



**Pays de Lunel Guilhem**  
**marie sport et patrimoine**

LUNEL P. 3

**Mars**  
**Trava**  
**qui n**

# Midi Libre

1 € - N° 22648 - [www.midilibre.com](http://www.midilibre.com)

LUNEL



Le Nordic walking, conseillé pour les seniors et ceux qui veulent maigrir.



Un stand de tir à l'arc est installé sur la base de la Pierre-Plantade.

# Initiative **Guilhem Grouvel** veut concilier sport et patrimoine

**Petit à petit**, l'offre en matière de loisirs et d'animations s'étoffe en Pays de Lunel. Dernière née parmi les petites entreprises locales, Sports Even's ambitionne de faire le lien entre pratique sportive, découverte et patrimoine.

A 24 ans, l'initiateur du projet, Guilhem Grouvel, diplômé du Creps et de la fac de sport de Montpellier en poche, a posé ses bagages chemin de la Pierre-Plantade à Lunel, au cœur de la garrigue. Il y a aménagé cet été un parc de loisirs avec stand de tir à l'arc et aire de pique-nique. Cette base lui permet de rayonner dans toute la région à l'occasion de week-ends de découvertes organisés à la carte ou pour des groupes.

C'est ainsi que cet été, il a initié des groupes de touristes venus du Nord aux trésors de la Camargue. « *L'objectif est de faire découvrir, avec des accompagnateurs chevronnés, un territoire en dehors des sentiers battus. Les itinéraires que nous avons dessinés n'ont rien à voir avec les balades classiques proposées dans les dépliants des offices de tourisme. Nous allons dans des sites inédits, qui permettent de découvrir la Camargue authentique* ». Le programme comprend aussi une initiation aux traditions locales, notamment autour de l'élevage des taureaux et de la bouvine. La pratique sportive combine marche à pied, VTT, rollers, et bientôt peut-être canoë. D'autres circuits sont également proposés, notamment

autour du canal du Rhône à Sète.

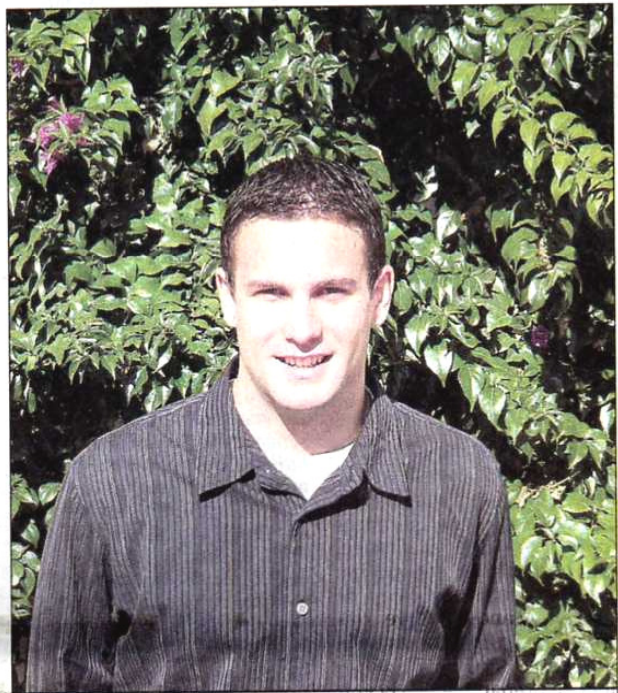
L'une des caractéristiques de Sport Even's est de s'adapter à toutes les demandes, du groupe d'amis aux familles avec jeunes enfants en passant par les comités d'entreprises, les collectivités territoriales ou les associations. L'offre de prestations est très variée et peut aller de la sortie à thème sur une demi-journée au challenge d'entreprise en passant par le raid multi-activités ou les journées de cohésion d'équipes.

Au-delà de ces sorties sport et patrimoine, Sports Even's

**Le Nordic walking permet de renouer en douceur avec une activité physique de plein air**

lancera en début d'année prochaine des raids d'orientation. Munis d'un GPS, les participants seront conviés à un jeu de piste, dont l'itinéraire est conditionné par la réponse à des questions impliquant forcément des contacts avec la population. C'est aussi un prétexte pour visiter à pied le centre-ville de Lunel, les cotteaux du muscat ou encore le site d'Ambrussum. Guilhem Grouvel souhaite en outre lier des partenariats avec l'office de tourisme du Pays de Lunel et des tours opérateurs pour élargir son offre.

Par ailleurs, à partir du



Guilhem Grouvel organise des activités sportives pour tous les goûts.

12 novembre, il innove dans le domaine de l'exercice physique à destination des citadins en mal de nature, en introduisant le *nordic walking*.

Ce sport d'origine scandinave, la marche à pied à l'aide de bâtons, promet à tout âge « *le renforcement des chaînes musculaires de l'ensemble du corps, l'amélioration de la condition physique, le développement des capacités respiratoires, la perte de poids et l'amélioration du bien être* ». Sans contre-indication, le *nordic walking* se

pratique en groupe de dix personnes maximum, au cours de séances d'une heure et demie dont l'intensité varie en fonction de la condition physique des participants. Une bonne manière de renouer avec l'activité physique pour tous ceux qui sont allergiques aux salles de sport et qui aspirent à s'oxygéner. ●

M. D.

► Sport Even's, 460, chemin de la Pierre-Plantade à Lunel. Tél : 60 60 95 16 65.