Éléments pour une analyse sociologique de l'entrée dans l'ultrafond. L'exemple du marathon des sables

Sandrine Knobé

► To cite this version:

Sandrine Knobé. Éléments pour une analyse sociologique de l'entrée dans l'ultrafond. L'exemple du marathon des sables. *Loisir et Société / Society and Leisure*, 2006, 29 (2), pp.401-421. 10.1080/07053436.2006.10707725 . hal-02542897

HAL Id: hal-02542897

<https://hal.science/hal-02542897>

Submitted on 14 Apr 2020

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Éléments pour une analyse sociologique de l'entrée dans l'ultrafond. L'exemple du marathon des sables

Pour citer cet article :

Knobé S., « Éléments pour une analyse sociologique de l'entrée dans l'ultrafond. L'exemple du marathon des sables », *Loisir & Société*, Vol.29, n°2, 2007, pp.401-421.

Résumé

Le marathon des sables est une course par étapes d'environ 240 km se déroulant en plein désert sud marocain où les températures avoisinent les 50°C. Les caractéristiques de cette course fortement médiatisée participe à sa valorisation symbolique. L'investissement financier, temporel et énergétique que suppose un tel engagement amène à interroger les modes d'entrée dans ce type d'épreuve. Sur la base de données quantitatives et qualitatives, l'objectif de cet article est d'apporter des éléments de compréhension à l'entrée dans l'ultrafond. Ainsi seront précisées les caractéristiques de l'espace constitué par les courses d'ultrafond sur le marché sportif. L'engagement au marathon des sables sera ensuite analysé au regard d'une part, de la construction de dispositions aux efforts demandés par ces courses de longue durée et d'autre part, des conditions de leur actualisation.

Mots clés : ultrafond ; marathon des sables ; dispositions ; conditions sociales

Elements for a sociological analysis of the entry in ultrarunning. The sand marathon example

Abstract

The sand marathon is a stage race of approximately 240 km in the Southern Moroccan desert where the temperatures are close to the 50° Celsius. The characteristics of this strongly mediatized race takes part of its symbolic valorization. The financial, temporal and energetic investment that a such involment supposes put the question of the commitment in this type of race. With quantitative and qualitative data, the aim of this present paper is to bring forward some comprehension elements of the entry in ultrarunning. Thus, the space characteristics of the ultrarunning races inside the sport's market will be specified. The sand marathon involment will be then analyzed with on the one hand, the construction of dispositions toward the efforts required by these long distance races and on the other hand, the conditions of their actualization.

Key words: ultrarunning; sand marathon; dispositions; social conditions

1. Introduction

Du milieu des années 1980 à nos jours, de nombreux coureurs ont tenté, selon les expressions journalistiques, « *l'aventure extrême sur la planète sable* »¹, une « *course hors du commun* »² voire « *une des épreuves les plus difficiles au monde* »³. Mais de quoi s'agit-il exactement ? D'une épreuve de course à pied, dénommée marathon des sables, se déroulant dans le désert sud marocain. Les concurrents doivent y parcourir, par des températures avoisinant parfois les 50°C, environ 240 kilomètres en six étapes. Le marathon des sables se court en autosuffisance alimentaire, ce qui implique le portage d'un sac à dos pesant entre 7 et 10 kilos. Seules les tentes berbères pour huit personnes sont montées par l'organisation et l'eau est fournie aux ravitaillements. Les participants disposent d'un roadbook, délivré peu avant le début de l'épreuve, indiquant le tracé et le kilométrage (entre 20 et 80 km) de chaque étape avec l'emplacement des postes de contrôle et de ravitaillement. Un temps maximum est prévu pour chaque étape sous peine de disqualification. Une équipe médicale, composée d'une quarantaine de membres en 2005, participe à l'encadrement des coureurs (soins des blessures liées à la course – ampoules, irritations cutanées, déshydratation, coup de chaleur...).

Figure 1 :

L'engouement pour le marathon des sables s'est accentué à partir du milieu des années 90 jusqu'à dépasser les 700 concurrents engagés en 2005. A l'instar d'autres courses d'ultrafond⁴, comme le Grand Raid de La Réunion (Bessy, 2005), le marathon des sables doit sans doute une

partie de son succès à ses caractéristiques originales : course par étapes dans le désert en autonomie alimentaire. Il associe, dans une même épreuve, deux des grandes tendances d'évolution des pratiques sportives depuis les années 80 : l'aventure et l'extrême (Pociello, 1987 ; Yonnet, 1998). A l'hostilité du milieu désertique et à la beauté des paysages se conjugue une activité « d'extrême énergétique » (Bessy, 2005) où les capacités personnelles d'endurance et d'abnégation dans l'effort sont mises à l'épreuve (Quéval, 2004).

2. S'engager dans l'ultrafond

Dans les années 1970-75, les modalités de pratique fédérale compétitive de la course à pied connaissent une crise au profit de courses sur route dont l'aspect ludique et convivial est valorisé (Defrance, 1989). L'offre de courses sur route, et notamment celle des marathons, va se développer tout au long des années 1980-90 en procédant à une diversification à la fois géographique et thématique (Lapeyronie et al., 2000). Les années 1990 vont également connaître une multiplication des raids-aventures (Barthélémy, 1998) où la recherche « d'expériences écologiques » (Bouchet et Lebrun, 2003) est fortement mise en avant. De même, en course à pied, des terrains variés et inédits vont être investis par les coureurs (forêt, vignoble, montagne, désert...).

En matière d'ultrafond, les courses vont également se diversifier au cours des années 1990-2000 et accroissent le nombre de leurs participants. Toutefois, elles ne rassemblent pas, loin de là, autant de concurrents que certains marathons. A titre d'exemples, le marathon de Paris compte à partir de l'année 2000 entre 20 000 et 30 000 participants chaque année, le Grand raid de La Réunion⁵ entre 2 000 et 2 500, l'Ultra-Trail du Mont-Blanc⁶ entre 600 et 2 000, le marathon des sables entre 600 et 700, et la Bad Water⁷ aux Etats-Unis, qualifiée par les organisateurs de « course la plus dure au monde », entre 40 et 80. Les caractéristiques des courses ainsi que les modalités de participation ne sont pas à chaque fois identiques, mais elles participent à créer un espace d'offres de courses d'ultrafond, où la difficulté (longueur, dénivelé, hostilité du milieu) tout en générant une

certaine rareté (car le nombre de participants et d'arrivants diminuent sensiblement) procure une valeur distinctive plus importante (Bourdieu, 1979a).

Pourtant, l'engagement dans de telles courses ne semble pas être toujours valorisé. En effet, des acteurs du milieu athlétique fédéral critiquent fortement ces formes de courses. Ainsi, pour certains, « *cette pratique relève de la psychiatrie, des conduites addictives* »⁸ dans la mesure où « *le marathon est déjà assez dur comme ça* » et que « *courir à 11km/h, comme le font beaucoup de "cent bornards", ce n'est plus de l'athlétisme, c'est du footing* »⁹. La définition légitime de ce qui est acceptable en termes de difficulté ou d'extrême est par conséquent enjeu de luttes symboliques. L'ultrafond suscite des réactions et encourage les jugements de valeur quant à ses aspects positifs ou négatifs.

Il paraît alors intéressant d'interroger les modes d'entrée dans l'ultrafond. Comment devient-on pratiquant d'ultrafond ? Sans doute n'y a-t-il pas de parcours type amenant à participer à une course d'ultrafond et notamment au marathon des sables pris en considération ici. Les raisons d'un tel engagement s'appréhendent dans la lecture de tout le parcours qui y mène et dont les différentes étapes ne suivent pas nécessairement un chemin linéaire en fonction de ce que représente une telle pratique dans l'histoire propre de chaque individu. Il importe surtout de saisir ce qui, dans une trajectoire biographique donnée, est en mesure d'orienter l'individu vers une pratique comme l'ultrafond et d'influer sur sa décision à s'inscrire à un marathon des sables. C'est pourquoi la prise en compte des histoires singulières s'avère utile, non pas pour mettre en lumière des cas particuliers mais, au contraire, pour saisir des processus plus généraux tout en explicitant les différences interindividuelles (Ferraroti, 1990). S'engager à un marathon des sables n'est pas une décision prise sur un « coup de tête », ne serait-ce que parce qu'elle suppose un investissement financier et temporel non négligeable. Des dispositions, c'est-à-dire des propriétés incorporées sous forme de schèmes de perception, de pensée et d'action (Bourdieu, 1980), à l'égard de l'ascèse et de l'effort prolongé demandés par ce type de pratique encouragent peut-être de tels parcours. Toutefois, l'entrée dans des épreuves de ce genre n'est pas réductible à une seule question de dispositions. En

effet, les modes d'engagement dans la course à pied se différencient socialement (Defrance, 1995), le pôle le plus compétitif (piste et route) présentant un recrutement populaire, celui du tourisme d'aventure étant plutôt bourgeois.

Le contexte très concurrentiel de l'espace compétitif fédéral de la course à pied (Schotté, 2002) incite sans doute un certain nombre de coureurs aux propriétés économiques et culturelles plus élevées mais dominés sportivement (d'un point de vue des barèmes fédéraux) à user de stratégies de contournement les conduisant à s'investir sur le marché plus « réservé » de l'ultrafond (qu'engendre par exemple le coût financier d'une telle participation). Si sportivement, l'accessibilité est très grande du fait de l'inexistence de minima pour s'inscrire, financièrement elle l'est moins car le montant de l'inscription s'élève à 2 500 euros¹⁰. Ainsi, une sélectivité sociale s'opère de fait, privilégiant les coureurs aux ressources économiques et/ou culturelles élevées (en effet, de nombreux concurrents établissent des dossiers visant à obtenir des aides financières de la part de divers sponsors).

La question de l'entrée dans l'ultrafond suppose que soient prises en considération les conditions susceptibles de favoriser de tels investissements (dans tous les sens du terme : financier, temporel, corporel). En effet, c'est la dialectique qui s'établit entre des dispositions individuelles et des contextes sociaux d'action (Lahire, 1998) qui permettra d'apporter des éléments de compréhension des modes d'entrée dans l'ultrafond. L'objectif de cet article sera par conséquent, en prenant appui sur l'exemple des participants au marathon des sables, de préciser dans un premier temps la manière dont se construisent les dispositions à l'ultrafond au regard des parcours sportifs, pour, dans un deuxième temps, centrer notre attention sur les conditions sociales d'actualisation de ces dispositions.

3. Démarche méthodologique

La méthodologie mise en oeuvre dans le cadre de ce travail de recherche est à la fois quantitative et qualitative. La partie qualitative s'appuie sur des *récits de pratiques* (Bertaux, 1997)

réalisés avec des participants aux éditions 2003, 2004 et/ou 2005 du marathon des sables. Ils concernent quarante hommes et dix femmes. L'accent a été mis sur le récit de leur parcours (sportif) jusqu'au marathon des sables et sur les significations que peut revêtir un tel engagement. Une place importante a également été accordée à leur histoire de vie au sens plus large (trajectoires scolaire, professionnelle et familiale) afin de replacer une telle participation dans la trajectoire biographique de l'individu. La prise en compte des histoires singulières apporte un angle d'approche soulignant l'importance respectivement des dispositions individuelles et des contextes sociaux (Lahire, 2002).

Figure 2 :

La nécessité de disposer de données d'ordre général concernant l'ensemble des participants au marathon des sables nous a conduit, en complément des données qualitatives constituant la part essentielle des données de terrain recueillies, à procéder à une enquête par questionnaire. Ce dernier a été administré aux participants français à l'édition 2004 du marathon des sables. L'échantillon présente un taux de réponse très important (66 %) du fait de son administration par une des concurrentes, elle-même plusieurs fois engagée sur le marathon des sables (en 2004, elle effectue sa 6^{ème} participation d'affilée). Ainsi, 123 des 186 concurrents français ont répondu à ce questionnaire cherchant à rendre compte de leurs propriétés sociales et sportives.

Tableau 1 :

Données relatives à la population enquêtée par questionnaire								
	Moyenne		Ecart-type		Minimum		Maximum	
	Homme	Femme	Homme	Femme	Homme	Femme	Homme	Femme
Années de pratique en course à pied	14,9	7,8	7,4	3,6	3	2	44	14
Nombre de participations au marathon des sables	1,8	2,3	2,1	1,5	1	1	16	6
Age	43,7	41,1	8,1	5,7	28	35	66	56

4. La construction de dispositions à l'ultrafond

Le marathon des sables est indéniablement une « affaire » d'hommes puisque les femmes ne représentent qu'un peu plus de 10 % des concurrents engagés ces cinq dernières années. S'y inscrivent des coureurs expérimentés puisqu'en moyenne, ils courent depuis quatorze ans (huit ans pour les femmes) et que seuls un peu plus de 6 % des concurrents questionnés pratiquent la course à pied depuis moins de cinq ans. Ils s'entraînent en général quatre à cinq fois par semaine et notent souvent scrupuleusement les temps d'entraînement, les kilomètres parcourus, le type d'exercice effectué et les compétitions réalisées. Afin d'optimiser leurs entraînements, ils prennent conseil auprès d'autres coureurs et se documentent dans la littérature existante (magazines et ouvrages spécialisés). Toutefois, loin d'être identiques, les parcours sportifs qui mènent au marathon des sables montrent des différences qu'il faut mettre en lumière afin de mieux saisir comment peuvent se construire des dispositions à l'égard de cette pratique.

4.1. Profils sportifs variés

L'analyse des récits de pratique permet de dégager trois profils de coureurs se distinguant par rapport à leur histoire sportive. Ainsi, certains participants au marathon des sables, que nous qualifierons d'*initiés*, présentent un parcours à socialisation sportive « forte ». Ils débutent la course à pied relativement jeunes, souvent pendant l'adolescence où ils ont fait partie d'un club d'athlétisme et alternaient courses sur piste et sur route (du 10 km au marathon). Avec l'ancienneté acquise dans la discipline, ils cherchent à varier les courses et à se lancer de nouveaux défis. Au

cours de leurs nombreuses années de pratique, ces coureurs ont acquis un savoir-faire et un savoir-être propices à l'effort de longue durée. Ils évoquent d'ailleurs souvent la nécessité, pour le coureur, de *savoir* gérer son effort. Cette gestion s'acquiert progressivement, dans le domaine de la course à pied, voire dans d'autres activités sportives pratiquées auparavant comme le cyclisme, le triathlon ou l'aviron. Plusieurs coureurs interrogés ont ainsi « reconverti » dans la course à pied des compétences sportives acquises dans d'autres disciplines sportives, caractérisées par des efforts en endurance (Pociello, 1981).

Exemple de A.V. (homme, 44 ans, technicien, participation au marathon des sables en 2004, 2^{ème} quart du classement) : *« la pratique de la course à pied est là depuis longtemps, comme la pratique du sport tout court. D'abord à l'école on passait des brevets d'endurance (au lycée) 2h sans s'arrêter. Puis l'armée dans les parachutistes où j'ai fait partie de l'équipe de cross et de courses d'orientation du régiment. C'est aussi pendant l'année du régiment que j'effectue mon premier essai raté sur marathon (douleur au genou) »*. En 1991, il finit son premier marathon. Il en compte 20 à son actif en 2004. En 1997, il terminera les 100 km de Millau où il avait échoué en 1996. Il s'engage sur son premier marathon des sables en 2004.

Les parcours sportifs des concurrents *initiés* présentent parfois davantage de discontinuité. En effet, certains coureurs pratiquaient déjà une activité sportive (course à pied ou autre) durant leur jeunesse et adolescence, puis des contraintes personnelles ou professionnelles¹¹ les ont amenés à abandonner toute pratique sportive, parfois de longues années durant. Des conditions et des attentes particulières, notamment un souci hygiéniste à l'approche de la quarantaine, les conduisent à (re)commencer la course à pied. Que leur parcours sportif soit continu ou discontinu, ces coureurs *initiés* semblent avoir acquis des dispositions sportives s'exprimant dans leur rapport très « compétitif » à la course à pied. Généralement membres d'un club d'athlétisme, ils cherchent constamment à améliorer leurs performances et leurs classements.

Exemple de S.B. (homme, 51 ans, médecin, participation au marathon des sables en 1999, 2003 et 2005, 2^{ème} quart du classement) : *« Très tôt, à 11 ans je me suis rendu compte dans la cour du collège que je courais plus vite que mes petits copains, à 13 ans je me suis inscrit à l'athlé au lycée et plus tard en club mais je ne faisais à l'époque que du sprint... A 19 ans, à la suite d'une défaite sur 100 m, sur un coup de tête je décide de tout laisser tomber et jusqu'à l'âge de 33 ans je ne fais plus rien, même pas un peu de ping-pong l'été; en quelques années je passe de 66 à 82 kg (j'ai toujours eu un gros appétit). Et puis un jour je me regarde dans une grande glace et je me dis que ce n'est pas moi. Je me mets au régime façon très sévère (perte de 8 kg en une quinzaine de jours) et je me remets à courir (très difficilement au début) avec des amis qui préparaient Marseille-Cassis. Cela c'était en 87, j'ai commencé par des parcours de 4-5 km où j'étais largué puis petit à petit j'ai allongé les distances (c'était à chaque fois une victoire d'aller plus loin que la fois précédente)... En 88 j'ai fait mes premières compétitions à l'automne sur 16 km puis 3 semaines après Marseille-*

Cassis (20 km) en faisant d'emblée un bon temps (1h41). Pendant des années Marseille Cassis est resté le grand rendez-vous de l'année, on préparait ça très sérieusement avec les copains et c'était l'occasion de farouches empoignades aussi bien à l'entraînement qu'en compétition. A l'époque on parlait bien de marathon de temps en temps mais c'était un mythe dont on parlait avec admiration envers ceux qui le faisait et envie mais sans plus. Et puis on a intégré dans notre groupe un nouveau coureur en 95 qui d'emblée est allé faire le Marathon de Paris, ça a été pour moi un déclic et en décembre 95 je cours mon premier marathon à Florence en 3h22, ensuite je les enchaînais au rythme de 2 à 3 par an (...). En 99 un ami parle du Marathon des Sables au vestiaire de notre club, aussitôt dit aussitôt fait je m'inscris avec 2 autres amis. (...) Depuis 99 j'enchaîne trails et marathons et les distances inférieures ne m'intéressent plus ».

D'autres participants au marathon des sables¹², que nous qualifierons de *novices*, présentent un parcours *a priori* plus atypique dans la mesure où avant de commencer la course à pied, souvent tardivement (vers 35-40 ans), ils n'avaient jamais pratiqué d'activité sportive. Ils opèrent ainsi une véritable rupture sportive, passant d'un statut de non-sportif à une pratique régulière et progressivement intensifiée de la course à pied. Au départ, ils courent généralement seuls, sous la forme d'un footing hebdomadaire, sans intention compétitive. Leur « faible » socialisation sportive initiale renforce d'autant plus la rupture effectuée faisant pénétrer ces coureurs dans un « nouveau monde ». Le passage du footing hebdomadaire à l'ultrafond peut se faire rapidement, parfois en l'espace de deux ou trois ans.

Exemple de F.M. (homme, 40 ans, commercial, participation au marathon des sables en 2003 et 2005, 2^{ème} quart du classement) : *« J'ai commencé la course à pied en janvier 1999 avec un poids de 100kg sur la balance sans jamais n'avoir fait de sport. Aujourd'hui, 80kg pour 1m83 et je viens de terminer le marathon des sables 2003 (...) en parfaite forme physique. (...) Entre 1999 et le marathon des sables, j'ai bien sûr gravi les différents échelons des distances allant du 10 km sur route aux 100 km de Millau en passant par divers trails nature sur des distances de 15, 25, 50 et 91 km ».*

4.2. Acquisition et renforcement des dispositions à l'effort d'endurance

Les expériences effectuées dans le milieu sportif, notamment par la pratique de sports d'endurance, favorisent, pour certains, l'engagement au marathon des sables. Mais outre les expériences sportives elles-mêmes, la socialisation primaire semble être à l'origine de dispositions si ce n'est directement à l'ultrafond, du moins à l'ascétisme et à l'effort soutenu. L'impact d'une éducation où l'effort est valorisé n'est pas négligeable. En effet, beaucoup de coureurs insistent sur l'importance que revêtait, aux yeux de leurs parents, le fait de s'astreindre à des efforts, parfois longs et difficiles, afin d'atteindre des objectifs donnés. La réussite scolaire en est sans doute

l'exemple paroxystique. La valorisation de l'ascèse pouvait, en outre, être renforcée par l'influence d'une éducation religieuse aux observances strictes. Le passage par un établissement scolaire privé à vocation religieuse n'est sans doute pas sans effet sur les conceptions de l'effort et de la souffrance.

Exemple de C.C. (homme, 46 ans, chirurgien, participation au marathon des sables en 2003, 1^{er} quart du classement) : *« école privée (Jésuites) pendant 12 ans puis baccalauréat puis fac de médecine... J'ai reçu une éducation qui me paraissait trop sévère à l'époque... Malgré ce, je crois qu'ils ont réussi à me transmettre toutes les valeurs utiles, de rigueur, de travail, d'honnêteté ainsi que des valeurs religieuses (je suis catholique pratiquant) (...) [Et] bien sûr, mes parents accordaient de l'importance à la notion d'effort... "Il faut être dur au mal", par exemple. Mais cela ne s'est jamais appliqué au sport, plutôt aux efforts intellectuels, et notamment au travail scolaire mais toujours de façon très raisonnable ».*

L'acquisition, au cours de l'enfance, de dispositions à l'effort et à l'ascétisme peut encourager l'engagement dans la pratique de l'ultrafond. Elles sont d'ailleurs souvent renforcées dans le cadre d'une longue socialisation sportive en matière de sports d'endurance (les participants au marathon des sables pratiquent la course à pied, en moyenne, depuis 14 ans). Ainsi, les distances se sont allongées au fil du temps : d'abord un premier 10 km, ensuite un semi-marathon, un marathon puis une première course d'ultrafond (100 km, trail, marathon de sables...). Seuls peu de coureurs¹³ se lancent dans l'ultrafond sans jamais avoir participé à un marathon. De plus, une forte socialisation sportive initiale dans le domaine compétitif (dans la course à pied spécifiquement ou dans d'autres activités d'endurance) semble caractériser les concurrents les mieux classés au marathon des sables.

Exemple de G.H. (homme, 33 ans, cadre technico-commercial, participation au marathon des sables de 2000 à 2004, 1^{er} quart du classement) : *« J'ai pratiqué le hockey sur glace pendant 20 ans (depuis l'âge de 6 ans) et notamment en sport de haut-niveau sur ma fin de carrière. Durant les dernières années de pratique, j'ai commencé à courir (à partir de 1993), sous l'impulsion de mon père, lui même marathonien. Lorsque j'ai définitivement arrêté le hockey en 2000 j'ai bien entendu basculé totalement dans la course à pied. Mon investissement dans la course à pied a été progressif, en passant par différentes distances (du 5km au marathon et sur différents types de terrain). (...) J'ai commencé par des footings (2 à 3 par semaine). Puis j'ai intégré du fractionné et des courses... tout en étant non-licencié. Puis, je suis passé licencié dans un club, à partir de 2001/2002, dans le but de progresser ».*

La construction des dispositions à l'effort demandé par ce type d'épreuves peut certes s'opérer de manière précoce au cours de la socialisation primaire comme l'indiquent les exemples

précédents, mais s'effectue également plus tardivement, notamment pour les concurrents au profil de *novices*. Pour ces coureurs, la pratique d'une telle activité d'endurance rompt, de manière plus ou moins prononcée, avec des habitudes alimentaires, des rythmes de vie ou des pratiques culturelles antérieurs.

Exemple de F.R. (homme, 55 ans, agent administratif, participation au marathon des sables en 2005, 1^{er} quart du classement) : « A l'âge de 36 ans j'ai eu une "Péricardite virale" et je me trouvais un peu enveloppé. Je n'avais jamais fait de sport. J'ai donc commencé à courir et à changer mon alimentation pour perdre du poids. Ensuite grâce à un collègue de travail j'ai intégré un groupe qui courait régulièrement. Voyant que mon poids diminuait régulièrement j'ai donc continué de courir de plus en plus. Rapidement au contact d'autres coureurs j'ai participé à des courses de villages. Ensuite, j'ai beaucoup lu la presse spécialisée et je me suis de mieux en mieux préparé (physiquement et diététiquement) et j'ai participé (à mon modeste niveau) à de nombreuses courses (11 marathons: New-York, Barcelone, 3 fois Paris, Lyon, 2 fois San Sébastien en Espagne, Albi, Pezénas, Carcassonne plus un 100km, des compétitions de 6 heures, des courses à relais par équipes etc.). (...) En mai 2003 j'ai eu une leucémie traitée par chimiothérapie 7 jours 7 nuits sans arrêt. J'ai repris vers octobre 2003 peu à peu le footing et deux collègues qui s'étaient inscrits au MDS [marathon des sables] m'ont donné envie d'y participer. Je me suis donc décidé, après m'être testé sur le marathon de Carcassonne en octobre 2004, peut être pour voir si après la maladie j'en étais capable ».

La pratique de l'ultrafond permet tout à la fois l'expression de dispositions à l'effort d'endurance et leur renforcement dans la mesure où elle demande une préparation ascétique et rigoureuse qui contamine l'ensemble des sphères de la vie quotidienne : loisirs, alimentation, principes éducatifs, choix professionnels... Mais ces différents contextes d'action représentent aussi des dimensions essentielles à l'analyse des modes d'engagement au marathon des sables car ils permettent de circonscrire les conditions sociales qui sous-tendent un tel investissement et rendent possible l'actualisation des dispositions.

5. Les conditions sociales de l'engagement au marathon des sables

Le marathon des sables occupe une position particulière au sein de l'offre de courses d'ultrafond. Les caractéristiques même du déroulement de l'épreuve la singularisent¹⁴. D'autre part, l'ancienneté et la notoriété de l'épreuve lui assurent une très forte médiatisation¹⁵ qui n'est sans doute pas sans conséquence sur son attrait¹⁶. En effet, de nombreux participants disent avoir, pour la première fois, vu ou entendu parler du marathon des sables dans les médias. Cette mise en scène participe à la valorisation symbolique que représente la participation à cette épreuve souvent

qualifiée de « mythique » par les concurrents. Les caractéristiques structurantes du marathon des sables, et en particulier l'éloignement géographique et le coût financier important, impliquent, outre des dispositions aux courses de longue durée, des conditions sociales susceptibles de favoriser leur actualisation.

5.1. Ressources économiques et/ou culturelles élevées

Figure 3 :

Le recrutement social s'effectue essentiellement parmi les membres des classes moyennes et supérieures. L'importance du coût d'inscription à l'épreuve n'y est pas étrangère. Il semble y avoir eu un élargissement de la base sociale du recrutement des classes supérieures vers les classes moyennes. En effet, au milieu des années 90, les participants au marathon des sables étaient davantage issus des groupes sociaux « favorisés » (Barthélémy, 1999). L'augmentation très forte du nombre de concurrents depuis le milieu des années 90 en est sans doute, pour partie, responsable. Les concurrents les moins dotés en capital économique tendent à mettre en œuvre des stratégies visant à récolter les fonds nécessaires à l'inscription. Ils constituent alors des dossiers de présentation de leur propre parcours sportif et de l'épreuve concernée qu'ils envoient à de probables sponsors (équipementiers sportifs, entreprises et commerces locaux, comités d'entreprise...). Très fréquemment, ils associent également à leur engagement le soutien à une association à but humanitaire pour laquelle, à leur tour, ils collectent des fonds. Ainsi, leur participation au marathon

des sables est symboliquement davantage valorisé dans la mesure où il ne s'agit pas, simplement, de courir dans le désert mais aussi de soutenir une cause « juste » (les enfants malades, le développement durable, l'aide à l'éducation dans les villages africains etc.). La recherche de sponsors semblent facilitée par ce genre d'initiative, médiatiquement plus porteuse.

Exemple de D. A. (homme, 37 ans, commercial, participation au marathon des sables en 2005, 3^{ème} quart du classement) : *« Le choix du MDS était lié à la capacité de mobilisation : un évènement reconnu, fort me permettrait de fédérer plus de monde, aussi bien pour courir avec moi ou me soutenir. C'est ainsi que mes amis et beau-frère coureurs ont accepté de relever le défi avec moi. Et puis, rapidement nous avons lié notre démarche sportive à une démarche de responsabilité sociale [pour le soutien d'une association oeuvrant en faveur d'enfants et d'adultes handicapés]. De ce point de vue le MDS est justement très cohérent ».*

Ces stratégies de sponsoring, qui nécessitent des ressources culturelles permettant l'établissement d'un dossier de présentation de soi et le démarchage des entreprises, ne sont pas mises en œuvre par l'ensemble des participants, notamment les plus dotés en capital économique. Dans ces cas-là, c'est une forme de désintéressement par rapport à une logique de sponsoring basée sur la représentation du partenaire financier qui est mise en avant.

Exemple de F.B. (homme, 60 ans, ingénieur, participation au marathon des sables de 2000 à 2004, dernier quart du classement) : *« je n'ai pas demandé à mon entreprise [de me sponsoriser]. Je considère mes participations au marathon des sables comme faisant partie de mes activités de loisir et je ne souhaite pas obligatoirement pendant ce temps représenter mon entreprise ».*

Contrairement aux marathons classiques ou à certaines courses d'ultrafond, l'engagement dans un marathon des sables nécessite des ressources économiques importantes ou, à défaut, des ressources culturelles permettant une recherche ciblée et organisée de partenaires financiers. Les seules compétences sportives ne garantissent pas l'accès à ce type d'épreuves, d'autant plus qu'aucune sélection sur « critères sportifs » n'est opérée par les organisateurs. Mais symboliquement, la sélectivité « sportive » tend à être présentée comme plus forte que pour un marathon eu égard aux conditions de course : distance supérieure en kilomètres au marathon, climat et terrain hostiles. Les plus « compétiteurs » parmi les concurrents trouvent peut-être au marathon des sables l'occasion d'accéder au haut du classement, ce que leurs performances sur la distance du marathon par exemple ne leur permettent pas d'espérer. En effet, parmi les cinq concurrents

interviewés classés au marathon des sables dans les 50 premiers, seuls deux peuvent prétendre à une qualification aux championnats de France sur la distance du marathon.

Exemple de P.C. (homme, 38 ans, ingénieur, participation au marathon des sables 2001, 2002 et 2003, 1^{er} quart du classement) : « *Gamin, je rêvais de devenir champion sur... le marathon. Pour moi cela représentait la distance reine. Je rêvais de gagner les JO 2000 sur cette distance. Très vite, je me suis rendu compte que mes capacités étaient limitées et que je ne deviendrais jamais un champion. Très franchement aujourd'hui je n'en éprouve aucun regret. Avec le recul, je ne suis pas sûr que la vie d'un sportif professionnel est si bien que ça : le stress, la pression, les faux amis... et surtout les contraintes ne me font vraiment plus rêver de devenir un champion aujourd'hui, et pour en avoir côtoyé je n'ai pas l'impression qu'ils sont si heureux que ça* ».

5.2. Configurations familiales et professionnelles

La participation à un marathon des sables suppose un coût financier important car au montant de l'inscription à la course proprement dite s'ajoute encore l'ensemble des frais d'équipement voire de transport et d'hébergement pour ceux qui habitent loin de Paris (lieu du départ en avion vers le Maroc). Mais au-delà de cet aspect matériel, l'investissement temporel dont font preuve les participants, et ce souvent au quotidien, est également élevé. En effet, environ 50 % des concurrents enquêtés par questionnaire en 2004 s'entraînent au moins cinq fois par semaine (ils sont 42 % à s'entraîner trois ou quatre fois par semaine). Le temps consacré par les participants à leur pratique de la course à pied interroge par conséquent les modes d'organisation temporelle de leur vie quotidienne.

Figure 4 :

Plus les concurrents sont jeunes, plus ils consacrent du temps à leur entraînement. Ainsi, parmi les moins de 30 ans, aucun ne s'entraîne moins de 6 heures par semaine. De plus, 80 % des hommes et 66 % des femmes interrogés vivent en couple au moment de l'enquête. Et comme l'ont montré des enquêtes sur la pratique sportive des Français, la vie de couple n'entame pas les probabilités de pratiquer une activité sportive (Irlinger et al., 1987). De même, le fait d'avoir des enfants ne constitue pas un facteur limitatif de la pratique. Toutefois, pour les femmes, le fait de ne pas avoir d'enfant semble pouvoir favoriser l'engagement sur une telle épreuve. En effet, les femmes ayant des enfants mettent souvent l'accent sur la difficile organisation du quotidien que leur pratique suppose. Les configurations familiales méritent d'être prises en compte en tant qu'elles offrent ou non des conditions favorables à la pratique de l'ultrafond, très coûteuse en temps. Il est à noter à ce sujet que les femmes engagées au marathon des sables vivent, plus souvent que les hommes, seules et sans enfant.

Exemple de I.T. (femme, 49 ans, infirmière, participation au marathon des sables en 2004 et 2005, dernier quart du classement) : [I.T. a 3 enfants] *« je pense avoir été comprise par mon mari mais mes enfants ont du mal à accepter que je ne sois pas seulement mère... Personne m'a soulagé dans mon quotidien j'ai été débordée en permanence, entre les entraînements, le travail, la maison et la préparation du matériel. J'avais l'impression de vivre en surrégime... Bien sûr je n'ai rien dit pour ne pas créer de conflits, mais du coup le MDS m'appartient totalement ».*

Figure 5 :

La participation au marathon des sables exprime également des différences d'appartenance socioprofessionnelle. Le milieu professionnel apparaît parfois comme un facteur incitatif à ce type

d'engagement et ce de deux manières différentes. D'une part, plusieurs des concurrents interviewés ont été initiés à la course à pied par des collègues de travail. La socialisation professionnelle constitue, en effet, un élément pouvant encourager la pratique de sports d'aventure (Kay et Laberge, 2002).

Exemple de E.B. (femme, 29 ans, chef de projet en marketing, participation au marathon des sables en 2005, dernier quart du classement) : *« en juin 2004, un des membres du comité de direction de mon entreprise (coureur de longue date qui a fait la traversée des fous) a parlé à deux autres coureurs de la société de son rêve de faire le marathon des sables. De cette discussion est né un pari fou : monter une équipe mixte sponsorisée par la société pour faire le marathon 2005. Début juillet, le pari était gagné, ils étaient 3 hommes et connaissait mon goût pour le sport alors de fil en aiguille ils m'ont demandé si je souhaitais rejoindre l'équipe ».*

D'autre part, la valorisation symbolique que procure l'engagement, mais surtout le fait de terminer un marathon des sables, tend à être accentuée dans le cadre professionnel. Ainsi, *« les qualités dont [le participant au marathon des sables] a fait preuve sur la course : volonté, persévérance et autogestion, sont considérées comme transférables professionnellement »* (Barthélémy, 2002). Cette identité de « sportif de l'extrême » capable de relever des défis exceptionnellement difficiles est incontestablement valorisante. Les participants au marathon des sables apparaissent « extraordinaires » aux yeux des gens « ordinaires ». Courage, volonté, détermination et dépassement de soi participent pleinement à la définition de leur identité personnelle et professionnelle.

Exemple de N.L. (femme, 38 ans, journaliste, participation au marathon des sables en 2004 et 2005, dernier quart du classement) : *« C'est effectivement considérable... fou même [de passer de deux footings par semaine à l'ultrafond]. Mais à l'époque j'avais besoin de vivre quelque chose de très fort... de me surpasser, de prouver aux gens qui m'entouraient [au niveau professionnel] de quoi j'étais capable en terme d'endurance, de résistance. C'est hallucinant comme vous êtes perçu après une telle course ».*

5.3. Réaménagements contextuels

Les configurations familiales et professionnelles constituent des éléments susceptibles d'encourager ou de freiner l'engagement dans une activité comme l'ultrafond très coûteuse en temps et contaminant l'ensemble des sphères de la vie quotidienne. Elles permettent, dans une certaine mesure, de saisir les conditions sociales d'actualisation des dispositions à l'ultrafond que

nous avons déjà évoquées. En retour, le fait de s'investir dans une telle pratique va être à l'origine de réaménagements dont les répercussions sont sensibles dans le cadre familial et relationnel.

Exemple de P.B. (homme, 53 ans, directeur de recherche, participation au marathon des sables en 2004, 1^{er} quart du classement) : *« Mon engagement sportif est compris par ma famille parce que nous avons ma femme et moi transmis à nos quatre filles le goût du sport. Et qu'elles ont développé elles-mêmes dans leurs disciplines un niveau d'exigence et d'entraînement qui leur ont permis d'avoir de bonnes satisfactions individuelles et en équipe. Nous échangeons nos impressions, nos sensations, même si nos disciplines sont assez différentes. Ma pratique du sport est acceptée parce que ma famille sait qu'elle participe à mon équilibre physique et mental. Et que mon entourage peut en ressentir quelques bienfaits, lorsque je reviens satisfait et détendu d'une bonne séance d'entraînement. Par ailleurs j'ai découvert tardivement la course à pied et ce n'est que lorsque la dernière d'entre elles avait 12 ans que j'ai commencé à prendre du temps pour m'entraîner et pour faire quelques courses dans l'année. Les activités familiales, à une période où nous estimions que nous devions être proches de nos enfants, n'ont pas été perturbées par mes activités sportives. Je fais quelques concessions, de type entraînement tôt le matin ou tard le soir, pour ne pas être absent des activités collectives ou familiales. Au même titre que ma famille accepte parfois que je ne participe pas à une activité familiale pour pouvoir faire une course ou un arbitrage d'épreuve sur route. J'ai l'impression que les concessions sont équilibrées et je ne ressens pas de conflit au sujet de mon activité sportive ».*

La pratique de l'ultrafond influence de la sorte la gestion du quotidien. Elle pose également la question de la modification des dispositions (Lahire, 1998, 2002) par la transformation des modes de vie notamment. Pour certains concurrents, l'entrée dans l'ultrafond va s'accompagner de changements, plus ou moins prononcés, des habitudes alimentaires et des rythmes de vie. La surveillance du poids corporel constitue à cet égard un élément primordial. En effet, la perte de poids engendrée par ou pour la pratique permet certes une amélioration des performances, mais modèle aussi le corps. Celui-ci participe directement à l'expression identitaire des coureurs (Detrez, 2002). C'est pourquoi il est important d'en *prendre soin* en surveillant son alimentation, en étant attentif aux petites douleurs musculaires ou articulaires et en procédant à une préparation minutieuse pour le marathon des sables (badigeonnage des pieds quelques semaines avant le départ afin de réduire le risque d'ampoules, collage de bandes d'élastoplaste aux endroits susceptibles de souffrir de frottements dus notamment au sac à dos...). La contamination par la pratique de l'ultrafond de l'ensemble des sphères de l'existence participe à un véritable travail de transformation de soi (Darmon, 2003 ; Mennesson, 2004). Celui-ci recouvre les dimensions corporelle (alimentation, musculation et hygiène de vie), mentale (capacité à se dépasser) et sociale (valorisation professionnelle de l'engagement).

Exemple de J.V. (homme, 46 ans, cadre commercial, participation au marathon des sables en 2004, 1^{er} quart du classement) : « *Mon premier objectif était de perdre du poids car j'ai tendance à grossir dès que j'arrête. Donc la pratique de l'ultra me permet de maintenir mon poids de forme en suivant également une diététique alimentaire parfois contraignante. (...) Je suis presque toujours attentif à mon alimentation, sans être pour autant une obsession. Pour le MDS, j'avais eu la chance de rencontrer un médecin qui m'a donné des conseils en alimentation afin de pouvoir assumer la masse d'entraînement tout en perdant mon surpoids (je pesais 82kg au début de mon plan d'entraînement en décembre et pour le MDS j'étais descendu à 74 kg). Aujourd'hui, c'est devenu une habitude et je continue à m'alimenter selon ses conseils. (...) [Pendant le MDS je n'ai ressenti] aucune douleur... Je m'étais tanné les pieds depuis plusieurs semaines et je m'entraînais régulièrement avec le sac à dos que j'avais protégé avec de l'elasto* ».

6. Conclusion

La position de l'ultrafond sur le marché sportif, et notamment dans le domaine de la course à pied, assure à ceux qui s'y adonnent des profits symboliques incontestables. Son aspect distinctif et valorisant est certes lié à la rareté d'un tel investissement (le nombre d'engagés est très inférieur à celui des courses sur route classiques) mais aussi aux caractéristiques structurantes des épreuves elles-mêmes (distances supérieures au marathon, dénivelé important, terrain accidenté, milieu hostile...). La forte médiatisation du marathon des sables participe également à son succès. La participation à une telle épreuve laisse ainsi apparaître des stratégies de contournement et de reconversion (Bourdieu, 1978) visant à éviter le marché très concurrentiel de la course à pied compétitive fédérale pour investir un marché plus réservé assurant une valorisation symbolique très forte.

L'analyse des profils sportifs des participants au marathon des sables montre l'existence de dispositions à l'effort d'endurance acquises souvent au cours de longues années de pratique de la course à pied ou d'autres sports d'endurance. L'engagement à une telle épreuve n'est toutefois pas réductible à une question de dispositions sportives mais suppose également des conditions sociales le rendant plausible (Berger et Luckmann, 1989). Le coût financier d'une participation au marathon des sables assure à cette épreuve un recrutement social parmi les membres des classes moyennes ou supérieures. Lorsque les ressources économiques semblent faire défaut, un fort capital culturel (Bourdieu, 1979b) permet à certains participants de mettre en œuvre des stratégies de présentation de soi (Goffman, 1973) capables d'aboutir à une prise en charge financière partielle ou totale de la

part de sponsors divers (entreprises, collectivités territoriales, associations). Outre les propriétés économiques et culturelles, les configurations familiales (Lahire, 1995) et professionnelles doivent être prises en compte dans la mesure où elles peuvent constituer des facteurs favorisant ou freinant ce type d'engagement.

L'investissement temporel et énergétique que demande une telle activité ne peut, semble-t-il, rester sans conséquences dans la mesure où il contamine l'ensemble des sphères de l'existence. Ainsi, loin d'être anodin, un tel engagement marque les histoires de vie. La question de la permanence et de la modification des dispositions, tout comme celle de la possibilité de transferts de compétences d'un domaine d'activité à un autre, se posent avec acuité (Corcuff, 1999). La pratique de l'ultrafond entraîne de la sorte un certain nombre de changements dans la vie quotidienne (pratiques sportives, alimentaires, éducatives...). Les incidences, à long terme, de tels engagements dépendent sans doute, dans des proportions variables, du degré de changement de dispositions initiales et de conditions d'existence plus ou moins adaptées aux efforts de très longue durée. Ainsi, une des questions essentielles restant ici en suspend est celle de l'impact sur la longue durée d'un tel engagement.

Bibliographie

Barthélémy M. (1998). Le goût de l'extrême : passion et souffrance dans les aventures organisées. In Bromberger C. (dir), *Passions ordinaires*. Paris: Bayard, 477-495.

Barthélémy, M. (1999). *Le marathon des sables, étude ethnologique et sociologique d'une épreuve multiple*. Thèse. Marseille : Université de la Méditerranée.

Barthélémy, M. (2002). Approche ethnographique d'une aventure extrême : le marathon des sables. *Sport med*, 141, 6-8.

Berger P. et Luckmann T. (1989). *La construction sociale de la réalité*. Paris : Méridiens Klincksieck.

Bertaux D. (1997). *Les récits de vie*. Paris : Nathan.

- Bessy O. (2005). Sociologie des pratiquants de l'extrême. Le cas de figure des participants au Grand Raid de La Réunion. *STAPS*, 69, 57-72.
- Bouchet P. et Lebrun A-M. (2003). L'expérience de consommation de tourisme sportif de pleine nature. *Revue européenne de management du sport*, 10, 227-249.
- Bourdieu P. (1978). Classement, déclassement, reclassement. *Actes de la recherche en sciences sociales*, 24, 2-22.
- Bourdieu P. (1979a). *La distinction. Critique sociale du jugement*. Paris : Editions de Minuit.
- Bourdieu P. (1979b). Les trois états du capital culturel. *Actes de la recherche en sciences sociales*, 30, 3-6.
- Bourdieu P. (1980). *Le sens pratique*. Paris : Editions de Minuit.
- Corcuff P. (1999). Acteur pluriel contre habitus ? A propos d'un nouveau champ de recherches et de la possibilité du débat en sciences sociales. *Politix*, 48, 157-173.
- Darmon M. (2003). *Devenir anorexique*. Paris : La découverte.
- Defrance J. (1989). Un schisme sportif. Clivages structurels, scissions et oppositions dans les sports athlétiques, 1960-1980. *Actes de la recherche en sciences sociales*, 79, 76-91.
- Defrance J. (1995). *Sociologie du sport*. Paris : La Découverte.
- Detrez C. (2002). *La construction sociale du corps*. Paris : Seuil.
- Ferraroti F. (1990). *Histoire et histoires de vie. La méthode biographique dans les sciences sociales*. Paris : Méridiens Klincksiesck.
- Goffman E. (1973). *La mise en scène de la vie quotidienne. 1/La présentation de soi*. Paris : Editions de Minuit.
- Irlinger P., Louveau C. et Métoudi M. (1987). *Les pratiques sportives des Français*. Paris : INSEP.
- Kay J. et Laberge S. (2002). The 'new' corporate habitus in adventure racing. *International Review for the Sociology of Sport*, 37/1, 17-36.
- Lahire B. (1995). *Tableaux de famille*. Paris : Seuil.
- Lahire B. (1998). *L'homme pluriel. Les ressorts de l'action*. Paris : Nathan.

- Lahire B. (2002). *Portraits sociologiques*. Paris : Nathan.
- Lahire B. (2004). *La culture des individus*. Paris : La Découverte.
- Lapeyronie, B., Bessy, O. et Menaut, A. (2000). L'évolution de l'identité des marathons et des marathonniens (1896-1998). *Sport Bruxelles*, 43(2), 36-45.
- Mennesson C. (2004). Etre une femme dans un sport « masculin ». *Sociétés Contemporaines*, 55, 69-90.
- Mignon P. et Truchot G. (2002) (dir). *Les pratiques sportives en France*. Paris : Ministère des Sports et INSEP.
- Pociello C. (1981). La force, l'énergie, la grâce et les réflexes. Le jeu complexe des dispositions culturelles et sportives. In Pociello C. (dir), *Sports et société. Approche socio-culturelle des pratiques*. Paris : Vigot, 171-237.
- Pociello C. (1987). Un nouvel esprit d'aventure, de l'écologie douce à l'écologie dure. *Esprit*, 4, 95-105.
- Quéval, I. (2004). *S'accomplir ou se dépasser*. Paris : Gallimard.
- Schotté M. (2002). Réussite sportive et idéologie du don. Les déterminants sociaux de la « domination » des coureurs marocains dans l'athlétisme français (1980-2000). *STAPS*, 57, 21-37.
- Yonnet P. (1998). *Système des sports*. Paris : Gallimard.

Notes

¹ *Var Matin*, 01/04/2003.

² *Metro*, 07/04/2005.

³ *Le Républicain Lorrain*, 25/06/2005.

⁴ « L'ultrafond » désigne les courses dont les distances sont supérieures à celles du marathon (42 km et 195 m). Une revue, baptisée *Ultrafondus*, consacrée à ce type de courses, a vu le jour en mai 2003. (cf. www.ultrafondus.com).

⁵ 125km à parcourir, avec un dénivelé positif de 8000m et un temps limite de 60h.

⁶ 158km à parcourir, avec un dénivelé positif de 8500m et un temps limite de 45h.

⁷ 217km à parcourir, avec un dénivelé positif de 4000m et un temps limite de 60h.

⁸ Propos du kinésithérapeute des équipes de France d'athlétisme, *Ca m'intéresse*, n°292, juin 2005, p.24.

⁹ Propos d'un marathonien français de niveau international, *Ca m'intéresse*, n°292, juin 2005, p.24.

¹⁰ Pour le marathon des sables en 2005.

¹¹ Constat également relevé pour les pratiques sportives en générale dans l'enquête sur les pratiques sportives en France (Mignon et Truchot, 2002).

¹² Ce type de parcours semble plus rare.

¹³ 79 % des participants au marathon de sables ont couru un ou plusieurs marathons.

¹⁴ D'autres courses d'ultrafond dans le désert existent : la Desert Cup (160km non-stop à travers le Mali) la 333 ou la 555 (selon 333 ou 555 km non-stop à travers le désert du Ténéré).

¹⁵ Concernant l'édition 2004 du marathon des sables, les organisateurs ont dénombré un total de 234 articles de presse répartis de la façon suivante : 145 dans la presse régionale, 30 dans la presse nationale et 59 dans la presse internationale.

¹⁶ A titre d'exemple, la Desert Cup ne compte qu'environ 150 participants et la 555 une soixantaine.