

Pour la rentrée, tentez un sport original

Vous êtes nombreux à vous inscrire ou réinscrire dans un club, à la rentrée. Si vous cherchez une discipline en dehors des sentiers battus, voici trois suggestions, dénichées à la fête du sport de samedi, au Moustoir.

Le kyudo

C'est quoi ? Un art martial hérité des samourais. « Kyudo » signifie « la voie de l'arc », il se pratique avec cet accessoire. Mais la finalité n'est pas seulement d'envoyer une flèche dans la cible, « **c'est devenu une méthode de travail sur soi**, décrit Didier Le Bagousse, professeur. **On travaille sur le geste, la concentration, la détente.** » Très codifiée, la pratique s'inspire du yin et du yang. « **Par exemple, on tire toujours deux flèches, la première tourne dans le sens des aiguilles d'une montre, la deuxième dans le sens inverse.** »

Pour qui ? Pour des adeptes de la persévérance et de la sérénité, pas pour un enfant en quête de ludique ou un adulte qui a besoin d'action.

Combien ça coûte ? 180 € de cotisation annuelle. Le club prête tout l'équipement au départ. Puis on peut acheter un gant (200 €) et un arc (de 250 € à 1 000 € pour des modèles d'expert en bambou).

Où s'inscrire ? Au gymnase de Kerjulaude (rue des Montagnes à Lorient), lundi et mercredi, de 18 h à 22 h. Tél. 06 16 05 67 98.



La course d'orientation, une activité très familiale.

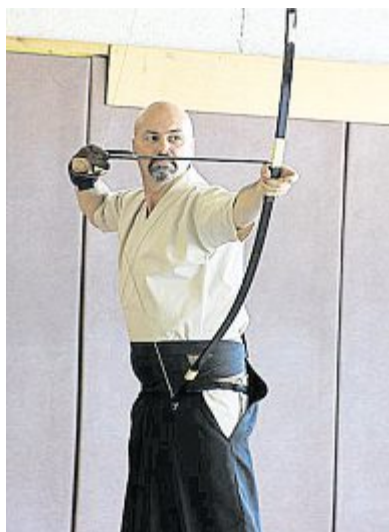
Le BMX

C'est quoi ? Un sport cycliste, technique et acrobatique, qui se pratique sur piste, avec des vélos de bicross. La piste est parsemée d'obstacles.

Pour qui ? Pour ceux qui « **recherchent des sensations, on a des montées d'adrénaline assez extraordinaires** », décrit Magali Jack, secrétaire de Lorient BMX. À conseiller aux peureux, mais ouvert à tous les âges : « **En Bretagne, on a une trentaine de personnes qui roulent à 40 ans ou plus, et font même de la compétition.** »

Combien ça coûte ? 130 € de cotisation annuelle. Comptez 300 € pour un équipement de base et un bicross d'occasion. Neuf, il vaudra autour de 500 €.

Où s'inscrire ? À la piste de Kerduel (rue Amiral Favereau à Lorient, près du Scorff), mercredi et samedi après-midi. Tél. 02 97 84 95 17.



Le kyudo, un art martial hérité des samourais.



Le BMX, un sport technique pour des grosses montées d'adrénaline.

La course d'orientation

C'est quoi ? Partir sur un terrain avec une carte, avec des points de passage obligés, marqués par des balises en blanc et orange. « **En initiation, c'est**

de la balade, décrit Anne Coniel, entraîneuse au Club d'orientation lorientais. **Mais en compétition, il faut chercher le chemin le plus rapide donc on apprend à lire une carte, regarder autour de soi... et se servir d'une boussole !** »

Pour qui ? Pour les amoureux de la nature, quel que soit l'âge : « **On démarre à 5 ans mais on a des adhérents de 70 ans !** »

Combien ça coûte ? 77,50 € de cotisation annuelle, avec un forfait famille à 173 € (peu importe le nombre

d'enfants). Pour l'équipement, avoir de bonnes chaussures (à partir de 30 €) et un pantalon long.

Où s'inscrire ? À l'École de course d'orientation au 02 97 33 02 18 ou 06 75 70 56 60.

Laurent NEVEU.