



Pour être en bonne santé, l'Organisation mondiale de la santé préconise de faire plus de **10 000 pas par jour.**



En France, les activités les plus pratiquées sont, dans l'ordre, la marche, la natation, le vélo, suivis par le footing-jogging, et la pétanque. Dans ce classement, le premier sport organisé est le football et le deuxième, le tennis.

Un plan d'actions en quatre phases

Création d'un terrain athlétique derrière le collège du Haut-Gesvres



PLATEAU ATHLETIQUE
PISTE DE 250 ML
DOUBLE SAUTOIR
TERRAIN CENTRAL 60 X 42 M
1 TERRAIN DE HANDBALL
2 TERRAINS DE BASKET
(variante possible de l'aménagement du terrain central)

Création d'une halle de sports de raquettes



2 COURTS DE TENNIS HOMOLOGUÉS DE 36 X 18 MÈTRES (USAGES MULTISPORTS)

Jusqu'à 1150 heures de créneaux supplémentaires pour les scolaires

Reconversion du terrain stabilisé en terrain de grands jeux



TERRAIN DE GRANDS JEUX RUGBY HOMOLOGUÉ SOUS DÉROGATION (rugby, ultimate, baseball, endurance)

TÉMOIGNAGES

Une remise à plat nécessaire

« Tout va être remis à plat pour la prochaine saison et il y a aura sans doute une redistribution des créneaux, avec une souplesse accrue, tout au moins c'est ce qu'on espère pour notre club de badminton. C'est difficile pour l'instant de se projeter. »

Mickaël Jalals, président du Treillières badminton club

Bénéfique pour les résultats

« La création d'une halle dédiée aux sports de raquette est vraiment une information positive. Nous utilisons la salle Olympie et nous ne disposons pas d'assez de créneaux pour que chaque équipe puisse s'entraîner convenablement. C'est le cas de notre équipe U20 hommes, qui joue à un niveau régional. Pour cette même raison, il y a quelques années, nous avons même dû stopper notre équipe loisirs. Mais ce projet ambitieux aura des répercussions sur la qualité des résultats. »

Rémi Carrière, président Treillières handball club.



Jouer sur la polyvalence des espaces

« Faire évoluer les équipements est toujours une bonne chose. L'offre proposée va sans aucun doute gonfler



nos possibilités de pratiques sportives, notamment en extérieur. Je vois également un intérêt purement économique, dans la mesure où nos élèves ne seront pas obligés de prendre un car pour se rendre

sur un terrain de sport, sauf pour aller à la piscine bien entendu. Toutefois, proposer des espaces sportifs non spécialisés, partagés entre l'éducatif, sur le temps scolaire, et le loisir ouvert à tous, nécessite de poser des règles de gestion et d'utilisation très rigoureuses. »

Jean-Yves Noël, principal du collège du Haut-Gesvres.

Le moins de perturbations possibles

« Avec les projets présentés, notre boudrome est amené à être déplacé sur la plaine de jeux de la Rincès. Pourquoi pas, mais notre objectif, c'est de pouvoir poursuivre nos entraînements sans rupture. Si la fin du mois d'octobre met un terme à cette saison, nous sommes déjà dans la préparation de la