

INTÉGRATHLON · 2023, ça marche toujours pour l'ARS !

Le 9 avril, l'Association des randonneurs sevranaïens encadrera la rando-balade organisée dans le cadre de l'Intégrathlon. Fondée en 1984, l'ARS n'en finit pas de grandir dans le sillage de l'engouement pour la marche nordique.

Dimanche 9 avril 2023 aura lieu la traditionnelle rando-balade de l'Intégrathlon, le long du canal de l'Ourcq. Organisé par l'Association des randonneurs sevranaïens sentiers (ARS), cet évènement propose un parcours accessible aux personnes à mobilité réduite. À chaque édition de la rando-balade, une quinzaine d'adhérents de l'ARS se mobilisent avec plaisir pour garantir la sécurité des participants. « On marche en direction de Mitry-Claye, explique Michel Marot, le président des randonneurs. Une fois à la Poudrière, les plus « vaillants » continuent dans le parc tandis que les autres font demi-tour pour revenir au point de départ. En même temps, le club de canoë nous accompagne en bateau, sur l'eau. »

Une initiative amicale

Créée en 1984 par un groupe d'amis qui voulaient marcher le dimanche, l'association de marcheurs est aujourd'hui la plus ancienne de Seine-Saint-Denis. Le week-end, l'ARS organise sur une demi-journée ou à la journée des sorties dans les « belles forêts » des environs, comme à Chantilly, Senlis, ou Ermenonville. « Près de 80 % de nos 120 membres sont des Sevranaïens, en majorité des retraités, détaille Michel Marot. Depuis cinq ans, l'ARS développe aussi la marche nordique avec bâtons, un peu plus sportive. On a une trentaine de nouveaux adhérents, plus jeunes, arrivés par intérêt pour cette discipline. »



Marcher contre la maladie

D'autant que depuis la fin de la crise sanitaire, l'ARS constate une envie de davantage bouger parmi ses adhérents. « C'est super de pouvoir partager, se faire des amis, discuter », se réjouit Michel Bourdiguel, membre de l'association. Depuis 2019, le trésorier de l'ARS anime aussi des randonnées. « Cela me fait du bien. Je me sentirais peut-être isolé si je n'avais pas cette association », dit-il.

Enfin à côté de ce rôle social, l'ARS est désormais agréée pour prendre en

charge des personnes qui se remettent d'opérations ou qui souffrent de soucis cardiaques ou pulmonaires.

Une excellente raison de se remettre aussi dans le sens de la marche... ■

L'Intégrathlon, le sport en partage

Grande fête sportive et culturelle sur le territoire de l'agglomération Paris Terres d'Envol, l'Intégrathlon rassemble personnes valides et en situation de handicap, sportifs ou non, sur les mêmes terrains partagés. Deux grands rendez-vous sont à noter : samedi 8 avril de 14h à 17h, au stade du Moulin Neuf à Aulnay pour des initiations gratuites à des activités sportives et para-sportives. Enfin, la semaine de l'Intégrathlon se clôturera donc par la rando-balade à Sevrans. Avec deux parcours (3 km et 5 km) accessibles aux personnes à mobilité réduite, au départ du gymnase Victor-Hugo, à 10h. Enfants, parents, grands-parents, toutes les générations sont les bienvenues !

Programme complet : integraphlon.com

Parole d'élus



Gérald Prunier

conseiller municipal en charge de la transition écologique et de la mobilité urbaine.

La rando-balade de l'Intégrathlon est une belle initiative des communes de Paris Terres d'Envol, appuyée par l'expertise de

l'Association des randonneurs sevranaïens (ARS). Laquelle participe aussi chaque mois à une randonnée avec un public handicapé et œuvre ainsi pour plus d'inclusion dans le sport. Enfin, cette randonnée du 9 avril donnera un aperçu d'un des 4 parcours des balades urbaines qui permettront de découvrir Sevrans de manière historique, culturelle ou sportive. Des itinéraires bientôt en ligne sur le site web de notre ville.