



L'édito

de Baptiste BIZE
Directeur de la rédaction
edito@nicematin.fr

Cocorico

C'EST LE MOMENT où jamais de faire les vœux les plus fous. Et si, parmi les résolutions de la nouvelle année, nous décidions collectivement de cesser de nous plaindre et de moins râler ? Nous, les Français. Nous, les champions du monde de la sinistrose, toujours prompts à voir la vie en noir. À lire les résultats d'une récente étude réalisée dans trente pays par l'institut Ipsos, on peut être pessimiste. Les Français sont à la fois le peuple qui juge le plus sévèrement l'année écoulée : 85 % considèrent que ce fut une mauvaise année. Et celui qui est le moins confiant dans la nouvelle année : 41 % seulement se déclarent optimistes pour 2026. La Banque de France a pourtant dû réviser ses prévisions de croissance à la hausse en décembre. Porté par le dynamisme de l'aéronautique, des productions agricoles et du tourisme, notamment, notre pays a terminé l'année avec une croissance de 0,9 %, supérieure à celle de l'Allemagne. Il affiche un des taux d'inflation parmi les plus bas de la zone euro, permettant de soutenir la consommation mais aussi la compétitivité du marché du travail. Pour les employeurs, qui dit inflation contenue, dit aussi coût des salaires maîtrisé. La France reste ainsi une des destinations les plus attractives en Europe pour les investissements industriels. Dans son classement annuel publié le mois dernier, l'hebdomadaire britannique *The Economist* place d'ailleurs le pays des mangeurs de grenouilles grincheux à la 11^e place des meilleures économies mondiales, loin devant l'Allemagne (20^e), mais aussi devant les États-Unis (17^e) et le Japon (12^e). Le cocorico masque forcément des réalités contrastées. Les statistiques globalement encourageantes ne doivent pas faire perdre de vue des situations parfois difficiles. Elles révèlent en tout cas la résilience de l'économie française malgré une instabilité gouvernementale et parlementaire pénalisante. Malgré l'irresponsabilité budgétaire d'une classe politique démagogique, surtout. Avec tout l'optimisme du monde, un point noir majeur demeure : l'état de nos finances publiques.



La France affichait une croissance de 0,9 % fin 2025, portée notamment par le dynamisme du marché aéronautique. PHOTO ILLUSTRATION L. BOUTRIA



PHOTO DYLAN MEIFFRET

FAIT DU JOUR

Course à pied Avec 15 000 inscrits attendus ce matin, la Prom'classic de Nice illustre l'engouement pour cette pratique. Un sport populaire et accessible, dont le succès croissant met aussi les épreuves sous tension.

Running : un succès jusqu'à la saturation ?

PAR JULIE BAUDIN / JBAUDIN@NICEMATIN.FR

CE MATIN, LA PROM'CLASSIC, le 10 km emblématique de Nice, accueillera 15 000 coureurs. Autant de dossards qui se sont envolés en 48 heures lors de l'ouverture des inscriptions, en octobre. Un record ! Claire, qui participe pour la deuxième année consécutive, avait anticipé : « Je savais que les places partaient très vite. J'avais mis une alerte sur mon téléphone. Le mardi matin, impossible de me connecter. J'ai réussi l'après-midi et j'ai eu mon dossard, le numéro 7415. »

Un exemple parmi d'autres de l'engouement inédit pour la course à pied, dans les Alpes-Maritimes comme partout en France. Un phénomène de fond, loin d'être anecdotique.

Selon la 7^e étude de l'Observatoire du running, publiée en avril dernier, plus de 12 millions de Français pratiquent la course à pied, ce qui en fait le quatrième sport le plus populaire du pays. Ils n'étaient que 7,4 millions en 2007.



Une progression continue depuis le début des années 2000, accélérée par la pandémie de Covid-19, avec un pic à 13,5 millions de pratiquants en 2021.

Un engouement exponentiel

« La Prom'classic est un des plus gros 10 km de France et c'est une distance qui séduit énormément », confirme Pascal Thiriot, organisateur de l'épreuve. Accessible sans préparation excessive, mais suffisamment exigeante pour relever un défi personnel, le format attire débutants comme coureurs confirmés. « On a toujours fait le plein, mais 15 000 places parties en deux jours, c'est une première. »

À titre de comparaison, lors de l'édition 2025, 13 000 coureurs avaient pris le départ depuis le jardin Albert-I^{er}, et la course n'avait affiché complet que deux mois avant l'événement.

Même constat à Cannes, où le semi-marathon se disputera dimanche 22 février. « Les 3 500 dossards sont partis en trois jours, tout comme les 2 500 du 10 km, partage Frédéric Serrat, président de l'Athletic club de Cannes. Après le Covid, on a mis du temps à retrouver notre niveau. Là, on est clairement passé dans une autre dimension. Le mot marathon fait plus que jamais rêver. »

Le semi-marathon de Nice, 5 000 coureurs attendus dimanche 19 avril, affiche également complet.

Comment expliquer un tel succès ? « La course à pied est le seul sport qu'on peut pratiquer partout, à n'importe quel moment, sans infrastructure et sans gros budget », résume Pascal Thiriot. Une



Les coureurs au départ du trail urbain nocturne de Villefranche-sur-Mer, samedi 20 décembre. PHOTO SÉBASTIEN BOTELLA



Le semi de Cannes aura lieu le 22 février. Ses 3 500 dossards sont partis comme des petits pains. Une course qui, comme les autres, se féminise. PHOTO PATRICE LAPOIRIE

munautés, notamment des groupes de jeunes qui découvrent la course ensemble. Elle n'est plus seulement un défi personnel, mais aussi un moment social. »

Cette démocratisation se reflète dans la diversité des participants, avec une part croissante de femmes et de jeunes adultes.

Si la course sur route reste majoritaire, le trail connaît aussi un fort essor, y compris en milieu urbain. À Villefranche-sur-Mer, le trail nocturne organisé le 20 décembre a doublé le nombre de participants. « Nous sommes passés de 380 à plus de 600 inscrits », précise Charly Actis, de l'association Mounta cala. Un succès qu'il attribue au décor de la citadelle et au format nocturne.

Même tendance au Cannes Urban trail. « Le public vient aussi parce que c'est moins compétitif et plus axé sur la découverte d'un lieu, analyse Frédéric Serrat. Mais en termes d'ampleur, ça reste sans commune mesure avec l'engouement pour le semi-marathon ou les formats de 10 km. »

Files d'attente : « Il y a de quoi se décourager »

Revers de la médaille : les inscriptions sont prises d'assaut. En 2024, 45 % des coureurs ont déclaré avoir rencontré des difficultés pour obtenir un dossard.

« Avant, on pouvait encore s'inscrire le matin même. Aujourd'hui, même les petites courses affichent complet des semaines, parfois des mois à l'avance, témoigne un coureur azuréen. On se retrouve dans des files d'attente en ligne, et en quelques heures, tout est plein. C'est devenu un peu fou. Il y a de quoi se décourager... » ■

Des organisations de plus en plus lourdes

FACE À L'AFFLUX de participants, les organisateurs doivent composer avec des contraintes lourdes : sécurité, bénévoles, autorisations préfectorales et fermetures de routes. « Augmenter la jauge n'est pas qu'une question de volonté, professe l'organisateur de la Prom'classic. Ça implique plus de vagues de départ, une fermeture prolongée de la promenade des Anglais et davantage de moyens humains. »

Même constat sur des épreuves plus modestes, comme le trail nocturne de Villefranche-sur-Mer : « C'est une satisfaction, mais aussi un vrai défi logistique : ravitaillements, balisage, bénévoles, secours et gestion des flux, y compris du public. »



“On ne court plus seulement pour la performance, mais aussi pour le sens”

OLIVIER BESSY,
SOCIOLOGUE
DU SPORT

Depuis quelques années, les clubs de running fleurissent un peu partout. Des groupes ouverts à tous, où l'on court autant pour transpirer que pour tisser du lien. Nice compte une dizaine de clubs plus ou moins actifs.

PHOTO NICE-MATIN



Cet engouement s'accompagne aussi de profils de coureurs plus hétérogènes.

« Certains partent en marchant, mais on a des contraintes »

Sur certaines courses, le défi personnel prend le pas sur la logique sportive. « Je vois des participants partir sur le semi-marathon de Cannes en marchant, téléphone à la main, rapporte Frédéric Serrat. Ce n'est pas l'idéal. Ils viennent surtout pour pouvoir dire : je l'ai fait. »

Si ça ne gêne pas les athlètes de tête, la gestion globale des épreuves s'en trouve compliquée. « Là où les derniers mettaient deux heures à deux heures quinze pour boucler le semi, certains dépassent aujourd'hui les trois heures, relève l'organisateur, confronté à des contraintes logistiques et réglementaires strictes. Les routes sont bloquées par des agents municipaux et la police, sur des plages horaires très précises. Ce sont des gens qui travaillent, on ne peut pas déborder indéfiniment. »

Conséquence : un durcissement du cadre. Cette année, la barrière horaire du semi-marathon sera strictement appliquée, avec des détournements pour les coureurs hors délais, afin de préserver l'équilibre entre accessibilité et organisation.

Les questions environnementales liées à la gestion des ravitaillements

À ces enjeux s'ajoutent les questions environnementales, désormais incontournables. « On ne peut plus organiser une course comme il y a dix ans », expertise un organisateur azuréen songeant à la gestion des ravitaillements et des déchets.

En novembre, l'association Nice Plogging avait épinglé le marathon Nice-Cannes pour son empreinte écologique. Images à l'appui de ravitaillements jonchés de bouteilles en plastique et de gobelets à usage unique, elle avait dénoncé une « machine à fric et à polluer ».

« La course est un moyen de se valoriser dans notre société »

SOCIOLOGUE DU SPORT et du tourisme, Olivier Bessy consacre ses travaux à la course à pied, à ses mutations et à sa place dans nos modes de vie. Le professeur émérite à l'université de Pau (Pyrénées-Atlantiques) est auteur de plusieurs ouvrages de référence sur l'histoire et la sociologie de cette pratique devenue un phénomène de société.

Pour comprendre l'engouement croissant autour de la course à pied, vous dites qu'il faut remonter à la fin des années 1960...

On a tendance à situer ce boom après le Covid, qui a été un accélérateur, mais le mouvement débute dans l'après Mai-68, avec la quête de liberté, d'émancipation et de libération du corps. L'athlétisme sort alors des stades, les femmes se mettent à courir et le jogging se développe.

Selon l'Observatoire du running, plus de 12 millions de Français courent aujourd'hui. Qu'est-ce qui les motive ?

Plusieurs facteurs. Pendant le Covid, courir était un moyen de se sentir libre malgré les restrictions. S'y ajoute le culte de la performance et de l'extrême, très présent depuis les années 1990-2000, période marquée par l'essor des ultra-trails. On court sans entrave, sans limite. Il y a aussi la mise en scène de soi dans une société de l'image, largement amplifiée par les réseaux sociaux. Des applications comme Strava permettent d'exposer ses performances. La course, sport individuel, devient une pratique sociale et un moyen de valorisation personnelle.

Vous théorisez l'émergence d'une société « transmoderne »...

Depuis une dizaine d'années, aux valeurs de performance et d'image s'ajoutent des valeurs plus humanistes. On court pour une cause, médicale ou écologique. La pratique touche davantage les femmes et les jeunes, et pourrait à terme concurrencer les courses purement axées sur la performance.

Cet engouement comporte-t-il des risques ?

La course est excellente pour la santé, à condition d'éviter les excès. S'aligner sur un marathon sans préparation physique peut en revanche avoir des conséquences très lourdes. ■

paire de baskets suffit. Pendant les confinements, des millions de Français ont découvert – ou redécouvert – ses bienfaits, physiques comme mentaux. Une pratique qui s'est installée dans la durée. « Ce sont ces coureurs-là qui font grossir les courses. Sur la Prom'classic, seuls 6 à 7 % des participants sont licenciés. Le reste, c'est du grand public », précise l'organisateur.



Augmenter la jauge des coureurs, cela suppose aussi qu'on ferme plus longtemps les routes à la circulation ».

PASCAL THIRIOT,
ORGANISATEUR
DE LA PROM'CLASSIC

L'apport des communautés de runners

À cela s'ajoute l'essor des communautés de runners, souvent nées sur les réseaux sociaux ou des applications comme Strava. À Nice, Cannes, Menton et Monaco, ces groupes informels rassemblent des dizaines, parfois des centaines de coureurs, en dehors du cadre fédéral. On y court pour transpirer, mais aussi pour créer du lien, avant de se retrouver sur des trails, semi-marathons, marathons et autres courses.

Le Monaco Run, un 10 km organisé dimanche 15 février en Principauté, illustre cette tendance. « L'engouement est palpable. Chaque année, le public est plus nombreux, de tous âges et de tous niveaux, observe Frédéric Choquard, directeur de la Fédération monégasque d'athlétisme. Nous voyons arriver de nouvelles com-