

HOME CONTACT

# Men's Health

MIEUX VIVRE AU MASCULIN

SANTÉ

NUTRITION

SEXE

DIÉTÉTIQUE

FITNESS

LIFE STYLE

REPORTAGES - DOSSIER



## Le Lyon Urban Trail, une antithèse qui séduit la masse.

La ville de Lyon est devenue le terrain de des sportifs. Le 7 juin dernier, elle organisait la seconde édition du Lyon Urban Trail

([www.lyonurbantrail.fr](http://www.lyonurbantrail.fr)) : 2000 coureurs réunis sur différents parcours urbains à travers les quartiers de la

ville. Etonnant diront certains. Car un trail doit-il se courir obligatoirement en pleine nature ? Pas selon Michel Sorine, organisateur de la course. « Le trail, pour nous, c'est avant tout une philosophie. Bien loin des préoccupations du coureur de marathon, tyrannisé par son chronomètre, le traileur court à la sensation. Il s'adapte au terrain, au dénivelé, et prend le temps de regarder le paysage. C'est exactement l'esprit que nous avons souhaité véhiculer via le Lyon Urban Trail. Les participants sont invités à lever le nez du bitume et en prendre plein les yeux. C'est vrai que l'on n'est pas en pleine nature, mais la contemplation de cette superbe ville classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, est notre principal cadeau aux traileurs. Et puis, ce format nous a permis de simplifier l'organisation, et de ne pas bloquer la ville entière. Avec le trail, les coureurs respectent le code de la route. Ils doivent accepter de se faire arrêter par un signaleur. Au total, 150 signaleurs bénévoles (mis à disposition par le club Lyon Athlétisme) oeuvraient sur les différents parcours.

Comme un tour de manège dans la ville lumière L'idée saugrenue de trail urbain est venue à Michel Sorine, alors qu'il recherchait des spots pour élaborer les parcours du Lyon Free VTT, « Il est fréquent que l'on en trouve endroits des fantastiques, inadaptés aux VTT. Cela fait donc trois ans que l'idée nous trottait d'organiser un évènement course à pied qui puisse faire découvrir tous ces sites. » D'autant que la ville de Lyon est particulièrement adaptée à ce type d'évènements. Encadrés par deux grandes collines et traversée par deux fleuves, Lyon réunie tous les ingrédients nécessaires à un parcours de trail urbain. Pour les participants, courir le Lyon Urban Trail, fut une conquête du patrimoine historique de l'une des plus belles villes d'Europe : des berges côté Saône et Rhône, aux traboules de la Renaissance, via l'amphithéâtre gallo-romain de Fourvière, le Parc de la Tête d'Or et la

TOUTES LES RUBRIQUES  
- REPORTAGES -

Complément d'info

Dossier

Evasion

People

DERNIÈRES PUBLICATIONS

COUPLE

### Facebook est une menace pour les couples

C'est un comble. Riche de ses 250 millions d'utilisateurs (...)

SANTÉ

### Protégez votre coeur des attaques

Des chercheurs italiens ont démontré qu'avoir en moyenne (...)

LIFE-STYLE

### Matra : Le vélo électrique révolutionnaire

Loisir, fitness, urbain, trekking, VTT, cyclotourisme, (...)

RECETTES

### Choisissez un petit-déjeuner musclé

Si en semaine on a rarement le temps de prendre un bon (...)

SEXE

### Sexe : Du froid pour des nuits chaudes !

Men's Health vous présente une série de petits conseils (...)



Men's Health à l'internationale: Australia | Brazil | China | Croatia | EUA | Germany | Greece  
Netherland | Philippines | Poland | Portugal | Romania | Russia | Serbia | Slovenia | South Africa

