils de barbelés qui ne vous laisseront aucun répit si vous vous relevez. Mais dépêchez-vous, car vos concurrents ne se laisseront pas dépasser.
- 3 **LE ROPE CLIMB** : transformez-vous en Spider-Man pendant quelques secondes, saisissez une corde et grimpez le plus vite possible jusqu'au sommet pour franchir cet obstacle.



INFOS PRATIQUES

Tous les départs s'effectuent sur le parking de la plage du Débarquement.

- **SPRINT** (5 kilomètres, 20 obstacles) : dimanche 2 octobre à 13h
- **SUPER** (10 kilomètres, 25 obstacles) : dimanche 2 octobre dès 9h
- **BEAST** (20 kilomètres, 30 obstacles) : samedi 1^{er} octobre dès 9h
- **HURRICANE HEAT** (endurance, 4h) : dimanche 2 octobre à 10h
- **HURRICANE HEAT** (endurance, 12h) : samedi 1^{er} octobre à 20h

Le parking du débarquement sera aménagé pour passer une journée en famille ou entre amis : restauration, merchandising, podiums avec DJ... Près d'une quinzaine d'obstacles est visible depuis le point de départ.

1^{ère}
RADIO
VAROISE



67 000
auditeurs / jour

MÉDIAMÉTRIE MÉDIA LOCALE
AC VAR - SEPT 2019 / JUIN 2020
ENSEMBLE 13 ANS ET PLUS
L AU V 5H00 - 24H00.

www.nrj-saint-tropez.com



SAINT-TROPEZ 95.6

DRAGUIGNAN 95.2

SAINT-RAPHAEL 95.1