

ANIMATIONS Samedi 8 juillet

Les Fitdays passent à Villefort

Rendre accessible le triathlon à un maximum de personnes, c'est le défi des Fitdays, une opération qui allie sport, santé et solidarité et qui passera en Lozère le samedi 8 juillet où il invitera les participants à plonger dans le lac de Villefort.

C'est un peu le tour de France du Triathlon qui passera en Lozère cet été. Les Fitdays ont été créés (cf. historique ci-contre) pour démocratiser le triathlon, un sport qui associe trois disciplines (natation, vtt et course à pied) et qui pour Carole Vialat, directrice générale des Fitdays: « s'avère être une réponse moderne pour ramener les enfants vers le sport et puis cette épreuve permet de rassembler les champions de la discipline, les initiés, mais aussi les débutants et les enfants ».

POUR LES PETITS...

L'événement compte en effet des moments réservés aux enfants et à leurs parents avec plusieurs étapes et dont le coup d'envoi a été donné le 12 mai dernier au Puy-en-Velay. Durant ces journées les enfants peuvent participer à une épreuve non chronométrée où ils doivent parcourir 20 m de natation, 1 kilomètre de VTT et 250 m de course à pied: « Pour participer il faut que l'enfant sache nager bien sûr mais sinon il suffit de venir avec un maillot, une serviette et des baskets puisque nous fournissons si c'est nécessaire une combinaison néoprène ainsi que les VTT ». Pour ceux qui ne souhaitent pas nager, des animations duathlon sont prévues. Chaque journée (au nombre de 40 en tout) se clôture par un relais enfant-parent: « qui permet de promouvoir l'activité physique en famille. L'enfant nage pendant 20 m, l'un de ses parents



Les organisateurs et les partenaires Lozériens de l'événement

court sur un kilomètre et ils passent la ligne d'arrivée ensemble. Les meilleurs temps participent à des finales régionales et les six meilleures équipes seront retenues pour une super-finale à Montpellier ».

Lorsque les Fitdays passent dans une ville, c'est toute une organisation qui se met en place avec un village pour les enfants qui comprend divers ateliers animés par les partenaires de cet événement: « On a par exemple un atelier autour de l'alimentation, de la sécurité, des gestes qui sauvent, de la prévention des risques solaires ou encore une sensibilisation à la convention des droits de l'enfant ».

... ET POUR LES GRANDS

La partie réservée aux adultes qui regroupe élites et amateurs débutera quant à elle le 8 juillet au château de Castanet avec la possibilité de participer

à cinq étapes (Villefort, Alès, Canet-en-Roussillon, Frontignan et Montpellier) ou de n'en faire qu'une.

Trois triathlons seront proposés et ouvert à tous. Le triathlon S (750 m de natation, 21 km de vélo et 5 km de course) est l'étape numéro 1 du Fitdays 2017. Le départ se fera à 17h et l'épreuve sera filmée puisqu'un reportage de 26 minutes sera proposé sur BelN Sports. Il y aura aussi le M (1,5 km de natation, 40 km de vélo et 10 km de course) qui débutera à 12h30 et se terminera vers 16h heure à laquelle débutera le XS (375 m de natation, 10 km de vélo et 2,5 km de course) qui se terminera à 16h45.

Pour l'équipe organisatrice de cet événement, « le site du château de Castanet était intéressant pour notre projet, on y travaille depuis 2 ans. Ce sera l'occasion de faire découvrir la Garde-Guérin et Prévencières. Ce sera une journée fes-

PETITE HISTOIRE

Depuis plus de 20 ans...

En 1994, Carole Vialat crée le Fit, le tour à étapes du triathlon Elite international. Face à l'envie de démocratiser le triathlon, Carole décide de le rendre accessible aux enfants et de créer le Kids FitDays en adaptant les distances pour les enfants: 20 mètres de natation, 1km de VTT et 250 mètres de course à pied.

Forte de ses premiers succès dans les villes, l'équipe du FitDays, décide de donner plus de retentissement à l'événement et ainsi permettre à des milliers d'enfants de s'initier gratuitement au triathlon.

En 2010, l'événement associé à un grand partenaire passe de 30 à 100 étapes. L'année suivante il se sépare de son partenaire majeur et renoue avec ses valeurs d'origine en s'associant avec l'Unicef et en dédiant ses différents ateliers à la défense des droits des enfants.

Le Kids FitDays for Unicef, village sportif par excellence, prend alors une dimension éducative et solidaire chère à l'organisation.

En 2012, il continue de faire connaître les Droits des enfants mais n'utilise plus le nom de l'Unicef. Cela n'enlève rien à son succès et en 2013, il continue de grandir avec 35 étapes en partenariat avec plusieurs partenaires et une finale populaire à Valence, qui réunit enfants et triathlètes élites.

En 2013, la MGEN s'engage aux côtés de l'équipe du FitDays et devient partenaire-titre l'année suivante.

En 2015, le FitDays MGEN se lance le défi de rassembler minimum 500 enfants sur chacune de ses 33 étapes et l'aventure se poursuit.

De plus en plus de licenciés

Carole Vialat a expliqué que depuis que le triathlon est une discipline olympique (JO de Sydney en 2000) l'activité a explosé passant de 30 à 60 000 licenciés et elle a également ajouté: « Depuis que nous organisons les Kids Fitdays et que l'on fait découvrir cette discipline aux enfants, nous avons constaté qu'il y a après notre passage des centaines de nouvelles licences dans les clubs locaux ».

tive avec la présence de producteurs locaux. C'est aussi un moment unique pour les sportifs avec des équipes de différents pays qui seront présentes. Les meilleurs athlètes du monde qui étaient aux J.O côtoieront ce jour-là les amateurs. Et puis c'est un moment festif où il est aussi proposé un challenge pour les entreprises qui peuvent faire des équipes de trois et où chacun participe à une étape ».

Une épreuve accueillie à bras ouvert

par le Conseil Départemental: « Nous avons apporté une aide financière modeste mais les objectifs que vous poursuivez sont importants et correspondent à notre politique jeunesse puisque par exemple nous continuons à aider l'apprentissage de la natation. Et puis c'est une occasion de faire découvrir le département et nous espérons aligner une équipe pour cette étape au Mont Lozère ».

Céline Rambeau