

FriActiv ou le mouvement pour tous

Une application pilotée par le canton allie exercices et découverte de Fribourg et de Bulle, pour l'instant



Le conseiller d'Etat Romain Collaud et les conseillers communaux des villes pilotes Jérôme Tornare (à g.), à Bulle, et Pierre-Olivier Nobs (à dr.), à Fribourg, présentaient l'application à la presse hier. © Charly Rappo

Stéphane Sanchez

Publié le 25 juin 2022

Temps de lecture estimé : 4 minutes

Sport » Bouger et suer à volonté, traîasser ou sprinter, mais en se cultivant, en s'amusant et en découvrant le patrimoine bâti: c'est ce que propose l'application pour smartphone FriActiv, disponible dès aujourd'hui sur Google Play, et dès le 15 juillet sur l'App Store. Gratuite, elle recense pour l'heure trois parcours physiques et à thèmes à Bulle et à Fribourg, communes

pilotes. Mais bien d'autres communes devraient rejoindre l'aventure – et pas seulement celles en terres fribourgeoises, indiquait hier à la presse le Service cantonal du sport (SSpo), qui pilote ce projet évolutif depuis 2020.

A Bulle, le parcours est long de 2,8 km, avec dix postes. «Nous avons décidé de valoriser les parcs et les jardins», explique Philippe Fragnière, coordinateur des sports de la ville. La boucle passe ainsi par la place du Marché, le parc Loretan, la promenade de la Trême, les Jardins Anglais, le Cabalet, les Jardins de Sainte-Croix.

Une variété de choix

Fribourg a conçu deux parcours. Le premier, long de 2 km, avec 8 postes, s'inscrit autour et aux alentours de la place du Domino. L'autre, baptisé «Fribourg Discovery», compte 10 postes sur 8,5 km. Il passe par la cathédrale et l'Hôtel cantonal avant de piquer vers le pont de Saint-Jean et de remonter vers les Bourgeois par les escaliers du funiculaire et du Collège Saint-Michel.

FriActiv donne une liberté de choix. On peut d'abord opter pour des itinéraires axés sur la culture, le patrimoine, la nature ou la pédagogie (pour les écoles). Une deuxième étape permet de sélectionner le type d'exercices proposés à chaque poste: «agile», pour l'équilibre, «relax» pour la méditation ou le yoga, «tonic» et «groupe». Sans oublier les exercices d'échauffement et d'étirement. L'intensité de l'effort se décline en deux catégories: modérée ou exigeante. Le sportif peut alors visualiser sur son smartphone une vidéo de l'exercice correspondant, exercice qui utilise parfois le mobilier urbain existant.

Bulle démontre déjà l'intérêt ludique du concept: «On peut apprendre le tango en dix leçons, en dix postes. Au premier, les pas de base sont filmés, expliqués. Il faut aller au poste suivant pour apprendre la suite. Ça mettra de

l'ambiance dans les parcs!» sourit Philippe Fragnière. Sur un autre itinéraire, il est permis d'embrasser les arbres. Ou de faire la brouette. Des notices plus ou moins développées donnent également des informations sur l'environnement architectural. Le potentiel est «presque infini», résume Benoît Gisler, chef du SSpO.

Mais il n'est pas pour autant nécessaire de garder le nez rivé sur l'écran. Grâce à la géolocalisation, une vibration alerte de la présence d'un poste à proximité. L'utilisateur peut en outre créer un profil facultatif et obtenir des statistiques.

Application inclusive

«C'est une application vraiment inclusive», souligne de son côté le conseiller d'Etat Romain Collaud, directeur de la Sécurité, de la justice et du sport. «Elle s'adresse à toutes les catégories d'âges et de conditions physiques, ainsi qu'aux personnes à mobilité réduite.» Elle correspond aussi au programme gouvernemental 2022-2026, qui veut intensifier la promotion de la pratique généralisée du sport, afin de contribuer à la santé et au bien-être de la population fribourgeoise.

Cette dimension inclusive explique la large palette d'acteurs qui ont participé à la conception de l'application, depuis 2020. Le concept repose sur un travail de bachelor de Jérémie Rossier, à la Haute Ecole d'ingénierie et d'architecture. Il a été repris par le développeur bullois Dootix. La Fédération fribourgeoise de gymnastique a contribué aux contenus adaptés. Pro Senectute, Pro Infirmis et Promotion Santé Suisse ont aussi pris part au projet. Tout comme l'Union fribourgeoise du tourisme.

L'histoire continue

Cette application est aussi évolutive. Les itinéraires «peuvent être développés dans tout le canton sur la même plateforme. C'est ce qu'il fallait», souligne le conseiller communal de Fribourg Pierre-Olivier Nobs. Sur les 260 000 francs de budget alloués, 160 000 francs sont en effet destinés à la maintenance et à l'évolution de l'application. L'adhésion au concept et l'ajout d'un itinéraire ne coûtent que quelques centaines de francs. Bulle et Fribourg pensent saisir encore cette occasion. «Certains contacts avec d'autres villes sont déjà établis, d'autres suivront par des initiatives d'antennes de Pro Senectute, de sociétés de gym ou d'acteurs locaux», estime Dominik Hugli, coordinateur de projet au Service du sport. «Six à neuf itinéraires seront introduits l'an prochain», glisse-t-il, sans donner de noms.



publicité

Saison des festivals VELO

Gagne une expérience épique VELO. +18. Nicotine - crée une dépendance.

En savoir plus



publicité

Cela peut arriver à tous

Nous aidons les paraplégiques à reprendre le cours de leur vie

En savoir plus



publicité

IQOS ILUMA: Essai gratuit

IQOS ILUMA: test gratuit de 14 jours + 3 paquets de TEREA offerts!*

Profiter maintenant