

SÉLESTAT Dans le cadre du projet JO 2024

L'aquabiking, sport d'hiver pour les cyclistes de l'APEI Centre Alsace

Tous les jeudis, des personnes en situation de handicap, des salariés et des bénévoles de l'APEI Centre Alsace se retrouvent à la piscine des Trois Châteaux de Ribeauvillé pour une séance d'aquabiking. Cette dernière sert d'entraînement pour l'aventure qui va les conduire, à vélo, jusqu'à Paris en juin.

Voilà maintenant près de neuf mois qu'une quinzaine d'usagers de l'APEI Centre Alsace (association engagée dans l'accompagnement de personnes en situation de handicap), encadrés par plusieurs salariés de l'association, s'entraînent pour pouvoir, au mois de juin, relier à vélo Sélestat à Paris, s'inscrivant dans le projet JO 2024. Si, durant l'été, les sorties hebdomadaires étaient possibles sur les routes d'Alsace centrale, le passage à l'heure d'hiver a compliqué la donne. « Il était déjà prévu que, durant cette période, nous ferions du travail en salle », explique Delphine Frank, directrice du pôle santé accompagnement médicalisé (SAM) de l'APEI et impliquée dans le projet. Tous les mercredis, usagers et salariés de l'association se retrouvent dans une salle de sport pour avaler les kilomètres sur des vélos d'intérieur.

L'évidence de l'accueil à Ribeauvillé

En plus de cet entraînement en salle, la directrice a souhaité proposer une séance davantage fédératrice et ludique. Et c'est dans l'aquabiking, qu'elle pratique elle-même, qu'elle a vu l'activité idéale. « On rigole plus et quand on est dans l'eau, il n'y a plus de hiérarchie », dit-elle. Comme l'APEI Centre Alsace a déjà des relations avec la piscine des Trois Châteaux à Ribeauvillé, contact a été pris avec son responsable. « Il fallait que cela soit validé par les élus de la communauté de communes », indique Alain Heimburger, chef de bassin. Avant de rajouter : « Mais pour nous, c'était une évidence de les accompagner dans ce



Céline Denizon, éducatrice sportive à l'APEI Centre Alsace (au premier plan), anime tous les jeudis la séance d'aquabiking dans le cadre du projet JO 2024.
Photos L'Alsace/Thierry MARTEL

projet. À la piscine, nous avons toujours été sensibles à l'accueil de personnes en situation de handicap. » Les responsables de la piscine n'ont pas fait dans la demi-mesure : accès à la piscine et location des vélos ont été offerts à l'APEI.

« On reste debout sur la selle »

S'il y a eu une première séance en décembre, c'est depuis le début de la nouvelle année que l'aquabiking est entré dans le « quotidien » des cyclistes du projet JO 2024. « Nous avons commencé par des groupes restreints, notamment pour lever les appréhensions de certains usagers », explique Delphine Frank. C'est Céline Denizon, éducatrice sportive au foyer d'accueil médicalisé le Châtaignier à Châtenois, qui anime les séances. « En amont, j'ai suivi une séance d'aquabiking à Ribeauvillé afin de voir comment orchestrer les entraînements », explique-t-elle. Pendant près d'une heure, elle motive ses troupes à grand renfort de « on pédale à fond », « on reste de-

bout sur la selle » ou « on bouge les bras ». L'aspect ludique est bien là, et il n'est pas rare que l'animatrice ou les cyclistes aquatiques s'éclaboussent. « Cela crée du lien », insiste la directrice du pôle SAM.

À l'issue de la séance de jeudi dernier, Habygaelle, 25 ans, et Etienne, 21 ans, affichent une mine joyeuse. « C'était vraiment bien », lâchent les deux usagers de l'APEI Centre Alsace. « Il y a une bonne équipe, une bonne ambiance et la coach est sympa », rajoute

Habygaelle. Mireille, maman d'Habygaelle, l'a accompagnée « pour la motiver ». Si toutes les personnes en situation de handicap qui s'élanceront en juin vers Paris ne participent pas à l'aquabiking, c'est quand même un groupe d'une bonne dizaine de personnes qui se retrouvent tous les jeudis pour s'entraîner « eau-trement ».

Thierry MARTEL

PLUS WEB

Notre vidéo sur lalsace.fr



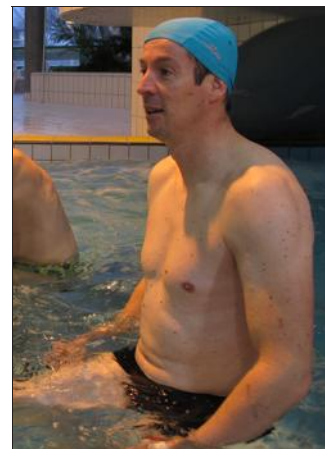
L'aquabiking est un bon moyen de travailler les muscles des bras. Photo L'Alsace



Déjà 25 000 € récoltés

L'objectif du projet JO 2024, lancé par l'APEI Centre Alsace en juin 2019, est simple : récolter assez d'argent pour pouvoir offrir aux usagers de l'association des places pour les épreuves des Jeux olympiques de Paris. « Nous nous sommes fixé l'enveloppe de 35 000 euros, qui englobe également le financement du Sélestat-Paris à vélo du mois de juin 2020 », explique David Roche, directeur adjoint du pôle Santé accompagnement médicalisé (SAM) de l'APEI et à l'initiative du projet.

Force est de constater que le projet a séduit en Alsace centrale : en neuf mois, les porteurs de JO 2024 ont déjà récolté 25 000 euros. Plus d'une quinzaine de partenaires (entreprises, associations, collectivités) ont donné de l'argent ou apporté un soutien logistique. L'APEI Centre Alsace est également en pourparlers avec la fondation d'une chaîne nationale de magasins de sport pour le don de 20 vélos et d'une grosse vingtaine de tenues cyclistes. « Une commission de-



David Roche mouille le maillot pour le projet JO 2024. Photo L'Alsace/Thierry MARTEL

vait se réunir pour valider ou non le don », avance le directeur adjoint.

L'association engagée auprès des personnes en situation de handicap est aussi en train de mettre en place un partenariat avec la ville de Sélestat dans le cadre du label « Terre de jeux ». « Il y a ce gros projet de Sélestat-Paris à vélo, mais il y aura d'autres manifestations d'ampleur chaque année jusqu'en 2024 », indique David Roche.





Retrouvez toutes les annonces immobilières de votre région !

ACHAT | LOCATION | NEUF

immo.lalsace.fr

Bien'ici SAS au capital de 100 000 € - 488 073 412 RCS Paris / F4map 2016 / © contributeurs : OpenStreetMap