

ISÈRE

Dès
2/3
ans

Pump track : roulez jeunesse !



Le pump track de Montbonnot : plébiscité par les draisienneuses en ce mercredi matin de mai.

Mais qu'est-ce qu'un pump track ? Ce mot réunit deux mots anglais, « Pump » et « Track ». « Track » signifie parcours et « Pump » désigne un mouvement de pompage qu'on effectue avec les jambes et les bras. Un pump track est un circuit fermé dont on utilise les reliefs (creux, bosses, virages) pour « pomper ». Les descentes génèrent de la vitesse afin d'avancer sans pédaler ou pousser.

Le pump track s'emploie généralement à vélo ou en draisienne et aussi en skateboard, en rollers ou même en trottinette. Le sol peut être en terre, en enrobé ou en résine. Les plus férus ont comme objectif de parcourir le plus rapidement possible le circuit.

Les tailles des parcours diffèrent, leur revêtement aussi tandis que certains, sont saisonniers, c'est-à-dire installés temporairement. Certains pump tracks déclinent différents niveaux de pratique avec des « pistes » bleue, verte ou rouge. C'est une activité accessible à tous, dès l'âge de 4 ou 5 ans. La

pratique est libre ; ce qui la rend vraiment possible à tous.

Coudières, genouillères, casques et gants de protection sont recommandés pour pratiquer le pump track en toute sécurité. Le sens de roulage de chaque site est aussi à respecter. Chaque site a son règlement qui est affiché sur place. Petit tour des installations que nous avons dénichées, avec celles que nous avons vues et celles dont nous avons juste repéré l'existence. La rédaction attend vos photos et vos remarques sur ces derniers sites.

Les sites visités :

🚲 Le pump track de Montbonnot

Le pump track de Montbonnot est plébiscité par les draisienneuses en ce mercredi. Il est très agréable pour les petits. Il décline un parcours de couleur verte pour débutants et un parcours bleu/rouge/noir pour plus expérimentés. Il est situé dans le parc des loisirs au 95 rue Vaucanson. L'enrobé est en béton. Conçu en 2018, ce pump track est à côté du parking du vaste ensemble de loisirs de Montbonnot (15 000 m²) qui comprend des courts de tennis, un skate park, des jeux d'enfants, un terrain de basket et un city-parc.

Le site est fermé la nuit. Pensez à vérifier les horaires d'ouverture du parc des loisirs avant de vous déplacer.

🚲 Le pump track de La Buisse

Le pump track de La Buisse date de 2012. C'est peut-être le plus ancien des pump tracks du département, mais il est très bien entretenu. Il s'étend sur une superficie de 2 500 m² situé rue de la Marelle à La Buisse, à côté des installations sportives et des tennis. Il est visible depuis la route départementale 121. Il est en deux parties jux-

RECONNAISSANCE SPORTIVE

Une discipline à part entière

Arrivées en France il y a seulement une dizaine d'années, les pistes de pump track sont de plus en plus nombreuses. Le pump track est encore une jeune discipline puisqu'elle a été créée en 2002 par des pilotes de VTT de descente australiens. La première piste américaine a vu le jour en 2004. Aujourd'hui, le pump track est devenu une discipline à part entière. Des compétitions sont organisées. En général, elles se courent en un contre un. Rendez-vous sur le site de la fédération française de cyclisme.

<https://www.ffc.fr/discipline/vtt/presentation/pump-track/>