

Remise en forme à Pré-Leroy

La Ville a entièrement remis à neuf cet été le "parcours santé" de Pré-Leroy. Près de 4 kilomètres à notre entière disposition au cœur de la ville. Vivre à Niort l'a essayé pour vous...

Ah... Les glaces italiennes, les petites soirées barbecue entre amis en regardant le soleil se coucher... C'était les vacances ! Malheureusement ces petits plaisirs ont tendance à laisser quelques centimètres au niveau de la ceinture qu'il faut vite éliminer si on veut envisager sereinement les fêtes de Noël. En plein centre-ville, grâce au parcours santé de Pré-Leroy, on peut se refaire une silhouette – et des artères ! – au grand air. Alors pourquoi ne pas l'essayer ? D'autant que ce circuit de 3,7 km, créé par la mairie en 1991, a été cet été totalement repensé et rénové. Nous pouvons donc tous en profiter gratuitement...

Détour par la Birmanie

Au départ, parking de Bessac, juste avant l'aire d'accueil des camping-cars, un "plan de masse" propose une vue globale du circuit. Forcément, le mot "masse" me pique au vif ! A peine quelques mètres plus loin... me voilà en Birmanie. En effet, avant d'entamer les choses sérieuses derrière les gradins de la piscine du Pré-Leroy (une série de foulées en ramenant les genoux à hauteur de poitrine), on traverse une mini forêt de bambous. Régulièrement, des petits poteaux indicateurs donnent la direction à suivre ainsi que la distance restant à couvrir. Et des panneaux me conseillent des mouvements de gym pour parfaire l'exercice. Je contourne la piscine, franchis la passerelle reliant le Pré-Leroy au jardin des Plantes, et dédaigne lâchement l'atelier situé en

face de l'ancienne usine des eaux pour m'engager rue du Pissot. En lisière du boulevard de l'Europe, sur la gauche : de nouveaux ateliers. Conçus dans un bois traité imputrescible, ils ont été livrés et installés par une entreprise nantaise spécialisée dans les aires de jeu et les parcours urbains. Chaque nouvelle "épreuve" se fait à son



Bruno Derbord

propre rythme : soit "famille", soit "sportif". Je choisis l'épreuve qui consiste à se déplacer en sautant d'un plot à l'autre. Fastoche !

Après le pont de l'ancienne guinguette Fleuriau, on découvre une voûte de verdure où le chant des oiseaux le dispute au clapotis de l'eau. Mais l'heure n'est pas à la poésie : un portique me tend ses arceaux de métal. Quelques secondes à relever les jambes, et c'est reparti : direction le bas de la rue du Vivier. Le parcours s'y poursuit sur la gauche, par un chemin surplombant le boulevard de l'Europe. Dans un îlot végétal, deux bancs de musculation abdominale m'attendent. Le principe est simple : on se couche sur le dos avant de saisir

la barre de fer avec les mains. Il faut ensuite plusieurs fois relever les jambes. Je sens la crème glacée s'échapper de tous mes pores !

"C'est une maison bleue..."

Déjà le stade Espinassou se profile. A droite, surplombant le chemin qui y mène, une maison aux volets bleus, accrochée à la colline, aura raison de la vacuité de mes pensées : le reste du parcours se fera en compagnie de Maxime Leforestier... Après avoir longé le terrain derrière les tribunes principales, me voilà dans une venelle large de 2 mètres qui serpente au pied du château d'eau. Juste avant de couper à nouveau la rue du Vivier par le haut, un pin exhale des senteurs maritimes... Ah... les vacances...

Ce n'est pas le moment de flâner... mieux vaut se concentrer sur la descente qui mène... à une sacrée montée ! Il reste 980 mètres. Sur l'esplanade du haut du jardin, je teste l'échelle où l'on chemine à la force des bras. Au sol, les copeaux de bois de la surface de réception (régulièrement vérifiés par le service municipal des Espaces verts) permettent d'amortir toute défaillance. A partir du point 650, c'est la longue descente dans les allées du jardin des Plantes. Elle me permettra, en reprenant mon souffle, de boucler ma boucle et de revenir à mon point de départ. ■

Jacques Brinaire

Parcours santé : départ parking de Bessac, à côté de l'aire de camping-cars.



Bruno Derbord



Bruno Derbord



Bruno Derbord



Bruno Derbord