



ENCADREMENT, SÉCURITÉ ET INTÉGRITÉ

Causes de blessures

La pratique de sports sur les pumptracks est en forte croissance. L'encadrement est généralement faible ou absent, et les usagers sont peu informés des risques que comporte leur sport.

Tout d'abord, il est important de bien connaître et maîtriser son équipement (vélo, planche à roulettes, trottinette) avant de se lancer sur une pumptrack.

Il est fortement recommandé de porter un casque, mais aussi des protections sur les genoux et les coudes.

Le but d'une pumptrack est de générer de la vitesse en poussant dans les bosses et entre les bosses. Le risque majeur est la chute. Généralement, on parle d'éraflure légère sur la peau, mais le traumatisme peut être plus ou moins grave en fonction de la vitesse. Les genoux, les coudes et les mains sont les parties du corps les plus exposées à ce genre de blessures.