

# Le jogging, c'est aussi une affaire de marketing

Si la course sur route est de plus en plus populaire, ce n'est pas uniquement parce qu'elle est bonne pour la santé...

C

Ce dimanche matin, ils seront 37.000 à se presser au parc du Cinquantenaire pour prendre part à la 34<sup>e</sup> édition des 20 Kilomètres de Bruxelles. Et l'an prochain, pour la 35<sup>e</sup>, les organisateurs comptent bien atteindre le cap des 40.000, soit le double du nombre de coureurs présents il y a moins de 15 ans. Pour expliquer cet engouement, il y a bien sûr, la prise de conscience générale

des bienfaits de l'exercice pour la santé. Mais il y a aussi (surtout ?) l'imagination et le génie du marketing des équipementiers, qui ont compris comment rendre cette activité physique de plus en plus « tendance » au fil des ans.

Si elles parrainent de nombreuses grandes courses de par le monde, si elles ont créé des « communautés » de joggeurs, si elles ont mis sur pied des programmes d'entraînement, les marques, qui font rarement dans la philanthropie, ont aussi développé à l'envi leur matériel pour répondre aux besoins des coureurs. Ou pour créer ces besoins.

« Chaque partie d'équipement est aujourd'hui déclinée de multiples façons, explique Catherine Lallemand, triple gagnante des

20 Km de Bruxelles, qui a ouvert une boutique spécialisée, Trakks, à Uccle, il y a 14 mois. Les modèles, les matières et les couleurs changent sans arrêt. On soigne le côté pratique (coupe-vent, anti-transpiration, gainants) et esthétique. Cette année, tous nos textiles sont de plus en plus flashy. Et en matière de chaussures, nous avons 90 modèles différents... »

Les accessoires ont, eux aussi, de plus en plus la cote. Du lecteur MP3 adapté au GPS, en passant par les gels et barres énergétiques ou les lacets auto-serrants, tout est fait pour rendre la course plus agréable. Heureusement, au bout du compte, l'effort, lui, n'a pas encore été marchandisé. ■

PHILIPPE VANDE WEYER

## Bruwier : « C'est devenu un sport collectif »

ENTRETIEN

Ancien athlète de haut niveau – il a participé aux Jeux d'Atlanta sur 400 h haies –, Jean-Paul Bruwier est aujourd'hui directeur de la revue de jogging *Zatopek* et organisateur de l'Urban Tour, trois courses (Liège, Woluwe et Charleroi) disputées en ville. Il a également créé le programme « Je cours pour ma forme », en collaboration avec les communes, qui propose un encadrement aux novices. Il analyse pour nous le succès toujours croissant des 20 km de Bruxelles, avec, cette année, plus de 37.000 inscrits.

Peut-on parler de boum du jogging ou succès pour l'événement ?

Les deux. Les 20 km, c'est l'événement numéro 1 en Belgique. Mais la participation aux courses augmente de manière générale, même si le sud du pays a 5 ans de retard sur le nord pour la vague du sport santé. Elle arrive chez nous. On le voit à travers

taires. La course à pied est devenue un sport collectif. Les gens se retrouvent dans des clubs ou même en dehors de toute structure pour chercher la convivialité. Il y a une logique : des études ont montré qu'on multiplie les effets positifs sur le psychisme quand on pratique une activité en groupe. Il y a aussi de plus en plus de femmes qui courent. Dans les courses de petites distances, les deux tiers des participants sont des femmes. On court aussi beaucoup en entreprise ou via une association. Ce sont 70 % des inscriptions dans les courses.

Le jogging a longtemps été un sport de « vieux ». Est-ce toujours le cas ?

Non. Curieusement, on s'aperçoit que beaucoup de jeunes courent des joggings. Il y a de plus en plus de participants dans les catégories 20-30 ans. C'est récent et on ne s'explique pas encore pourquoi.



« Il y a de plus en plus de participants dans les catégories 20-30 ans. C'est récent et on ne s'explique pas pourquoi »

« Je cours pour ma forme ». On a dépassé les 10.000 participants, contre un millier quand on a lancé le projet il y a 5 ans. Le principe est d'apprendre à courir en 12 semaines à des personnes qui n'ont jamais couru ou qui reprennent une activité après une longue interruption. Il y a 117 communes engagées sur 282 communes wallonnes et 19 communes bruxelloises.

Pourquoi cet engouement ?

Un : le jogging est très démocratique. Deux : c'est une activité de proximité simple dans l'organisation. Trois : cela a des effets immédiats sur la santé. Le rapport au monde médical a aussi changé. Beaucoup se sont mis au sport sur conseil du médecin parce qu'ils rendent compte que c'est un excellent moyen de prévention contre certaines maladies. Pas mal de médecins en prescrivent la pratique.

Le profil du joggeur a-t-il évolué ?

La première vague de la course à pied, c'était dans les années 80 : des gens plutôt sportifs, souvent venus d'un autre sport et plutôt individualistes. Ils sont aujourd'hui minori-

Y a-t-il un retour vers les courses en villes ?

Notre circuit Urban Tour est en tout cas très bien accueilli pas les politiques. Il y a dix ou quinze ans, les communes nous proposaient un parcours qui gêne le moins la circulation automobile. Comme le long du canal. Aujourd'hui, les bourgmestres sont favorables au principe que nos courses traversent les plus beaux endroits de leur commune. C'est devenu un outil promotionnel.

D'où le succès des voyages organisés autour des marathons ? La course est-elle devenue un prétexte pour découvrir une ville ?

Oui. Il y a les coureurs qui ont besoin de repères, pour se comparer d'année en année, et les autres qui aiment découvrir des villes, si possible en groupe. On part courir à Berlin, à Londres, dans les vignobles (NDLR : le marathon du Médoc comptabilisait quelque 8.000 inscriptions l'an dernier)... C'est « in » pour une ville, surtout une capitale, d'avoir son marathon. ■

Propos recueillis par FABRICE VOOGT

CASQUE MP3

### De la mer à la route

Plus besoin d'oreillettes (qui tombent parfois du pavillon sous les chocs...) reliées par un fil à un lecteur MP3. Il existe désormais un kit ultraléger (22 grammes), où tout est intégré, casque et disque dur de 4 gigas (1.000 chansons). Autre avantage de ce modèle, il devient étanche quand on change les embouts. Idéal pour les triathlètes qui passent de la mer à la route !

Une tenue « flashy » mais pratique, avec un maillot sans couture hyper fin qui évite toute irritation.

© ALAIN DEWEZ

MONTRE GPS

### Rien ne se perd

Le simple chrono au poignet, c'est dépassé. Désormais, les coureurs ne se contentent plus de vérifier le temps qu'ils mettent ou leur fréquence cardiaque ; ils veulent savoir où ils vont. Du coup, des marques de GPS ont eu l'idée d'adapter aux joggeurs leur système destiné à l'origine aux voitures en le miniaturisant dans une montre poignet. Pour chaque sortie, le coureur peut vérifier non seulement sa position mais aussi le nombre de kilomètres parcourus et de calories brûlées, sa vitesse moyenne ou le dénivelé du parcours effectué. Certains modèles ont une fonction « retour au point de départ », très pratique pour ceux qui se perdent en chemin, et d'autres permettent même la mise au point de circuits.

GELS ÉNERGÉTIQUES

### Le plein à portée de main

Les quartiers d'orange que l'on attrapait au ravito et dont les pelures constituaient un grand danger pour ceux qui suivaient (surtout en cas de pluie...), c'est fini. Plus aucun marathonien ne s'aventure aujourd'hui sur le bitume sans ses barres ou ses gels énergétiques aux multiples parfums qui lui permettent de faire le plein de carburant.

CHAUSSURES

### Place au minimalisme

On pensait, un peu influencé par le système « air » ou « gel » de certaines marques, que les chaussures de course devaient forcément posséder une semelle épaisse pour amortir les chocs. Erreur ! Le « cushioning » inciterait, par un réflexe d'autoprotection, à courir sur les talons, ce qui aurait des répercussions néfastes pour les genoux, le dos et la nuque. D'où la nouvelle mode des chaussures minimalistes, avec une semelle plus fine et un différentiel presque neutre entre la pointe du pied et le talon. Certaines, comme celles que porte notre modèle, épousent la forme du pied comme un gant épouse la forme de la main et tendent à reconstituer la foulée sans chaussure et à courir moins « lourd ». Jusqu'à courir pieds nus ? Certains en sont devenus adeptes.

BAS DE COMPRESSION

### Un bon soutien

Ils sont de plus en plus nombreux à adopter ces manchons « cache-mollets » dont l'intérêt est double : un soutien musculaire, qui permet ainsi la réduction de microblessures, et l'amélioration de la vascularisation, ce qui autorise une oxygénation du sang plus efficace et une élimination plus rapide de l'acide lactique. Un peu le même principe que les bas de contention que certains enfilent lorsqu'ils effectuent un long voyage en avion... Parfois, tout est dans le détail !

PH. V.W.

