

CHAMP-DE-MARS

La slackline : entre sport, loisir et style de vie

L'école de l'équilibre

Créée dans les années 1980, la slackline est un sport hérité du funambulisme, à ce détail près qu'il se pratique sur une sangle et dans tous les endroits imaginables. Depuis peu, la section colmarienne du Club alpin français en fait un outil d'initiation.

Comme tous les mercredis quand il fait beau, Rémi Aragon arrive sur le Champ-de-Mars avec son sac à dos. Il choisit ses arbres et commence par poser des serviettes sur leurs circonférences afin de protéger les troncs. Puis installe une sangle avant de la tendre. En cinq minutes, la slackline (ou corde lâche en français, la sangle gardant une grande élasticité) est prête à accueillir ses premiers équilibristes.

Rémi Aragon est coordinateur de la section escalade du Club alpin français. « L'hiver, on est au Camille-Sée les lundis et jeudis soir et les samedis après-midi. Dès que les beaux jours arrivent, on se retrouve à Gueberschwihr aux mêmes dates. Et là, le mercredi, on vient de lancer cette activité en complément. » Car, si les origines de cette discipline sont incertaines et sont plus tournées vers les arts du cirque, elle a acquis ses premières lettres de noblesse dans les années 1980 quand deux "slackers" ont installé leur sangle sur les hauteurs de la Pointe de la Flèche perdue dans le parc national de Yosemite en Californie. « On retrouve un peu les mêmes choses qu'en escalade, explique Rémi Aragon. L'équilibre avec le travail de gainage du corps. La concentration avec le développement de la confiance en soi : on a l'impression que l'on va tomber. Mais il faut se forcer à faire le pas suivant... Et puis, comme dans l'escalade, ça se pratique en pleine nature et on ne laisse pas de traces. »

Rémi est rejoint, petit à petit, par d'autres membres du CAF, tel Guillaume Cayzele : « Je pratique le ski de randonnée, l'escalade, la randonnée... La slackline vient des grimpeurs pour la concentration et la recherche d'équilibre. On l'utilise aussi en ski pour la proprioception (le fait

de sentir son corps et la position de ses membres sans les voir, Ndlr). Ce que je cherche, c'est le fun avant tout. Et quand on pense à se concentrer, on ne pense pas au boulot. »

« Au début, c'est impressionnant. Mais c'est à la portée de tous.

Il suffit d'un peu de concentration, de patience. Et il ne faut pas s'énerver, sinon, on n'y arrive pas »

James Pearson, vice-président du CAF, est venu presque en voisin. « J'habite à 100 m », indique-t-il. Plutôt orienté vers la conquête des sommets et le ski alpin, James reste pragmatique. « Pour progresser en alpinisme, il faut savoir grimper. Et la slackline m'aidera plus tard dans de l'alpinisme un peu plus technique. » Pour le moment, après trois séances seulement, il est encore débutant. Un particulier, Alexis Hucher, qui a installé sa slackline un peu plus loin dans le parc, lui donne quelques conseils. « Essaie de focaliser sur un point sur l'arbre en face. Et tu passes ensuite sur une jambe. » James obéit, avance prudemment jusqu'à ce que la sangle vibre trop, entraînant sa chute.

Alexis n'est pas membre du CAF. Et débute aussi. « Je fais de la slackline depuis un mois. Au départ, je fais de l'escalade. La slack permet de mieux gérer son équilibre. » Pour lui, c'est un excellent vecteur de communica-



Le Club alpin français installe ses slacklines tous les mercredis en fin d'après-midi et propose à chacun de défier la pesanteur. PHOTO DNA – JULIEN KAUFFMANN

tion. « Dès qu'on installe une sangle dans un parc, il y a tout de suite des gens qui viennent discuter ou essayer. » Car c'est extrêmement accessible. « Au début, c'est impressionnant. Mais c'est à la portée de tous. Il

suffit d'un peu de concentration, de patience. Et il ne faut pas s'énerver, sinon, on n'y arrive pas. » Une école de l'équilibre et de la « zénitude » en quelque sorte. ■

JEAN-FRÉDÉRIC TUEFFERD

► Le Club alpin français pratique la slackline les mercredis à 18 h 30. Cette activité est ouverte à tous. Les rendez-vous sont indiqués sur <http://club-alpin-colmar.ffcam.fr>

Philosophie de la sangle

Le Colmarien Gilles Haeffelé a découvert la slackline par hasard, il y a trois ans. Il en a fait une véritable philosophie de vie.

LA SANGLE EST TENDUE entre deux arbres du Champ-de-Mars à environ 1,70 m du sol. Elle vibre très légèrement. Gilles Haeffelé, 42 ans, s'en approche avec calme et d'un léger saut, prend appui dessus. Il s'assoit, les deux jambes de part et d'autre faisant balancier. Il pose un premier pied sur la sangle et s'élève. Avec légèreté et grâce, il avance calmement. La sangle s'abaisse de plus en plus au fil de sa progression. D'au moins 1 m à la moitié du parcours. Puis, sur la fin, Gilles s'amuse à se laisser onduler verticalement avant de cesser les oscillations et de terminer son parcours de 30 mètres sous les regards mi-incrédules, mi-impassibles des autres occupants du parc, ne sachant pas vraiment ce qu'ils viennent de voir.

« Évoluer sur quelque chose qui bouge »

Car si la slackline se développe en France, ce n'est pas encore un sport populaire. Elle reste spectaculaire et ne semble attirer que des extraterrestres au sens de l'équilibre très développé. Pourtant, Gilles Haeffelé est bien loin du casse-cou inconscient. C'est même tout le contraire : il semble avoir les pieds bien sûrs sur terre, même s'il prend le sien à



Pour Gilles Haeffelé, la slackline est plus qu'une activité physique: un mode de vie. PHOTO DNA JK

défier les lois de la pesanteur.

« J'ai découvert la slackline par hasard, raconte d'une voix douce et posée cet enseignant. Je faisais du roller, il y a trois ans, du côté d'Ingersheim. J'ai croisé des gens qui faisaient de l'initiation avec des slacks de 7 mètres, à 45 centimètres du sol. Je me suis dit : "Tiens, ça a l'air sympa". J'ai donc essayé. Mais au début, impossible de tenir dessus. Le corps essaie de compenser

les mouvements. Mais en fait, il les amplifie. Ce qui fait que les pieds bougent tout le temps. » Il ne se décourage pas pour autant et fait une seconde séance. Et rapidement, achète sa première slack.

« Ce qui m'a plu, ce sont les sensations. Ça demande de la concentration. Et au niveau du corps, il y a plein de choses qui se développent. La première fois, j'en ai fait ¾ d'heure. Le lendemain,

j'avais des courbatures dans le dos, comme si j'avais fait de la musculation. Ça gaine énormément. Mais maintenant, j'ai une meilleure posture debout. Je le sens au quotidien. »

La slackline, cela se passe également dans la tête. « J'ai lu le bouquin de Joël de Rosnay, *Surfer la vie*. J'ai fait plein de parallèles avec la slack. Il parle de la société fluide. Je ressens le même esprit, d'évoluer sur quelque chose qui bouge. » Il parle volontiers du « principe d'attrition » qui est le contraire du principe de précaution, ou selon les mots de Joël de Rosnay, « l'affirmation du risque calculé ». « À une hauteur de 1,70 m, si vous essayez, vous risquez de vous faire mal », suggère-t-il. Tandis que lui, à force d'essai et de répétition, est parvenu à apprivoiser les différents paramètres de son parcours. « La clef, c'est la progressivité. J'ai commencé sur une sangle de 15 mètres. Et depuis un

an, je suis sur 30 mètres. »

La pratique de la highline, c'est-à-dire une slackline en montagne, au-dessus du vide, le tente. « J'ai eu l'occasion d'en faire au-dessus de l'eau, sur le canal à Bischwihr. Il y avait une longueur de 10 mètres avec une profondeur de 2 ou 3 mètres. Je me suis surpris. Les longueurs de 10 mètres, je les fais sans problème. Mais là, j'étais bloqué par la peur de tomber. »

En effet, la slackline est une expérience d'une intensification des sensations, qu'il s'agisse du temps ou de l'équilibre. « Sur la slack, je ne peux pas m'arrêter en plein milieu. » Raison pour laquelle, ce philosophe de la sangle est à la recherche de sensations toujours plus fortes. « Pour cet été, je voudrais commencer sur quelque chose de plus long : 70 ou 100 mètres. » Pour aller toujours plus loin sur l'étroit fil de la sagesse. ■

J-F T

LES MÉTAMORPHOSES DE LA CORDE LÂCHE

Si la slackline est l'activité la plus populaire et la plus simple à mettre en œuvre puisqu'il suffit de deux points fixes (arbres, poteaux, candélabres..) pour fixer son matériel, de nombreuses variations sont apparues au fil des années.

D'abord la highline où le décor urbain est remplacé par les montagnes. De même, la waterline se passe au-dessus de l'eau. Les plus téméraires peuvent s'essayer à la blindline. Les évolutions se font les yeux bandés, ce qui demande une grande maîtrise.

Il y a également un versant acrobatique avec la trickline et la jumpline, disciplines que partagent Youri Martini-Paillat, 15 ans. « J'ai commencé, il y a 4 ans, la slackline. Depuis trois mois, je m'entraîne à faire du freestyle (trickline) ou des sauts (jumpline). Le plus dur dans le saut, c'est l'atterrissage car il faut reprendre son équilibre. » Si Youri parvient à grimper sur sa slack d'un bond comme à s'élever de plus d'un mètre sans tomber, il a des objectifs pour cette année : « Il faut que j'apprenne à faire des saltos. »