

Le sport en toute liberté

11 juillet 2025

Sport

77 % des Français déclarent pratiquer une activité sportive régulièrement, et 58 % au moins une fois par semaine. Parmi eux, une majorité (57 %) aime pratiquer leur activité en autonomie, sans consigne ou aide particulière : du sport en plein air et sans contrainte !

À Saint-Sébastien-sur-Loire, nombreux sont les lieux aménagés pour répondre aux nouveaux besoins des sportifs. Si elles ont toujours été très fréquentées, les **îles de Loire** sont devenues ces dernières années le paradis des joggeurs, qui utilisent la boucle de 6,5 kilomètres pour s'adonner à leur **footing**, aux côtés des marcheurs et des cyclistes.

Sur l'**île Pinette**, les sportifs peuvent également profiter d'un parcours de 2 kilomètres, composé de 11 stations et permettant de faire une trentaine d'exercices de **musculature** et d'**étirement**.

À proximité des jeux de l'**île Forget**, enfants et adolescents se disputent très souvent des matchs de **football** ou de **basketball** sur un " City Stade " de 265 m².

Non loin de là, de l'autre côté de la voie ferrée, une piste de **bi-cross** de 300 mètres fait le bonheur des jeunes cyclistes. Particulièrement large, elle permet à des amateurs de vélo de tous âges, de braver les bosses, côte à côte, sans se gêner.

5 parcours d'**orientation** complètent cette offre ludique et sportive au départ de la **Station Nuage**.

Pour réaliser ces parcours, il suffit de se munir d'une feuille de route disponible à la Maison des Associations, à l'Hôtel de Ville, à la Station Nuage en période estivale ou sur saintsebastien.fr

Football, basket, tennis, golf... Les plaisirs sont variés !

Le **football**, l'une des trois activités préférés des Français avec la marche et la natation, a toute sa place à Saint-Sébastien. Si l'accès aux grands terrains est réservé pour les clubs et les écoles, un terrain synthétique " hat trick " est ouvert continuellement à la **Profondine** pour les amoureux du ballon rond. Quartier **Fontaine**, c'est sur un autre " City Stade " qu'ils peuvent vivre pleinement leur passion.

À la **Fontaine** toujours, le **skate park** accueille de nombreux amateurs de glisse (roller, skate, trottinette...). Il est entouré d'une piste en bitume destinée au roller de vitesse.

Les **basketteurs**, quant à eux, se donnent rendez-vous sur le plateau extérieur du gymnase du **Douet**, pour profiter librement des paniers.

Pour le **tennis**, c'est à l'**Ouche Catin** qu'il faut se rendre. Les joueurs bénéficient de trois terrains en béton poreux avec revêtement. Quant au **tennis de table**, une table extérieure est à disposition sur l'**île Forget**.

Les **boulistes**, nombreux sur la commune, ont eux aussi accès à des espaces aménagés : un boulodrome à la **Pyramide**, et plusieurs pistes réparties dans la ville dont une toute neuve sur l'**île Forget** (ouverte aussi aux **jeux de quilles**) et une spécifique à la pratique de la boule sablée à la **Noë Cottée**.

Rappelons aussi que si le parcours 9 trous de l'**île Pinette** est réservé aux détenteurs d'une carte, une partie du **golf** est accessible au grand public ! Un green d'entraînement permet de jouer librement au putting (l'Association Golfique Sébastiennaise peut prêter du matériel sur demande). Pour s'exercer au swing sur le terrain de practice, des seaux de balles sont à demander au Club house de l'AGS (tarif : 3,50 €). Il est préférable que les débutants soient accompagnés d'une personne expérimentée.

□

■