

Cahier des Charges, site de trail

TABLE DES MATIERES

1. METHODOLOGIE	2
2. OBJECTIF STRATEGIQUE.	2
3. PUBLIC CIBLE.	3
4. SYNTHESE DES ENTRETIENS D'ANALYSE DE L'ACTIVITE AVEC LES UTILISATEURS.	4
5. ANALYSE DE LA CONCURRENCE.	3
6. CONTENU DU SITE	8
6.1. DESCRIPTION DU CONTENU PRESENTE PAR LE SITE	9
6.2. ORGANISATION DU CONTENU	9
6.3. AU NIVEAU DU DESIGN	13
7. ASPECTS TECHNIQUES	14
8. ANNEXES	15

1 Méthodologie

Nous avons réalisé ce cahier des charges dans le cadre d'un cours d'Ergonomie au sein d'études en Master sciences et technologies de l'apprentissage et de la formation. Ce travail repose sur la création d'un **site internet sur le trail** à visée pédagogique. La méthodologie appliquée est le « design UX ». Il s'agit des différentes étapes de conception centrées sur l'utilisateur, afin de favoriser l'utilisabilité du site et permettre de couvrir tous les aspects de l'expérience de l'utilisateur avec le système.

Pour cela nous avons réalisé plusieurs étapes qui nous ont permis de cibler au plus près le futur usager, mais aussi de construire notre projet selon l'usage qu'il allait en faire, et concevoir notre maquette en lien avec des données fiables recueillies sur le terrain. Les étapes de construction du projet s'articulent autour de 4 pôles :

- **La planification** : nous avons en premier **défini les objectifs de conception**. Cette étape s'est réalisée en 2 temps, le premier repose sur la réalisation d'un **entretien semi directif** avec le **mandataire** afin de comprendre son besoin et lui permettre de s'impliquer dans le projet. Le deuxième temps concerne une **recherche et étude de la concurrence**, afin de définir ce qui existe sur le marché et cerner les standards qui les standards d'utilisation qui existent dans le domaine web du trail. De cette manière nous avons pu identifier les forces et faiblesses de ce qui est déjà en place, et nous positionner de manière efficace.
- **L'exploration** : nous l'avons réalisée au travers d'une **analyse de l'activité** qui est une étape permettant de **récolter des informations d'experts** (du domaine concerné par le projet) dans le **contexte de leur activité**. Cette étape donne les informations permettant de **modéliser** et de **formaliser** les **besoins des futurs utilisateurs** du projet. Ce travail a eu pour but de définir plus pertinemment l'activité réelle de l'utilisateur sur un domaine. Pour la réaliser nous avons effectué deux entretiens semi-directif auprès de deux jeunes femmes pratiquant la course trail. Notre projet a pu alors être travaillé pour qu'il soit au plus proche de la modélisation de leur pratique.
- **L'idéation** : nous avons créé une **carte d'expérience** pour identifier de manière chronologique les différentes étapes et interactions qu'aura notre utilisateur cible dans la pratique du trail. Cette carte d'expérience repose sur les données que nous avons obtenues au préalable suite aux entretiens avec le mandataire et les experts dans le cadre de l'analyse d'activité. Nous avons centré cette carte sur les **émotions ressenties** avant, pendant et après l'activité et ainsi **cartographié** les **points stratégiques** et **marquants de l'expérience** utilisateur. En sus nous avons aussi réalisé un persona qui permettra de nous projeter en direction de l'utilisateur. Le **persona** représente un **archétype** du **futur utilisateur**, il est construit sur les données issues des précédents entretiens. Il permet de rester collé **au plus près de l'utilisateur** dans notre démarche de projet.
- **La génération**, cette dernière étape nous ouvre à la formalisation de solutions de conception. Nous l'avons réalisée en utilisant une méthode intitulée « **tri des cartes** », elle repose sur le principe de catégorisation hiérarchique de l'information ; Les individus classant l'information sous la forme d'un réseau en arborescence pour réduire le temps de traitement de l'information. Il s'agit d'une démarche inconsciente et spontanée. Dans le cadre de création de ce site, nous l'avons réalisée auprès de 3 personnes afin de **concevoir l'architecture** de **l'information** présente dans le site. De cette manière en nous reposant sur l'analyse des réponses, nous pourrons nous appuyer sur des **manifestations objectives** de ces processus cognitifs.

En utilisant comme support l'arborescence architecturale obtenue avec le tri des cartes, mais aussi les données du persona de la carte d'expérience et des différentes analyses réalisées auparavant nous avons conçu un prototype du site internet. Nous avons transformé les idées produites dans les différentes phases sous forme concrète.

2 Objectif stratégique

La demande du commanditaire a défini que l'objectif du site serait d'aider des personnes dans la réalisation d'une préparation trail en vue de participer à la course que l'association « Orange Trail Tour » organise chaque année sur la commune de La Roche sur Foron.

Le site proposerait des entraînements spécifiques aux traileurs, aux futurs participants, par rapport à leurs envies, leurs capacités, leur forme physique sous la forme de conseil d'un coach et de programmes, parcours à réaliser. Le site permettrait de trouver des ressources pour apprendre à connaître ses propres réactions (physique et mentale) et différentes façons de s'entraîner. Il pourrait offrir des conseils en nutrition et en matériel, mais aussi présenter des petites courses locales qui peuvent être réalisées de manière intermédiaire dans cette démarche de progression.

Notre commanditaire nous a demandé un site ludique, mais facile d'utilisation. Elle souhaite que l'information se trouve très facilement, avec des items clairs et pertinents. La navigation dans le site doit aussi être simple pour que les recherches des utilisateurs ne soient pas laborieuses. Le manque de culture numérique que peut avoir le public cible ne doit pas être un frein à l'utilisation du site.

Le commanditaire souhaiterait un module d'inscription à des entraînements accessible en quelques clics, de manière simple et intuitive. Il nous laisse libre d'offrir une proposition. Il souhaite également faire la gestion du site lui-même.

3 Public cible

Le commanditaire a exprimé que le public ciblé par le site serait les éventuels participants à la course, mais aussi des débutants en trail, des personnes qui souhaitent s'améliorer, approfondir, performer ou simplement progresser dans le domaine du trail. Il s'adresserait aussi bien à un public de novices que d'habitues mais toujours dans cette démarche de progression. L'idée est que la personne qui consulte ou participe à des entraînements proposés par le site soit en capacité de faire la course que l'OTT organisent fin juin si elle le souhaite. Une partie des personnes de l'organisations pourraient être aussi intéressées par le site.

Cependant dans le cadre du cours nous nous sommes focalisés sur un **public de débutants**, qui seraient intéressés par faire la course de l'Orange Trail Tour (nommée « OTT ») en conclusion de leur entraînement sur l'année.

4 Analyse de la concurrence.

Dans le cadre de la recherche de concurrence nous avons utilisé un moteur de recherche pour trouver ce que les mots clefs : « débutant » « trail » proposaient. Force est de constater que sur la première page du moteur de recherche, seuls apparaissent des sites ayant un but commercial : plans d'entraînement, matériels, guides... et quelques blogs de sportifs ayant édité un article présentant le trail.

Nous nous sommes penchés sur le site de <http://www.reveurdetrail.fr/> Il est administré par un sportif passionné de montagne et de trail, il se présente sous la forme d'un blog. Quand bien même ce ne soit pas notre positionnement dans notre conception de site trail, nous avons relevé qu'il ne mettait pas au premier plan la vente de produit, ce qui pouvait de fait renvoyer à celui que nous souhaitons construire. Il offre de la connaissance sur l'univers du trail, dont une partie sur l'approche pour un débutant.

Forces du site	Faiblesses du site	Points d'attention pour notre site
	- Le site repose sur la forme blog, la navigation n'est pas aisée.	- Proposer une arborescence pertinente. Ressource : tri des cartes.
- Contenu riche et pertinent, propose des photos, des conseils et des retours sur des courses		- Proposer de la richesse dans les différents items. - Proposer des témoignages.
	- Manque de modernité de l'interface graphique. - Mise en forme en 2 colonnes faisant perdre en largeur et déséquilibrant la lecture.	- Proposer une interface moderne en termes de couleurs et propositions. - Largeur du site à adapter à l'écran et au support (responsive)
- Référencement important, trafic marqué, malgré une faiblesse au niveau design et graphisme simple.		- Porter attention au référencement (dans un deuxième temps) - L'attention portée à l'usage de l'utilisateur sera un point fort de notre conception.
- Proposition d'un guide pour débutants	- Nécessité de télécharger le guide en donnant son mail	- Proposer les informations directement sur le site.

L'analyse de la concurrence montre que l'attention que nous portons sur l'utilisateur, ses motivations, ses besoins feront la richesse de notre conception et nous permettra d'offrir un site répondant au besoin du marché.

5 Synthèse des entretiens d'analyse de l'activité avec les utilisateurs.

5.1 Analyse de l'activité

Les participantes à cette analyse d'activité sont Justine et Manon (pseudonymes). Ce sont toutes deux des jeunes femmes de la même génération pratiquant le trail depuis plusieurs années. Elles ont un parcours commun celui d'avoir pratiqué initialement la course à pied sur route (également nommée CAP, ou running). Ces deux participantes sont en lien avec le public cible du site web en projet, car elles ont commencé initialement leur pratique du trail par une inscription sur une course. Leur expérience les place maintenant comme expertes du domaine d'analyse, et offre un point de vue pertinent.

Les thèmes sur lesquels ont reposé les entretiens ont porté sur :

- L'organisation et le déroulement d'une sortie trail.
- Les renseignements sur le thème trail au sens large : matériel, courses, informations, l'hygiène de vie...
- L'entraînement.
- Les courses.

Manon avait une pratique confirmée de la CAP Il y a 4-5 ans elle s'est intéressée au trail pour avoir une « *pratique plus nature* », elle faisait déjà beaucoup de randonnée. Elle dit « *j'étais fatiguée du running, qui ne m'apportait plus grand chose* », son objectif n'était pas la performance et dépasser les autres, mais « *le dépassement de soi* ». Sa recherche s'est ouverte sur une pratique où elle allait pouvoir s'« *épanouir et allier sport, plaisir, bien être etc..* ». Elle a directement commencé par « *prendre un*

dossard » (i.e s'est inscrit) pour une course de 20km en juillet (trail de la Plagne) sur l'initiative d'un ami qui avait une forte expérience dans le domaine et connaissait le terrain.

Maintenant elle exprime penser trail, « *ne plus du tout avoir envie de course à pied* », elle réfléchit trail, sa « *pratique et sa vision du sport, de son écosystème ont énormément changé* » et elle a « *besoin de montagne et d'espace pour s'éclater* ». Manon vit à Annecy, elle est en couple, son compagnon est aussi sportif mais dans le domaine du triathlon.

Justine habite dans un petit village au-dessus de La Roche sur Foron et est venue dans la région pour suivre son compagnon. Elle participe régulièrement à des courses au niveau local et dans sa région natale. Elle pratique plusieurs fois par semaine le trail et varie ses entraînements en fonction de ses objectifs de course.

Justine a commencé à courir il y a 8 ans, au départ sur un sevrage de tabac et une envie de perte de poids. Elle a commencé à courir sur route, les débuts étaient laborieux et difficiles, « *le plaisir est arrivé petit à petit sur la course à plat* ». Elle a vécu sa première expérience de trail en s'inscrivant à une course dans sa ville et à « *découvert les chemins, la forêt les champs* ». Elle dit avoir adoré et avoir eu l'envie de s'inscrire à d'autres courses. Cette vision orientée nature rejoint le témoignage de Manon.

Justine a un rapport au trail dicté par les **émotions**, « *d'une volonté de garder la forme et de perdre un petit peu de poids à cette découverte de la compétition qui m'a tout simplement transporté dans un truc, enfin surtout de courir dans la nature et d'en prendre plaisir c'était tout nouveau pour moi* »

Elle met à plusieurs reprises sa pratique en lien avec ces émotions : apaisement, sérénité, elle parle de « *transport* », « *d'émerveillement* » « *de joie* ». Le champ lexical des émotions et des sensations est très présent dans son discours. Nous avons aussi retrouvé ce domaine des sensations dans la manière dont Manon décrit ses expériences, particulièrement quand elle parle des trails de nuit qui ne peuvent s'exprimer par les paysages, mais « *une expérience, un ressenti particulier* », elle aborde le thème « *des sensations, montagne, neige, la lumière de la lune* » elle dit « *s'était quand même assez prenant* ». Elle fait aussi son **choix de course** sur l'**expérience** qu'elle va pouvoir **vivre et sur les paysages**.

Les **sensations** physiques aussi sont aussi mises en avant, aussi bien physiologiques : « *si mon cœur va trop vite* » « *la sensation de mieux être que je recherche* » que psychologique : « *je me déconnecte de la vie trépidante et je me reconnecte à un truc très simple* ».

Manon de son côté connecte sa pratique aussi sur le **mental**, il est une ressource importante et « *fait toute la différence* », pour elle le physique est lié à l'entraînement, mais pour dépasser ses conditions physiques « *c'est mental* ». Il peut même être à double tranchant car parfois c'est le pire ennemi qui dit « *va prendre une douche et cale toi dans ton lit* ». Manon dit qu'un entraînement trail « est compliqué », il faut sortir par n'importe quel temps, les conditions météo sont très variables (grêle, neige, froid.). La **ressource mentale** est une **force** aussi bien à l'**entraînement** que lors des **courses**.

Il est intéressant de noter que la **contemplation** a aussi toute son importance, Justine m'explique qu'elle a hâte que la situation se calme (en lien avec le confinement lié au Covid) afin de pouvoir retourner regarder un lever ou un coucher de soleil, elle dit « *s'émerveiller des petites choses* ». Elle associe la pratique de l'activité avec un moment personnel, de déconnexion et de reconnexion avec ses sensations. Cette **dimension de plaisir** se retrouve dans ce que Manon nomme les « *sorties plaisir* », qu'elle oppose au sorties entraînement. Dans la sortie plaisir « *tu prends la première paire de pompes et tu pars à l'arrache, sans trop t'inquiéter du dénivelé, du chrono.. et quand j'en ai marre je redescends* ». Les sorties entraînements pour Manon sont conditionnées par ses projets de courses, et reposent sur une dynamique d'organisation, elle part avec de la nourriture, de l'eau, son sac, et a préparé sa sortie en termes de km à parcourir et de dénivelé.

La **relation sociale** par rapport au trail est variable selon les deux jeunes femmes, on retrouve les courses avec leurs compagnons respectifs, et des amis. Cependant Manon a tendance à courir seule,

elle a évolué dans sa pratique car au début elle organisait des courses entre amis, « *c'était la bonne excuse pour faire un week-end entre potes* ». Ici dans la région elle connaît moins de monde, mais c'est aussi lié « *à l'évolution des gens en fonction de l'âge* », en termes de structure de couple ou non, s'il y a des enfants, un chien... Elle dit « *qu'elle gère différemment* ».

Justine coure parfois avec des amis, elle dit que ces moments permettent un partage aussi bien intime car on peut échanger aussi bien sur ses « *soucis et tracas* » que ses expériences.

Justine prend aussi beaucoup de photo lors de ses sorties, pour « *se souvenir de ces moments* » elle aime « *prendre son temps* ». Manon dit que c'est variable, mais que le trail a une « **dimension hédoniste, profiter des gens, de l'expérience** » il n'y a pas les mêmes enjeux que dans les courses à pied, on peut profiter du paysage, et par moment « *prendre le temps pour regarder, faire des photos, apprécier* », par contre elle ne s'arrête pas forcément, mais les prends rapidement en passant. Les photos et vidéo peuvent servir de support pour parler d'un trail : « *montrer à la famille, aux potes* », elles servent aussi à illustrer son blog, les réseaux sociaux. Elles peuvent être utilisées lors de **discussions entre traileurs** pour choisir une course, ou pour revenir dans une région en vacances.

Dans les deux contextes d'expérience, l'**organisation** semble un point à relever, Justine planifie ses sorties, aussi bien au sein de sa semaine de travail et de sa vie de famille (elle les fait avant ou après le travail, prend parfois ses affaires sur son lieu professionnel) que du point de vue de leur type : « *fractionné* » (alternance de course rapide et plus lente sous la forme de séries successives) ou « *footing* » (course lente). Manon dit que cette organisation est parfois lourde, dans la vie personnelle, les différents emplois, « *l'entraînement est parfois compliqué, quand tu dois caler une séance de fractionné, tu as des entretiens, tu te prends la tête en réunion ça peut être très positif, te permettre de décompresser* » mais c'est aussi parfois le truc en trop et « *tu as juste envie de rentrer chez toi* ».

Justine coure plusieurs fois par semaine (4 à 5 fois voire plus) et explique que pour moins subir certaines contraintes lors de courses telles les barrières horaires, et ne plus « *être en souffrance physique* » elle a eu besoin de rigueur et d'**entraînement** pour réaliser ses défis. Manon elle a fait appel à des coach depuis 3 ans, ils lui permettent de savoir que faire et quand, mais surtout de planifier aussi du repos. Elle a ressenti ce besoin lorsqu'elle a augmenté les distances. Justine utilise les plans d'entraînement en lien avec ses objectifs de course que son conjoint (coach) lui fait.

Les deux entretiens permettent de relever que toutes deux ont **1 ou 2 gros objectifs sur l'année** (choisi selon le côté amical pour Justine ou le lieu, les paysages, la réputation de la course pour Manon) et elles intercalent des petites courses intermédiaires. Les **entraînements sont alors adaptés aux challenges**. Pour planifier les sorties Justine utilise plusieurs supports : plans, strava. Elle visualise avant ses sorties où elle veut aller, Manon fait de même mais selon ses connaissances du lieu, du terrain, de ses besoins (sortie entraînement) elle regarde son parcours. L'idée principale pour toute deux est de connaître le nombre de Km et de dénivelé.

Les compétences organisationnelles et de planification semblent fortement mises en avant.

Au-delà des plannings et de l'organisation Justine adapte aussi son **hygiène de vie**, elle dit être attentive à son équilibre alimentaire, qu'il y a des aliments à privilégier et des petites choses à éviter. Elle ne fait pas appels à des professionnels pour se faire aider mais lit beaucoup ou regarde des petits reportages, elle suit des athlètes et professionnels de la discipline, « *que j'aime bien ce qu'ils font, on prend des petits conseils* ». Ses formats de ressources sont les revues, les sites internet, les comptes Instagram, des vidéos ou des reportages TV.

Manon exprime aussi l'importance de cette **hygiène de vie**, qu'il « *faut prendre en considération son métabolisme selon son âge* ». Son régime alimentaire est orienté sur des légumes, des produits frais peu raffinés, mais c'est aussi lié à sa conscience écologique. Elle connaît ce qui lui correspond. Elle a

par contre beaucoup de mal à manger en course, et travaille ce point en entrainement. La dimension hygiène de vie est vue de manière large, incluant la préparation du corps, les massages, la nutrition le repos.

Pour le **matériel** Justine exprime avoir peu de besoins, elle utilise les même vêtements plusieurs années, même s'ils ne sont plus à la mode, elle exprime certaine stabilité dans l'achat du matériel.

Manon est dans le même esprit, elle a réutilisé ses vêtements de course à pied. **Les cinq indispensables** qui ressortent sont : la montre, la veste, le sac à dos à eau, les bâtons, et les chaussures (avec leurs particularités selon le type de terrain)

Elle choisit son matériel en magasin, ou selon les avis de ses amies de trail lors d'un besoin particulier : par exemple le choix de son sac à dos car elle est petite elle a été conseillée par une amie qui avait le même et qui lui a fait essayer. Elle a l'avantage d'avoir son statut d'influenceuse qui lui permet d'avoir parfois certains tests chaussures.

Justine se déplace aussi en magasin pour choisir ses chaussures, car elles sont à changer plus souvent.

Il ressort aussi de ces entretiens que **les courses** ont toutes leur importance, car au travers de l'objectif de les réussir elles conditionnent les entrainements et la vie quotidienne. Elles nécessitent d'être programmées, au travers d'une inscription. Manon décrit les sites parfois compliqués « *un peu à l'ancienne* ». Il y a une grande variabilité de course, des sympathiques « *courses à la saucisse* » ou l'ambiance est conviviale ou on peut papoter discuter avec les bénévoles dans ce qu'on nomme l'esprit trail, et d'autres plus classiques où la communication entre coureur est moins facile, il y les courses mythiques que l'on souhaite inscrire dans son parcours « *course qu'il faut avoir sur son chelem* ».

Les courses sont pour Justine et Manon des défis à relever et leur pratique du trail est vraiment corrélée avec celles auxquelles elles choisissent de s'inscrire.

Les éléments clefs qui ressortent de l'analyse d'activité sont :

- Motivation : Inscription à une course, Garder la forme, expérience à venir,
- Planification des séances d'entrainement sur la semaine : selon le type.
- Planification de la sortie
- Photos
- Expérience de course : relation sociale, expérience physique, sensations, dimension hédoniste

Les sources de satisfactions sont en liens avec les ressentis émotionnels, physique de la séance, et mental

5.2 Persona

Voici le persona de Sophie Hartin réalisé en utilisant comme support l'analyse de l'activité, et la demande du commanditaire.

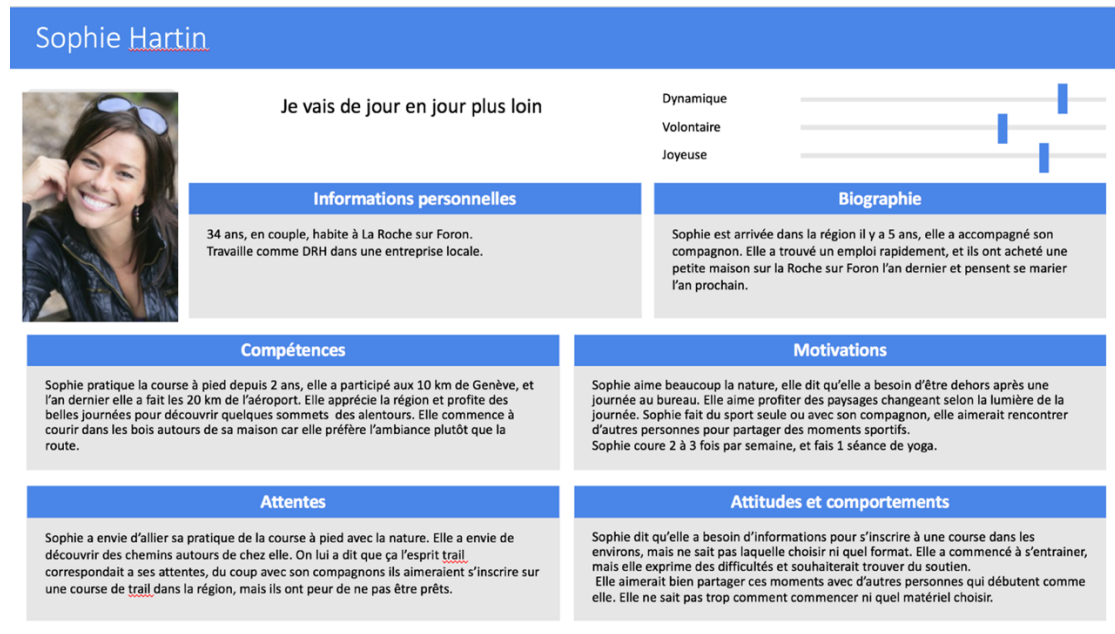


Figure 1: Persona de Sophie Hartin

5.3 Carte d'expérience

Voici la carte d'expérience réalisée à partir de l'analyse de l'activité et de la demande du commanditaire.

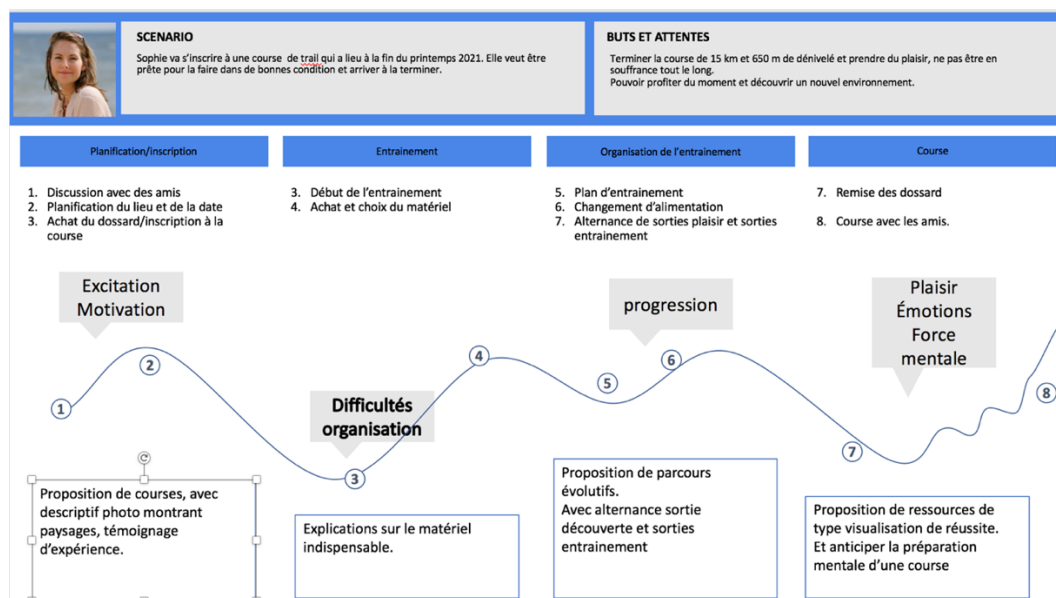


Figure 2: Carte d'expérience de Sophie

6 Contenu du site

6.1 Description du contenu présenté par le site

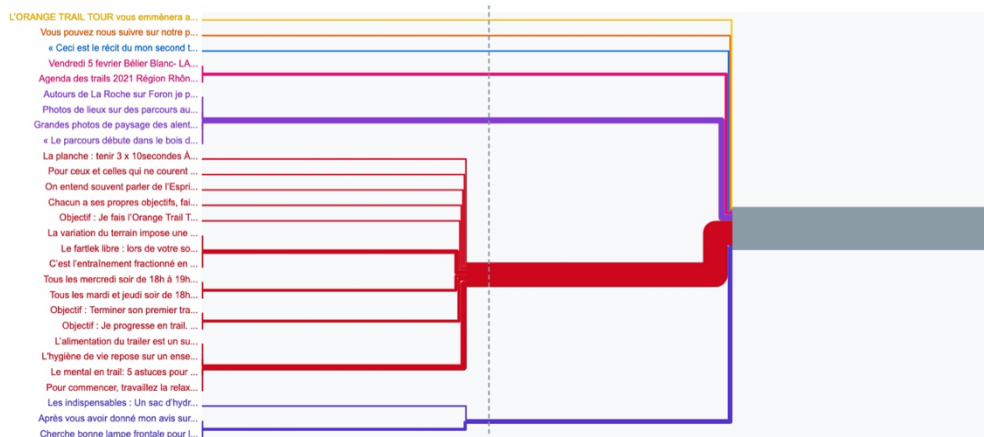
Les éléments principaux qui ressortent de l'analyse de l'activité, de la demande du commanditaire, du persona, de la carte d'expérience et de l'analyse de concurrence que nous allons mettre dans le site sont :

- La **préparation pour faire du trail** : en prenant en considération non seulement la partie physique (entraînements de courses, et générale) mais aussi la partie mentale et hygiène de vie. Dans l'analyse d'activité nous avons relevé que l'entraînement reposait sur des objectifs. Nous nous proposons donc de présenter ainsi une partie de l'information.
- La **participation à des courses**, avec en priorité l'OTT pour le commanditaire. Nous avons aussi observé l'importance des courses intermédiaires. L'utilisateur pourra donc au travers du contenu du site trouver les courses intermédiaires qu'il souhaite réaliser.
- Le **matériel** : avec une description de l'indispensable, mais aussi des avis d'utilisateurs, des conseils. L'utilisateur au travers d'un forum trouvera aussi des points de vue en lien avec le matériel qu'il souhaite acheter.
- Les **photographies** : l'image donne envie à l'utilisateur d'aller sur un parcours, de faire une course. Lors de l'analyse concurrentielle leur faible mise en avant était un point faible du site. Nous avons donc choisi de mettre en avant les photographies.
- La **planification** : l'utilisateur a exprimé l'importance de programmer les sorties, les courses, les distances pour atteindre son objectif. Nous avons donc trouvé pertinent de proposer directement sur le site un agenda des courses qui peut être synchronisé avec son propre agenda. De même les sorties de groupe seraient aussi synchronisables, et avec un lien externe type « doodle » pour signaler sa présence lors de la sortie.
- La **connexion** entre les utilisateurs est un point très important, non seulement au travers de la connexion sociale qui est au cœur de « l'esprit trail », dans l'analyse de l'activité une des participantes avait expliqué que pendant les courses on pouvait discuter, que les avis des autres utilisateurs sur une course, un parcours, un paysage avaient une grande place dans les choix. Notre futur utilisateur pourra se connecter avec les réseaux sociaux, mais aussi dans la vie réelle lors de sorties de groupe, et au travers du forum.
- **Ressentis et émotions** : une partie de l'expérience trail repose sur les émotions, et le ressenti, aussi bien physique que psychologique (Analyse de l'activité). L'utilisateur pourra sur notre site partager ses impressions sur les parcours, les courses, le forum.

6.2 Organisation du contenu

Pour organiser l'arborescence de notre site nous avons utilisé le tri des cartes (annexe 4). C'est une méthode utilisée dans la démarche de conception centrée utilisateur. Elle repose sur le principe de catégorisation hiérarchique de l'information et nous a permis de concevoir l'architecture de l'information présente dans le site de manière objective.

Dans un premier temps nous avons conçu des cartes représentant les différents thèmes mis en relief dans les étapes de conception précédentes (demande du commanditaire, analyse de la concurrence,



Dendrogramme avec merge

Figure 4 Dendrogramme

Le dendrogramme (Figure 4) nous offre une vue plus hiérarchique de l'association des cartes entre elles et permet une vision globale. Non seulement au travers des couleurs qui permettent de visualiser les groupes immédiatement, mais aussi au travers des ramifications. Ainsi l'architecture offerte par le dendrogramme suggère immédiatement les catégories potentielles du site. Soit en se basant ce qui est proposé en amont du 66 % (qui signifie que 2 des personnes sur les 3 ont mis les cartes dans le même groupe).

Dans la conception finale de l'arborescence l'analyse du dendrogramme et de la matrice permettront d'être pertinent dans la création des sous catégories.

Pour la création des catégories, nous nous sommes concentrés sur les résultats du dendrogramme et de la matrice de similarité en lien avec les points déjà mis en avant au cours des différentes analyses. Nous avons aussi utilisé l'analyse centrée sur le participant, mais qui ne sera pas nécessairement très pointue car elle nécessite beaucoup de participants.

Il ressort de l'analyse de grands groupes de catégories

- Un groupe « **parcours et photos** »
- Un groupe « **matériel** »
- Un groupe « **objectif de course** »
- Un groupe **Entraînement et préparation** physique

Nous pouvons donc utiliser en premier cette dénomination pour créer les premiers menus. Le dendrogramme montre que des « branches » sont plus individuelles et ne sont pas regroupées dans des sous-ensembles. Nous en avons déduit qu'il était nécessaire de leur attribuer une catégorie propre à chacun des thèmes. Comme par exemple les « réseaux sociaux », par ailleurs cette carte a posé des difficultés aux participants du tri des cartes (pas vraiment de place, aurait souhaité la dupliquer). Peut-être aurait-il fallu la présenter de manière différente. Dans le cadre de cette conception les analyses préalables ont montré l'importance de la connexion, et notre utilisateur sera de la génération des

échanges sur les réseaux. Nous faisons donc le choix de maintenir cet item et de l'incorporer et dans l'arborescence, et dans la page d'accueil.

L'arborescence se présentera ainsi sous la forme de la figure 5

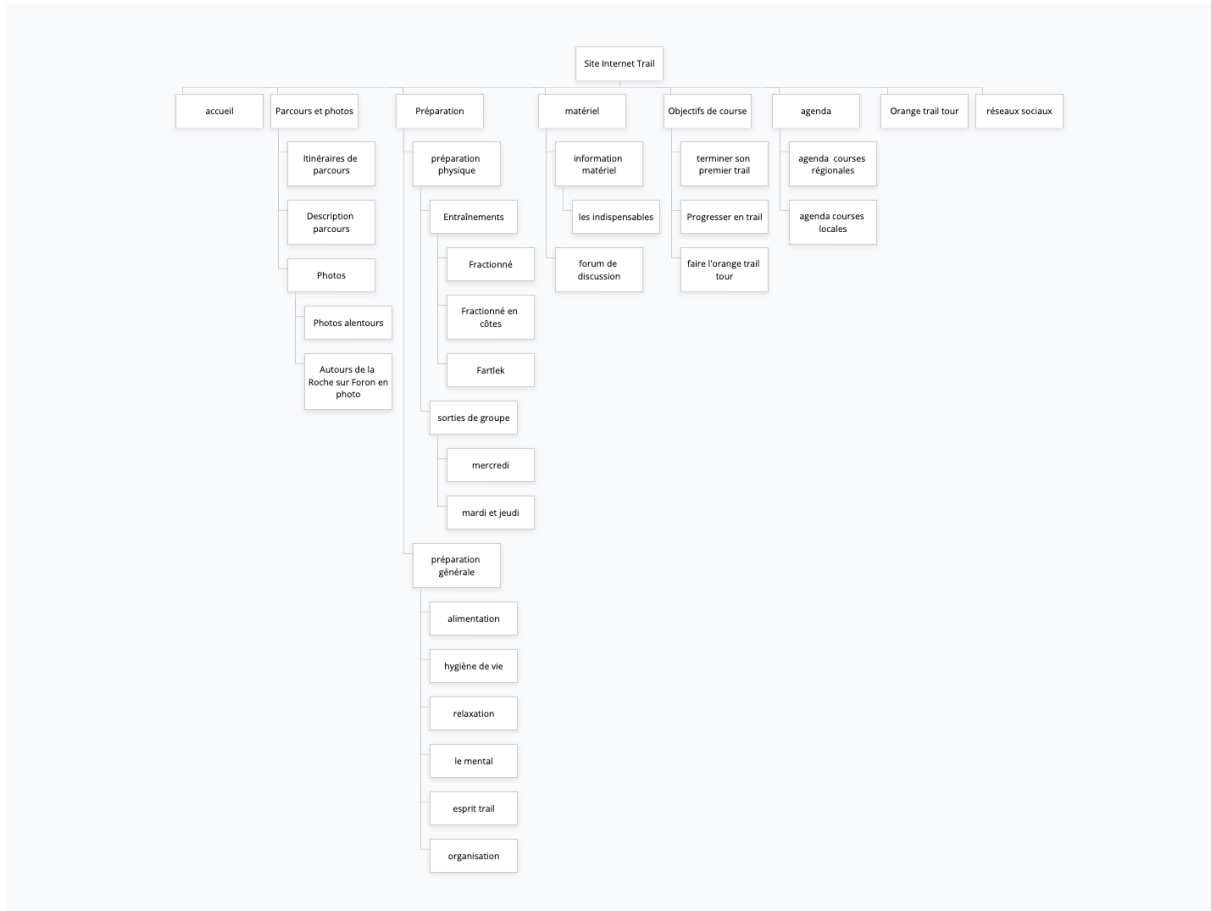


Figure 5 Arborescence du site

6.3 Au niveau du design

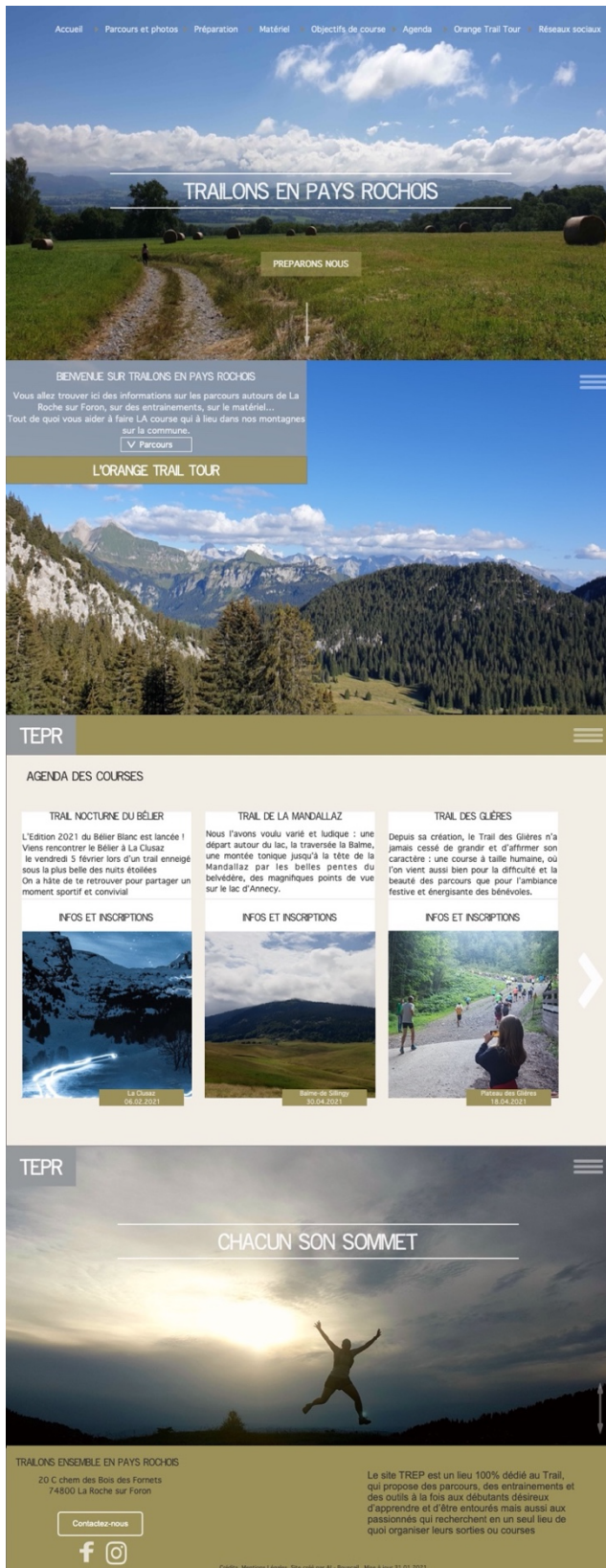


Figure 6 Exemple de la page d'accueil du site

La figure 4 présente une proposition de la page d'accueil du site sous forme de maquette statique.

Elle a été construite dans l'idée de garder la **simplicité** d'utilisation et l'aspect ludique demandé par le mandataire.

Nous avons donc choisi un **design épuré**, en limitant au possible le nombre d'informations.

La page d'accueil se présente sous la forme de 4 écrans qui pourront défiler sous l'action de l'utilisateur. Des indices visuels courants indiquent les actions à suivre : flèches, chevrons, pour faire défiler les informations.

Nous avons pris le parti de faire un défilement vertical sur la page d'accueil, mais aussi horizontal pour favoriser la fluidité du site. Et aussi dans la vision de l'utiliser sur différents supports : téléphone, ipad, ordinateurs.

Nous avons effectué le choix de ne mettre un menu entier que sur le bandeau de la première page, et seulement un menu déroulant sur les autres pour rester dans cette idée d'épurer le design mais sans pour autant sacrifier la navigation.

Les parties 1-2-3 de la page d'accueil créent des liens entre les autres pages du site pour naviguer rapidement entre les thèmes principaux. Et le logo en haut à gauche permet de revenir sur la page d'accueil.

Un autre choix a été de mettre en avant des photographies, comme montré par l'analyse de l'activité.



Figure 7 Exemple de page du site

La Figure 5 montre une page du site, nous sommes restés dans le même fonctionnement que sur la page d'accueil, avec un défilement horizontal et vertical pour garder une uniformité pour l'utilisateur. Les codes visuels sont simples et intuitifs pour que les utilisateurs trouvent facilement les actions à faire, permettant ainsi d'être adaptable à toutes les cultures numériques qu'ils peuvent avoir. Le choix des items est clair et pertinent comme l'a demandé le mandataire. Nous avons aussi reposé notre travail sur la proposition de photos, qui défilent automatiquement pour donner l'envie à l'utilisateur d'aller faire le parcours, comme il a été relevé dans l'analyse d'activité.

Nous avons aussi identifié en quelques mots la spécificité des parcours : difficulté, dénivelé, distance départ et une petite info résumant en quelques mots le parcours. Cette page peut permettre de programmer une sortie selon attente des utilisateurs.

Le futur utilisateur pourra aussi apprécier la notification sous forme de cœur indiquant le ressenti d'autres personnes sur le parcours, nous avons pu constater dans l'analyse d'activité combien les émotions avaient leur importance.

Dans l'ensemble la palette de couleur utilisée est dans des teintes neutres pour donner la part aux photographies, tout en restant dans le domaine de la nature.

6.4 Aspects techniques

Le site est construit pour être utilisé sur différents supports (téléphone, tablettes, ordinateurs) pouvant s'adapter à la mobilité des utilisateurs. Par exemple pour vérifier sur le téléphone une information sur un parcours..., ou alors prévoir une sortie depuis son travail. Le mandataire gèrera les mises à jour, et les compléments de contenu. Les items sont clairement identifiés pour offrir plus de facilité.

Le nom de domaine et l'hébergement sera géré par l'agence TECFA.

7 Annexes

7.1 Annexe 1 Demande du mandataire

7.2 Annexe 2 Analyse de la concurrence.

7.3 Annexe 3 Analyse de l'activité.

7.4 Annexe 4 Tri des cartes

Cartes disponibles : http://tecaetu.unige.ch/etu-maltr/aegir/bouscai8/ergo1/anne-Lise_tridescartsv2.pdf

Ergo V2/ Analyse de la demande

Date : 20/10/2020

Lieu : La roche sur foron .

Méthodologie : Entretien semi-dirigé, enregistré.

Mandataire : Madame M , organisatrice et responsable des inscriptions sur L'orange Trail Tour.

Objectif du site :

L'objectif du site internet serait d'aider des personnes dans la réalisation d'une préparation trail en vue de participer à la course que l'association « Orange Trail Tour » organise chaque année sur la commune de La Roche sur Foron. Le site proposerait des entraînements spécifiques aux traileurs, aux futurs participants, par rapport à leurs envies, leurs capacités, leur forme physique sous la forme de conseil d'un coach et de programmes, parcours à réaliser. Le site permettrait de trouver des ressources pour apprendre à connaître ses propres réactions (physique et mentale) et différentes façons de s'entraîner. Il pourrait offrir des conseils en nutrition et matériel, mais aussi présenter des petites courses locales qui peuvent être réalisées de manière intermédiaire dans cette démarche de progression.

Public cible :

Le public ciblé par le site serait les éventuels participants à la course, mais aussi des débutants en trail, des personnes qui souhaitent s'améliorer, approfondir, performer ou simplement progresser dans le domaine du trail. Il s'adresserait aussi bien à un public de novices que d'habitues mais toujours dans cette démarche de progression. L'idée est que la personne qui consulte ou participe à des entraînements proposés par le site soit en capacité de faire la course que l'OTT organisent fin juin si elle le souhaite.

Une partie des personnes de l'organisations pourraient être aussi intéressées par le site

Représentations :

Notre commanditaire nous a demandé un site ludique, mais facile d'utilisation. Elle souhaite que l'information se trouve très facilement, avec des items clairs et pertinents. La navigation dans le site doit aussi être simple pour que les recherches des utilisateurs ne soient pas laborieuses. Le manque de culture numérique que peut avoir le public cible ne doit pas être un frein à l'utilisation du site.

Madame M souhaiterait un module d'inscription à des entraînements accessible en quelques clics, de manière simple et intuitive.

Elle nous laisse libre d'offrir une proposition.

Maintenance :

Madame M a du temps pour pouvoir s'occuper de la maintenance du site internet.

Sources d'informations :

Le contenu du site reposerait sur des informations techniques issues du livre la « clinique du coureur », avec des informations sur comment ne pas se blesser, quel matériel utiliser, quels types d'entraînement faire. Et sur différentes revues parlant du trail. Les conseils en nutrition seraient aussi amenés par un livre fait par une traileuse.

Des informations de parcours reposeraient sur des traces « Strava » de coureurs locaux (du groupe OTT, ou autres).
Les visuels peuvent être issus de la banque de données de l'OTT, ou donnés par des connaissances.

Lien bibliographiques obtenus après un contact téléphonique dans un 2^{ème} temps :

Benedicto, J. (2019) Mon alimentation santé facile, spécial sportifs. Ed Jouvence Santé.
Dubois, B. Berg, F (2019) La clinique du coureur, la santé par la course à pied. Ed Mons.
Lelief, J.P, (2019) Trail. Guerin ed Paulsen.

Analyse de la concurrence

1. Introduction

Ce travail s'insère dans la démarche de construction d'un site web présentant les bases théoriques et pratiques de la course trail. Le contenu du site offrira les informations qui sont nécessaires à un coureur débutant d'être en capacité de faire la course « Orange Trail Tour ».

Cette analyse de concurrence a pour objectif de comprendre le contexte concurrentiel dans lequel ce projet est inscrit, c'est-à-dire qui sont les concurrents sur le marché, leurs manières de satisfaire le besoin de leurs utilisateurs, quels sont les services proposés... Afin de pouvoir cerner les standards d'utilisation qui existent dans le domaine web du trail. Mais son but est aussi de permettre que la conception du site web soit centrée non seulement sur le besoin des utilisateurs, mais aussi en lien avec les standards du marché. En observant le marché de la concurrence, nous pouvons constater les erreurs commises et ne pas les reproduire, nous pouvons obtenir des informations pertinentes pour la conception du site sur lequel nous travaillons et avoir un gain important pour sa future utilisabilité.

2. Objectif du site web analysé

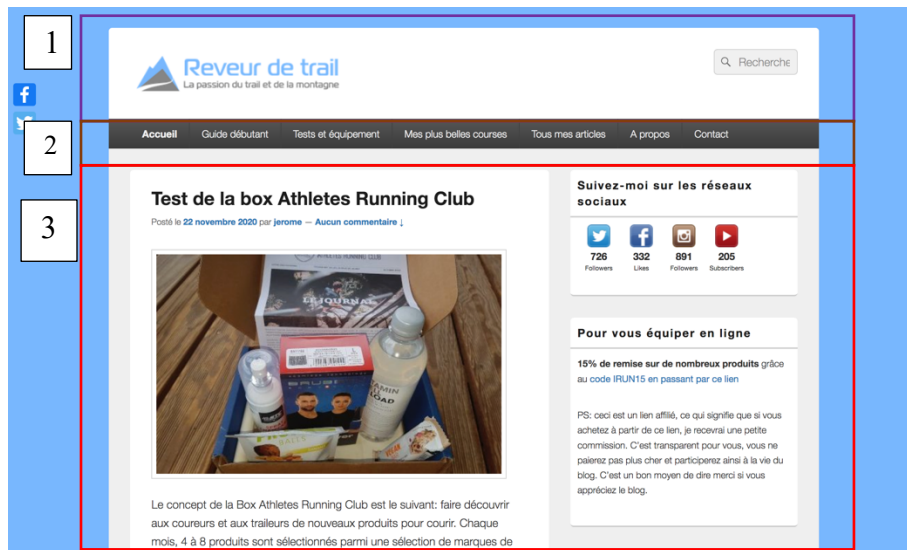
La première étape de cette analyse a été de chercher un site concurrent, j'ai utilisé un moteur de recherche pour trouver ce que les mots clefs : « débutant » « trail » proposaient. Force est de constater que sur la première page du plus connu, seuls apparaissent des sites ayant un but commercial : plans d'entraînement, matériels, guides... et quelques blogs de sportifs ayant édité un article présentant le trail. Je me suis donc penchée sur le site de <http://www.reveurdetrail.fr/> Il s'agit d'un sportif passionné de montagne et de trail. Son site ne met pas au premier plan la vente de produit, ce qui peut renvoyer à celui que nous souhaitons construire. Il offre de la connaissance sur l'univers du trail, dont une partie sur l'approche pour un débutant.

Cependant en allant un peu plus loin dans l'analyse du site, on peut constater que l'auteur fonctionne avec des partenariats auprès de certaines marques (Irun) mais il le fait avec transparence.

3. Public cible

Le site semble s'adresser à toute personne qui aime le trail ou soit intéressée par le sujet. On peut considérer que le public cible est le même car nous souhaitons qu'il soit débutant ou voulant progresser dans sa pratique. Ce site : Rêveur de trail met en avant un guide à destination du débutant et divers articles en lien avec la pratique et des courses. Sachant que l'objectif final de notre site serait la participation à la course de l'Orange Trail Tour (OTT) .

4. Contenu et organisation



L'organisation du site se fait sur la forme d'un blog : avec un bandeau d'entête simple présentant le logo, le nom de la page et une phrase d'accroche : « La passion du trail ». Dans ce bandeau d'entête on retrouve sur la gauche la zone de recherche.

La zone 2 est la barre de navigation, qui présente l'arborescence du site. Les items contenus sont clairs. Ils donnent les informations de manière simple. Chaque intitulé correspond à une page, il faut donc cliquer dessus pour voir le contenu, et revenir en arrière avec notre navigateur ou cliquer sur l'onglet pour revenir à la page d'accueil.

La zone de contenu est subdivisée en 2 colonnes :

- Dans la première nous retrouvons les articles du blog, par ordre chronologique du plus récent au plus ancien. Lorsqu'on clique sur l'article, on accède au contenu qui se déroule dans la colonne. Après chaque article il y a une proposition d'articles en lien avec le thème de celui qui vient d'être déroulé. Les hyperliens en interne sont très présents. Le site offre aussi la possibilité de laisser un commentaire. Le propriétaire du site semble réactif pour interagir avec sa communauté.
- La 2ème colonne positionnée sur la droite donne les informations suivantes :
 - Les réseaux sociaux sur lesquels le propriétaire est présent
 - Un lien d'affiliation partenaire pour s'équiper. Présentant aussi le lien commercial avec le propriétaire du blog.
 - L'accès au guide de trail gratuit, en s'enregistrant sur une plateforme.
 - Un « à propos » de présentation, qui donne accès à la page présentation si on clique dessus.
 - Un logo : Taillefer, qui donne accès à un autre site si l'on clique dessus. Site d'un club de trail grenoblois
 - Un item « publication Instagram », mais sans que l'on voit lesdites publications.

En pied de page on retrouve le copyright et le thème du site.

5. Problèmes et bonnes idées

Ce site repose sur le principe du blog, la recherche d'information n'est pas aisée : articles classés selon un ordre chronologique, ou dans le sous menu « tous mes articles » qui ouvre à une catégorisation.

Lors de la conception de notre site, nous devons être attentif à l'arborescence, de façon à ce que nous puissions trouver rapidement l'information, sans ouvrir plusieurs pages. Peut-être que travailler selon la méthode du tri des cartes serait une ressource (permet une modélisation des actions de l'utilisateur).

Le contenu des articles est pertinent, il propose des photos, donne des conseils, donne des retours sur des courses, il est riche et varié. Mais le site pas aisé à naviguer.

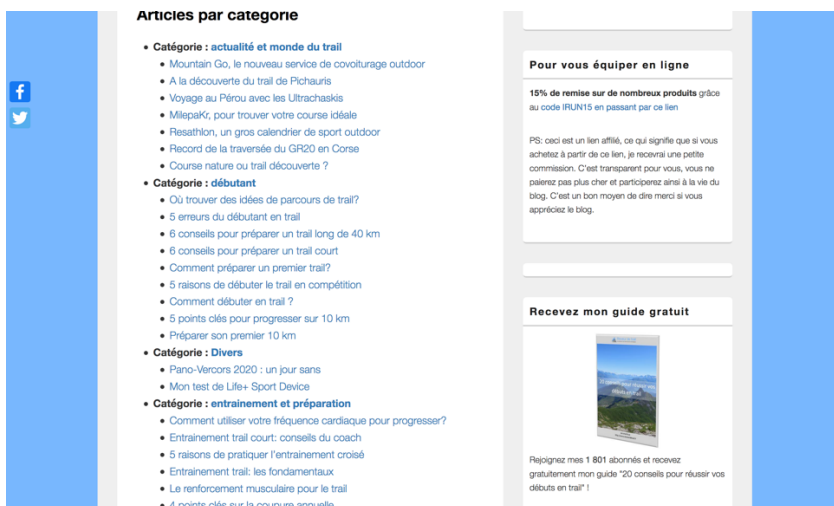
D'autre part l'interface graphique n'est pas moderne et actuelle alors que les articles sont récents.

La mise en forme en 2 colonnes quasi égales fait perdre en largeur les articles, et déséquilibre la lecture.



Le mandat concernant notre site précise qu'il doit être facile à utiliser, ludique et l'information claire. D'autre part l'analyse d'activité a montré que les photos sont importantes et participe au plaisir de l'activité. Sur le site de *rêveur de trail* les photos ne sont pas mises en valeur, car la mise en forme en colonne les réduit.

Le point fort de ce site est son contenu, riche et varié.



6. Conclusion

A la lecture de cette analyse, nous pourrions être attentif lors de la construction de notre site à l'arborescence et à la navigation dans notre projet. Nous pourrions aussi porter attention au contenu pour offrir le même type de richesse que ce site, qui malgré son design faible, son graphisme simple, est en première page sur le moteur de recherche Google. Il doit donc avoir un bon référencement et un trafic d'utilisateur important.

1. Introduction

Dans le cadre de méthodologie de design orienté utilisateur, l'analyse de l'activité est une étape qui permet de récolter des informations d'experts (du domaine concerné par le projet) dans le contexte de leur activité pour modéliser et formaliser les besoins des futurs utilisateurs du projet. Ce travail a pour but de définir plus pertinemment l'activité réelle de l'utilisateur sur un domaine. Le projet peut alors être travaillé pour qu'il soit au plus proche de celle-ci.

Le travail ci-dessous s'insère dans la démarche de construction d'un site web présentant les bases théoriques et pratiques de la course trail. Le contenu du site offrira les informations qui sont nécessaires à un coureur débutant d'être en capacité de faire la course « Orange Trail Tour ».

2. Participants

Les participantes à cette analyse d'activité sont Justine et Manon (pseudonymes). Justine est une jeune femme de 35 ans qui pratique la course trail depuis environ 8 ans (2012), elle a commencé sa pratique sportive par de la course à pied suite à un sevrage du tabac, et le désir de perte de poids. Elle exprime des débuts difficiles, mais a rapidement pris du plaisir. Elle est venue à la course trail en s'inscrivant sur une course dans sa ville, un 10 km dans la nature. Cette course lui a donné envie d'en faire d'autres. Justine est maintenant une pratiquante confirmée de la course trail, elle a de nombreuses courses à son actif et pratique aussi les ultra-trail.

Manon est aussi une jeune femme, de 31 ans, qui travaille comme responsable communication pour la filiale cyclisme d'une marque de sport et est influenceuse sport sur les réseaux sociaux. Elle habite à Annecy depuis 2 ans, elle vivait auparavant sur Paris. Elle a commencé sa pratique par de la course à pied sur route vers 18-19 ans pour avoir un sport qui lui permette de bien se dépenser. Elle a participé à plusieurs courses dont 2 marathons. Il y 4 ans, « *peut être 5 ans* » elle a commencé à s'intéresser au trail pour son côté plus nature. Elle faisait par ailleurs beaucoup de randonnées. Elle exprime une fatigue du running (= course à pied sur route), ayant l'objectif de se dépasser mais pas dépasser les autres. En running sur des courses, quelques secondes sont importantes, et elle recherchait plutôt de l'épanouissement, et allier sport avec plaisir et bien être. Manon a évolué dans sa pratique et participe à des courses de plus en plus longues

Ces deux participantes sont en lien avec le public site du site web en projet, car elles ont commencé initialement leur pratique du trail par une inscription sur une course.

Elles ont un parcours commun celui d'avoir pratiqué initialement la course à pied sur route (également nommée CAP, ou running). Leur expérience les place maintenant comme expertes du domaine d'analyse, et offre un point de vue pertinent. Il est intéressant de noter que l'évolution dans la pratique repose pour les deux jeunes femmes sur les distances et dénivelés effectués progressivement sur leurs courses. En effet chacune d'elle a augmenté au fil des années ses objectifs pour arriver sur des distances considérées comme longues, voir ultra longues. Justine a participé en 2019 à la CCC, (Courmayeur-Champex-Chamonix, 100km, 6100m de dénivelé), et Manon avait cet objectif cette année, mais la situation sanitaire a conditionné l'annulation de tout événement sportif. En course selon la classification de l'International Trail Running association (ITRA) on parle de :

- Trail pour des courses de moins de 42 kilomètres
- D'ultra Trail (M) pour des courses de 42 à 69 km
- De trail Ultra Long (L) pour des courses entre 70 km à 99 km
- De trail Ultra XLong (XL) pour des courses supérieures ou égales à 100 km.

3. Méthode

Pour mener cette analyse de l'activité, j'ai contacté une amie Justine qui pratique le trail depuis plusieurs années, son parcours et son approche de la discipline me semblait approprié pour ce travail.

Nous sommes convenues d'un rendez-vous par zoom en raison du contexte actuel. Des contre temps professionnels nous ont fait déprogrammer deux rendez-vous. Finalement nous avons organisé l'entretien le 13 novembre à 11h, Justine était installée confortablement chez elle, elle était en congé ce jour-là et revenait d'un entraînement de course à pied. Elle utilisait pour la première fois zoom, qu'elle avait chargé la veille sur son téléphone, mais elle a semblé à l'aise. Nous avons discuté quelques minutes au début de la rencontre de manière personnelle et j'ai ensuite entamé l'entretien. Dans un deuxième temps j'ai pris contact avec Manon, nous ne nous connaissions pas, mais avions parfois eu quelques échanges sur Instagram. Je l'ai d'ailleurs contacté par ce biais. Comme pour Justine nous nous sommes rencontrées via zoom jeudi 26 novembre, et avons échangé environ 1 heure autour du trail.

J'ai mené les entretiens sur le mode semi-directif, j'avais au préalable préparé une grille de questions ouvertes (Annexes 1), organisées autour de thèmes et sous thèmes, avec quelques questions de relance : « *Tu me parles de .. est-ce que tu peux m'expliquer ?* » « *est ce que c'est en lien avec ... ?* » « *Tu disais ...* » « *si je reprends ce que tu me dis...* » « *Lorsque tu me dis .. qu'est ce que tu veux dire* » ?. A la suite du premier entretien, j'ai effectué quelques modifications de ma grille afin d'affiner quelques questions et être plus pertinente. Avec quelques questions sur l'organisation, le matériel, mais aussi si « *éventuellement tu as une anecdote à me raconter ?* ».

Au milieu de l'entretien de Justine j'ai fait le point sur que j'avais déjà comme information, j'ai prévenu Justine, Je suis repartie ensuite avec la question : « *Du point de vue un peu plus précis est ce que tu peux m'expliquer comment tu t'entraînes ?* » j'ai utilisé l'acquiescement : par des « *Hum hum, D'accord, OK* ». Je n'ai pas eu besoin de faire de pause pour l'entretien de Manon qui allait naturellement d'un point à un autre, de manière très fluide.

L'idée était de fonctionner sur le mode du « *storytelling* » c'est-à-dire le recueil d'expérience personnelle ouvrant sur des exemples concrets. Le *storytelling* est basé sur des récits de vie. Dans la phase d'exploration il offre un éclairage contextuel aux données.

De cette manière Justine et Manon pouvaient me parler de leur pratique simplement, et me la décrire. Justine et Manon sont deux jeunes femmes qui parlent très facilement et j'ai eu peu à faire des relances. Par moment j'ai cependant fait expliciter certains détails, en reformulant un thème, ou en leur demandant de m'expliquer un peu plus.

Les thèmes sur lesquels reposaient mes questions étaient :

- L'organisation et le déroulement d'une sortie trail.
- Les renseignements sur le thème trail au sens large : matériel, courses, informations, l'hygiène de vie...
- L'entraînement.
- Les courses.

Du fait que je connaisse personnellement Justine, il y a quelques questions démographiques que je n'ai pas posées, connaissant déjà les réponses. Je ne connaissais par contre pas Manon, qui m'a déroulé petit à petit les informations le long de l'entretien.

D'autre part étant moi-même pratiquante du trail, cette analyse présente donc un biais implicite sur le sujet car je comprends certaines informations sans avoir besoin nécessairement de faire préciser, comme par exemple lorsqu'on parle de certaines courses, ou termes spécifiques au monde de la course à pied lorsque Manon parle de « *10K* » elle sous-entend une course de 10 km, ou alors le « *D+* » signifie dénivelé positif, c'est-à-dire la différence d'altitude entre le départ de la course et le/le(s) point(s) les plus hauts sur le trajet. Il s'agit de dénivelé cumulé tout au long du trajet d'une sortie ou d'une course. J'ai commencé l'entretien par quelques questions pour situer Justine dans la pratique (âge, durée de pratique, pratique professionnelle ou amatrice), puis lui ai demandé : « *est-ce que tu pourrais me parler*

de ton expérience de traileuse ? ». Pour Manon, j'ai entamé l'entretien en lui demandant de me parler de son expérience de manière libérée, comme si nous avions une conversation. Je lui ai ensuite dit « *dans un premier temps est-ce que tu pourrais te présenter et me dire depuis combien de temps tu pratique le trail ?* » cette question a finalement ouvert directement l'entretien, car la suite s'est écoulée sans que je ne fasse nécessairement de question d'ouverture à proprement parler.

4. Résultats

Les deux jeunes femmes sont de la même génération, Justine a 35 ans, et Manon 31. Elles sont toutes deux passionnées mais amatrices. Manon a plus d'expérience en course à pied sur route que Justine puisqu'elle coure depuis l'âge de 18-19 ans, Justine ayant commencé en 2012. Leur expérience dans le trail est respectivement de 8 ans pour Justine et 4-5 ans pour Manon. Il est intéressant de relever qu'elles sont rentrées dans la discipline par la course à pied.

Manon avait une pratique confirmée de cette discipline, elle a couru des courses de 10 km, 20 km, et 2 marathons. Mais elle dit qu'il y a 4-5 ans elle s'est intéressée au trail pour avoir une « *pratique plus nature* », elle faisait déjà beaucoup de randonnée. Elle dit « *j'étais fatiguée du running, qui ne m'apportait plus grand chose* », son objectif n'était pas la performance et dépasser les autres, mais « *le dépassement de soi* ». Sa recherche s'est ouverte sur une pratique où elle allait pouvoir s'« *épanouir et allier sport, plaisir, bien être etc..* ». Elle a directement commencé par « *prendre un dossard* » (i.e s'est inscrit) pour une course de 20km en juillet (trail de la Plagne) sur l'initiative d'un ami qui avait une forte expérience dans le domaine et connaissait le terrain.

Maintenant elle exprime penser trail, « *ne plus du tout avoir envie de course à pied* », elle réfléchit trail, sa « *pratique et sa vision du sport, de son écosystème ont énormément changé* » et elle a « *besoin de montagne et d'espace pour s'éclater* ». Manon vit à Annecy, elle est en couple, son compagnon est aussi sportif mais dans le domaine du triathlon.

Justine habite dans un petit village au-dessus de La Roche sur Foron et est venue dans la région pour suivre son compagnon. Ce dernier est coach sportif, et entraîneur de hand-ball pour un club Genevois. Elle est maman d'une petite fille. Elle travaille comme éducatrice spécialisée dans un foyer d'accueil pour adolescents en difficultés. Elle participe régulièrement à des courses au niveau local et dans sa région natale. Elle pratique plusieurs fois par semaine le trail et varie ses entraînements en fonction de ses objectifs de course.

Justine a commencé à courir il y a 8 ans, au départ sur un sevrage de tabac et une envie de perte de poids. Elle a commencé à courir sur route, les débuts étaient laborieux et difficiles, « *le plaisir est arrivé petit à petit sur la course à plat* ». Elle a vécu sa première expérience de trail en s'inscrivant à une course dans sa ville et à « *découvert les chemins, la forêt les champs* ». Elle dit avoir adoré et avoir eu l'envie de s'inscrire à d'autres courses. Cette vision orientée nature rejoint le témoignage de Manon.

Justine a un rapport à cette activité dicté par les **émotions**, « *d'une volonté de garder la forme et de perdre un petit peu de poids à cette découverte de la compétition qui m'a tout simplement transporté dans un truc, enfin surtout de courir dans la nature et d'en prendre plaisir c'était tout nouveau pour moi* »

Elle met à plusieurs reprises sa pratique en lien avec ces émotions : apaisement, sérénité, elle parle de « *transport* », « *d'émerveillement* » « *de joie* ». Le champ lexical des émotions et des sensations est très présent dans son discours. J'ai aussi retrouvé ce domaine des sensations dans la manière dont Manon décrit ses expériences, particulièrement quand elle parle des trails de nuit qui ne peuvent s'exprimer par les paysages, mais « *une expérience, un ressenti particulier* », elle aborde le thème « *des sensations, montagne, neige, la lumière de la lune* » elle dit « *s'était quand même assez prenant* ». Elle fait aussi son choix de course sur l'expérience qu'elle va pouvoir vivre et sur les paysages.

Les **sensations** physiques aussi sont aussi mises en avant, aussi bien physiologiques : « *si mon cœur va trop vite* » « *la sensation de mieux être que je recherche* » que psychologique : « *je me déconnecte de la vie trépidante et je me reconnecte à un truc très simple* ».

Manon de son côté connecte sa pratique aussi sur le **mental**, il est une ressource importante et « *fait toute la différence* », pour elle le physique est lié à l'entraînement, mais pour dépasser ses conditions physiques « *c'est mental* ». Il peut même être à double tranchant car parfois c'est le pire ennemi qui dit « *va prendre une douche et cale toi dans ton lit* ». Manon dit qu'un entraînement trail « est compliqué », il faut sortir par n'importe quel temps, les conditions météo sont très variables (grêle, neige, froid.). La ressource mentale est une force aussi bien à l'entraînement que lors des courses .

Manon m'a relaté un événement marquant dans sa pratique. Il se situe l'an dernier, elle participait à la course du saint-Bernard, 73 km. Elle s'était blessée sur la fin de son entraînement et souffrait des chevilles et d'une tendinite située dans genou (TFL), habituellement sur les descentes elle va bien, mais là c'était difficile. Sur le dernier ravitaillement elle a vu beaucoup de monde arrêter la course et abandonner. Il faisait nuit et elle ne se sentait pas prête à stopper son parcours, elle a continué avec son compagnon. La dernière montée était extrêmement difficile : beaucoup de dénivelé sur peu de km, et de nuit donc pas de vision de l'objectif. Elle dit que la « *notion du temps était horrible, qu'elle s'arrêtait à tous les virage* » Elle voyait la farandole de frontale qui d'un coup s'arrêtait, elle avait la sensation « *d'être à la fin de cette putain de montée* » mais ça ne l'était pas. Manon dit que c'est le souvenir le plus épuisant pour elle, qu'elle a « puisé dans ses ressources physiques et mentales » et enfin il y a eu la descente, mais « *c'était mentalement très hard core* ».

Dans son témoignage on ressentait vraiment cette difficulté et la force mentale qui a été mobilisée.

Il est intéressant de noter que la **contemplation** a aussi toute son importance, Justine m'explique qu'elle a hâte que la situation se calme (en lien avec le confinement lié au Covid) afin de pouvoir retourner regarder un lever ou un coucher de soleil, elle dit « *s'émerveiller des petites choses* ». Elle associe la pratique de l'activité avec un moment personnel, de déconnexion et de reconnexion avec ses sensations. Cette **dimension de plaisir** se retrouve dans ce que Manon nomme les « *sorties plaisir* », qu'elle oppose au sorties entraînement. Dans la sortie plaisir « *tu prends la première paire de pompes et tu pars à l'arrache, sans trop t'inquiéter du dénivelé, du chrono.. et quand j'en ai marre je redescends* ». Les sorties entraînements pour Manon sont conditionnées par ses projets de courses, et reposent sur une dynamique d'organisation, elle part avec de la nourriture, de l'eau, son sac, et a préparé sa sortie en termes de km à parcourir et de dénivelé.

La **relation sociale** par rapport au trail est variable selon les deux jeunes femmes, on retrouve les courses avec leurs compagnons respectifs, et des amis. Cependant Manon a tendance à courir seule, elle a évolué dans sa pratique car au début elle organisait des courses entre amis, « *c'était la bonne excuse pour faire un week-end entre potes* ». Ici dans la région elle connaît moins de monde, mais c'est aussi lié « *à l'évolution des gens en fonction de l'âge* », en termes de structure de couple ou non, s'il y a des enfants, un chien... Elle dit « *qu'elle gère différemment* ».

Justine coure parfois avec des amis, elle dit que ces moments permettent un partage aussi bien intime car on peut échanger aussi bien sur ses « *soucis et tracas* » que ses expériences.

Justine prend aussi beaucoup de photo lors de ses sorties, pour « *se souvenir de ces moments* » elle aime « *prendre son temps* ». Manon dit que c'est variable, mais que le trail a une « **dimension hédoniste, profiter des gens, de l'expérience** » il n'y a pas les mêmes enjeux que dans les courses à pied, on peut profiter du paysage, et par moment « *prendre le temps pour regarder, faire des photos, apprécier* », par contre elle ne s'arrête pas forcément, mais les prends rapidement en passant. Les photos et vidéo peuvent servir de support pour parler d'un trail : « *montrer à la famille aux potes* », elles servent aussi à illustrer son blog, les réseaux sociaux. Mais aussi lors de **discussions entre traileurs** pour choisir une course, ou pour revenir dans une région en vacances. Par exemple le trail de Verbier qu'a fait Manon lui a été suggéré par une collègue de trail, et les photos qu'elle lui avait montrée qui présumaient un paysage superbe.

Dans les deux contextes d'expérience, l'**organisation** semble un point à relever, Justine planifie ses sorties, aussi bien au sein de sa semaine de travail et de sa vie de famille (elle les fait avant ou après le travail, prend parfois ses affaires sur son lieu professionnel) que du point de vue de leur type : « *fractionné* » (alternance de course rapide et plus lente sous la forme de séries successives) ou « *footing* » (course lente). Manon dit que cette organisation est parfois lourde, dans la vie personnelle,

les différents emplois, « *l'entraînement est parfois compliqué, quand tu dois caler une séance de fractionné, tu as des entretiens, tu te prends la tête en réunion ça peut être très positif, te permettre de décompresser* » mais c'est aussi parfois le truc en trop et « *tu as juste envie de rentrer chez toi* ».

Justine coure plusieurs fois par semaine (4 à 5 fois voire plus) et explique que pour moins subir certaines contraintes lors de courses telles les barrières horaires, et ne plus « *être en souffrance physique* » elle a eu besoin de rigueur et d'**entraînement** pour réaliser ses défis. Manon elle a fait appel à des coach depuis 3 ans, ils lui permettent de savoir que faire et quand, mais surtout de planifier aussi du repos. Elle a ressenti ce besoin lorsqu'elle a augmenté les distances. Justine utilise les plans d'entraînement en lien avec ses objectifs de course que son conjoint (coach) lui fait.

Les deux entretiens permettent de relever que toutes deux ont 1 ou 2 gros objectifs sur l'année (choisi selon le côté amical pour Justine ou le lieu, les paysages, la réputation de la course pour Manon) et elles intercalent des petites courses intermédiaires. Les **entraînements sont alors adaptés aux challenges**. Pour planifier les sorties Justine utilise plusieurs supports : plans, strava. Elle visualise avant ses sorties où elle veut aller, Manon fait de même mais selon ses connaissances du lieu, du terrain, de ses besoins (sortie entraînement) elle regarde son parcours. L'idée principale pour toute deux est de connaître le nombre de Km et de dénivelé.

Les compétences organisationnelles et de planification semblent fortement mises en avant.

Au-delà des plannings et de l'organisation Justine adapte aussi **son hygiène de vie**, elle dit être attentive à son équilibre alimentaire, qu'il y a des aliments à privilégier et des petites choses à éviter. Elle ne fait pas appels à des professionnels pour se faire aider mais lit beaucoup ou regarde des petits reportages, elle suit des athlètes et professionnels de la discipline, « *que j'aime bien ce qu'ils font, on prend des petits conseils* ». Ses formats de ressources sont les revues, les sites internet, les comptes instagram, des vidéos ou des reportages TV.

Manon exprime aussi l'importance de cette hygiène de vie, qu'il « *faut prendre en considération son métabolisme selon son âge* ». Son régime alimentaire est orienté sur des légumes, des produits frais peu raffinés, mais c'est aussi lié à sa conscience écologique. Elle connaît ce qui lui correspond. Elle a par contre beaucoup de mal à manger en course, et travaille ce point en entraînement. La dimension hygiène de vie est vue de manière large, incluant la préparation du corps, les massages, la nutrition le repos.

Pour le **matériel** Justine exprime avoir peu de besoins, elle utilise les mêmes vêtements plusieurs années, même s'ils ne sont plus à la mode, elle exprime certaine stabilité dans l'achat du matériel.

Manon est dans le même esprit, elle a réutilisé ses vêtements de course à pied. Les cinq indispensables ressortent : la montre, la veste, le sac à dos à eau, les bâtons, et les chaussures (avec leurs particularités selon le type de terrain)

Elle choisit son matériel en magasin, ou selon les avis de ses amies de trail lors d'un besoin particulier : par exemple le choix de son sac à dos car elle est petite elle a été conseillée par une amie qui avait le même et qui lui a fait essayer. Elle a l'avantage d'avoir son statut d'influenceuse qui lui permet d'avoir parfois certains tests chaussures.

Justine se déplace aussi en magasin pour choisir ses chaussures, car elles sont à changer plus souvent.

Il ressort aussi de ces entretiens que **les courses** ont toutes leur importance, car au travers de l'objectif de les réussir elles conditionnent les entraînements et la vie quotidienne. Elles nécessitent d'être programmées, au travers d'une inscription. Manon décrit les sites parfois compliqués « *un peu à l'ancienne* ». Il y a une grande variabilité de course, des sympathiques « *courses à la saucisse* » où l'ambiance est conviviale ou on peut papoter discuter avec les bénévoles dans ce qu'on nomme l'esprit trail, et d'autres plus classiques où la communication entre coureur est moins facile, il y a les courses mythiques que l'on souhaite inscrire dans son parcours « *course qu'il faut avoir sur son chelem* ».

La dimension réseau sociaux semble aussi avoir son importance, ils donnent le sentiment que tous le monde fait certaines épreuves. C'est « *quelque chose qui est arrivé tard sur le trail* », mais avant les réseaux : faire un 100km en trail donnait l'impression que les athlètes étaient des surhommes,

maintenant il y a « banalisation », Manon dit « j'ai pris du recul par rapport à tout ça, les réseaux montrent quelqu'un qui a fait 70k, tu vas te dire ah, c'est cool ».

Les courses sont pour Justine et Manon des défis à relever et leur pratique du trail est vraiment corrélée avec celles auxquelles elle choisissent de s'inscrire.

Eléments clefs dans l'activité

- Motivation : Inscription à une course, Garder la forme, expérience à venir,
- planification des séances d'entraînement sur la semaine : selon le type.
- planification de la sortie
- Photos
- Expérience de course : relation sociale, expérience physique, sensations, dimension hédoniste

Les sources de satisfactions sont en liens avec les ressentis émotionnels, physique de la séance, et mental

5. Autoscopie

Lors du premier entretien Justine a dit beaucoup d'informations, elle s'est exprimée facilement, mais j'aurai peut-être dû la faire plus reformuler, ou rebondir avec des questions allant plus sur l'expériences vécue type « quel a été pour toi le meilleur moment de trail ? » « Aurais-tu une anecdote à me raconter ? qu'as-tu ressenti ? ... » la première partie de l'entretien prend vraiment cette direction, mais j'ai le sentiment que la fin qui touche plus à l'univers autours de l'expérience est finalement moins riche.

Manon s'est aussi exprimée facilement, nous avons pu aborder des sujets plus larges, et aller dans une conversation parlant des différentes expériences. Nous sommes plus restés sur de l'expérience de course et pas nécessairement sur une sortie de semaine, j'ai eu plus de mal à aller dans la direction que je souhaitais, car j'aurai eu besoin de l'interrompre alors que les informations qu'elle donnaient étaient pertinentes. J'ai malheureusement dû le faire quelque fois.

J'ai pu faire raconter un incident critique à Manon : un bouchon d'une heure en haut d'un col lors d'une course la Marathon-Race à Annecy, Je ne l'ai pas retranscrit, car je n'ai pas vraiment trouvé de lien pertinent avec cette analyse d'activité, si ce n'est qu'il rebondissait sur le côté convivial et facilité de communication entre les coureurs.

Ainsi qu'un souvenir marquant à Manon, qui m'a aidé à construire le persona et la carte d'expérience. Les entretiens étaient vraiment riches et ont demandé beaucoup de temps pour dégager les idées principales et faire ressortir les étapes importantes, ils contiennent encore beaucoup d'informations, mais j'ai essayé de faire une sélection pertinente.

6. Source audio

Les entretiens audios sont disponibles :

<http://tecfaetu.unige.ch/etu-mal/t/aegir/bouscai8/ergol>

7. Annexes

Annexe 1 : Grille d'entretien

Déroulement (1) introduction, (2) échauffement et quelques questions de démographie, (3) entretien, (4) rétrospective = synthèse, (5) clôture.

Thèmes :

- Thème 1 : expérience.
- Thème 2 : matériel/ supports/ressources

- Thème 3 : entrainement/ course

Démographie : est-ce que tu pourrais te présenter ? tu pratiques le trail depuis combien de temps ?
age ?

Thème	Question	Relance
1	- J'aimerais que tu me parles de ton expérience de traileuse Pourrais-tu me parler de la dernière fois que tu as fait du trail ?	Ah bon ? Et ? Ensuite ? Tu me dis c'est-à-dire ? lors d'une sortie que fais-tu en premier
1	Est-ce que tu peux me raconter le déroulement d'une sortie ? que fais-tu en premier ?	Pourquoi fais tu ça ? Comment ? est ce que tu peux m'expliquer plus ? c'est-à-dire ?
1	Quelle a été ton expérience la plus marquante ?	
2	Pourrais-tu me parler des ressources que tu utilises ?	Ah ? Pourquoi ? Est-ce que ? peux-tu m'en dire plus ?
1 / 3	Si je te dis hygiène de vie que penses-tu ? Idem entrainement ?	
2	Et quel est ton entourage ?	Professionnels, amis ?
	Quelle est ta relation avec le trail ?	
3	Est-ce que si je dis course ça te parle ?	Ah oui ? quelle est ton organisation ? ah bon tu fais comme ça, pourquoi ?
	Est-ce que tu aurais une anecdote à me raconter ?	
	As-tu quelque chose à rajouter ? as-tu des questions ?	

Annexe 2 : Persona

Sophie Hartin



Je vais de jour en jour plus loin

Dynamique

Volontaire

Joyeuse



Informations personnelles

34 ans, en couple, habite à La Roche sur Foron.
Travaille comme DRH dans une entreprise locale.

Biographie

Sophie est arrivée dans la région il y a 5 ans, elle a accompagné son compagnon. Elle a trouvé un emploi rapidement, et ils ont acheté une petite maison sur la Roche sur Foron l'an dernier et pensent se marier l'an prochain.

Compétences

Sophie pratique la course à pied depuis 2 ans, elle a participé aux 10 km de Genève, et l'an dernier elle a fait les 20 km de l'aéroport. Elle apprécie la région et profite des belles journées pour découvrir quelques sommets des alentours. Elle commence à courir dans les bois autour de sa maison car elle préfère l'ambiance plutôt que la route.

Motivations

Sophie aime beaucoup la nature, elle dit qu'elle a besoin d'être dehors après une journée au bureau. Elle aime profiter des paysages changeant selon la lumière de la journée. Sophie fait du sport seule ou avec son compagnon, elle aimerait rencontrer d'autres personnes pour partager des moments sportifs. Sophie court 2 à 3 fois par semaine, et fais 1 séance de yoga.

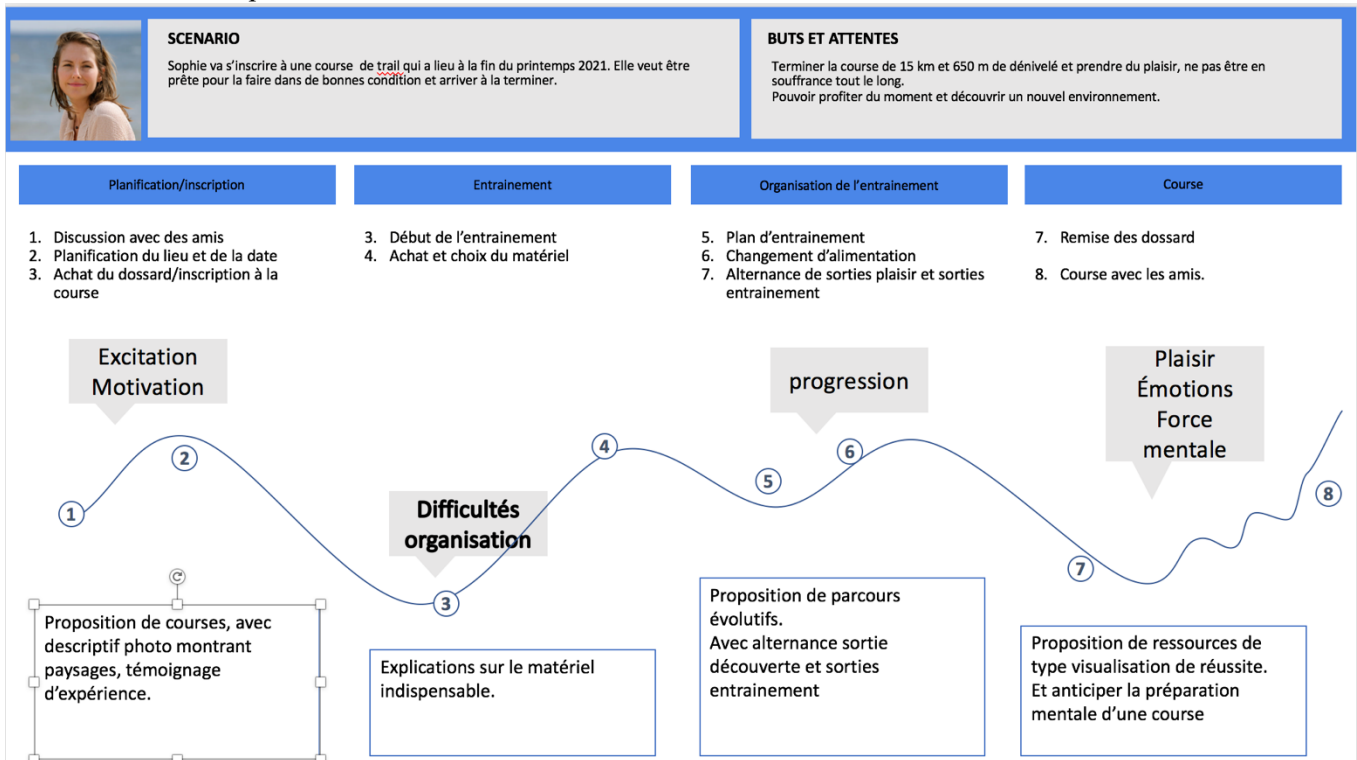
Attentes

Sophie a envie d'allier sa pratique de la course à pied avec la nature. Elle a envie de découvrir des chemins autour de chez elle. On lui a dit que ça l'esprit trail correspondait à ses attentes, du coup avec son compagnon ils aimeraient s'inscrire sur une course de trail dans la région, mais ils ont peur de ne pas être prêts.

Attitudes et comportements

Sophie dit qu'elle a besoin d'informations pour s'inscrire à une course dans les environs, mais ne sait pas laquelle choisir ni quel format. Elle a commencé à s'entraîner, mais elle exprime des difficultés et souhaiterait trouver du soutien. Elle aimerait bien partager ces moments avec d'autres personnes qui débutent comme elle. Elle ne sait pas trop comment commencer ni quel matériel choisir.

Annexe 2 Carte d'expérience.



Tri des cartes Site trail.

1. Méthodologie

Le tri des cartes est une méthode utilisée dans la démarche de conception centrée utilisateur. Elle repose sur le principe de catégorisation hiérarchique de l'information ; Les individus classant l'information sous la forme d'un réseau en arborescence pour réduire le temps de traitement de l'information. Il s'agit d'une démarche inconsciente et spontanée.

Dans le cadre de création de ce site, nous l'avons réalisé afin de concevoir l'architecture de l'information présente dans le site. De cette manière en nous reposant sur l'analyse des réponses, nous pourrions nous appuyer sur des manifestations objectives de ces processus cognitifs.

Dans un premier temps nous avons conçu des cartes représentant les différents thèmes mis en relief dans les étapes de conception précédentes (demande du commanditaire, analyse de la concurrence, analyse de l'activité) mais aussi en lien avec le persona et la carte d'expérience issues de ces travaux. Vous pouvez retrouver les cartes sur le fichier pdf au lien suivant : http://tecfaetu.unige.ch/etumaltt/aegir/bouscai8/ergo1/anne-Lise_tridescartesv2.pdf

Pour effectuer le tri des cartes, nous avons utilisé le logiciel Optimalworkshop, après avoir préparé les cartes à l'aide du programme, nous avons effectué une sélection des participants dans notre entourage. Ils ont pour les 3 une expérience de pratique trail, ils sont amateurs mais l'ont déjà pratiqué.

Les participants sont :

- M : 35 ans, habitante de La Roche sur Foron, pratiquante régulière de trail depuis 5 ans. Elle participe à des courses dans la région. Elle est de tempérament sportif et pratique différents sports en extérieurs : randonnée à pied, à ski, et course à pied avec son compagnon. Elle travaille comme assistante en soins communautaire dans une institution sur Genève.
- A-V : 43 ans, habitante de La Roche sur Foron, pratiquante plus irrégulière de trail, elle est venue à cette pratique en courant dans les bois autour de chez elle. Elle n'a participé qu'à une course. Elle ne fait pas beaucoup de sport de manière générale.
- C : 49 ans, habitant de la Roche sur Foron, il pratique le trail pour garder la forme, il est d'un naturel sportif et a besoin de se dépenser en extérieur : il fait beaucoup de promenade, du vélo, de la marche. Il a participé à plusieurs courses, mais pour accompagner son épouse.

Le passage du tri des cartes s'est fait en présentiel :

- Autours d'un café pour M, et C. et d'une bière pour A.V. Il s'agit d'un moment convivial et informel.
- Pour les 3 le mode de passation choisi a été un tri ouvert : c'est-à-dire que nous avons invités les participants à « lire toutes les cartes, puis les regrouper selon les catégories qu'ils leur semblent le plus logiques, et ensuite dans un deuxième temps à donner un titre à chaque catégorie. »
- La consigne de réfléchir à haute voix a été aussi donnée aux protagonistes afin d'expliquer leur mode de réflexion.
- Les passations ont été enregistrées avec l'accord des protagonistes afin de permettre l'analyse des échanges dans un second temps.
- Pour la passation de C. il a fallu moduler un peu la consigne concernant la lecture des cartes car il souffre de dyslexie importante. C. a préféré lire les cartes et les regrouper au fur et à mesure dans des groupes, parfois nous avons dû l'aider dans la lecture.

2. Résultats

2.2 Passation.

<input type="checkbox"/>	Participant	Status	Time taken	Cards sorted	Categories created	Categories named	Comment	Include	
<input type="checkbox"/>	Participant 1	Completed	32:21	100%	6	100%		<input checked="" type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	Participant 2	Completed	22:37	100%	8	100%		<input checked="" type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	Participant 3	Completed	26:14	100%	9	100%		<input checked="" type="checkbox"/>	

Show participants per page

Showing 1 to 3 of 3 participants < >

Figure 1 : participants au tri des cartes.

Participant 1

M.- la passation s'est déroulée le 12-01-21 à 11h, elle a durée 32 minutes. Dans un premier temps les consignes ont été données, puis elle a lu toutes les cartes. Elle a réalisé un premier classement et est ensuite revenue sur les groupes et les cartes. Elle a manifesté le besoin de dupliquer une carte « 28. Carte liens », mais le logiciel ne permettait pas cette possibilité. Elle a ressenti le besoin de la mettre dans le groupe intitulé « entraînement » et le groupe « agenda des trails ».

Lors de l'étape 3 et du nommage des groupe, elle a effectué un premier nommage, puis réalisé des modifications et redéfini les titres. Elle aurait aussi souhaité une carte représentative du matériel selon le niveau du coureur (amateur ou débutant).

M. a défini 6 catégories :

- **Agenda Trails** (3cartes), avec les cartes : agenda locale, agenda région, Orange TT.
- **Entraînement et préparation physique** : tous les mercredi – lien page FB- tous les mardi- fartlek libre (7 cartes) –séance fractionné- séance fractionné côte- planche.
- **Matériel** : (3 cartes) : opinion sac Hydratation- échange type forum- les indispensables.
- **Objectifs de course** : (3 cartes) : faire OTT- progresse en trail-terminer premier trail.
- **Parcours et photos** : (3 cartes) : récit expérience course- proposition parcours LRSF-photos lieux LRSF-Photos alentours-description parcours LRSF.
- **Préparation mentale** : (7cartes) : Sortie plaisir-mental en trail-organisation objectif/temps - relaxation-hygiène de vie-esprit trail-alimentation.

Participant 2

A.V - La passation s'est déroulée le 15-01-21 à 19h, elle a durée 22'37 minutes. Dans un premier temps les consignes ont été données, puis elle a lu toutes les cartes. Elle a réalisé un premier classement et est ensuite revenue sur les groupes et les cartes. A.V a éprouvé quelques difficultés avec le matériel n'ayant pas l'habitude la souris Apple. Une fois les cartes placées en groupe elle m'a demandé de clarifier le nommage des groupes, pour s'avoir si elle avait bien compris. Elle a été intéressée par savoir si elle faisait juste, et voulait connaître le résultat. J'ai donc dit que je lui dirais à la fin de la passation le but exact de l'exercice. Concernant le placement des cartes, elle a exprimé avoir du mal à trouver une place à celle sur l'esprit trail. J'ai reformulé que des cartes pouvaient être seule dans un groupe. Lors de l'étape 3 et du nommage des groupe, elle a effectué comme pour la participante 1, un premier nommage, et une relecture et le déplacement de certaines cartes, et la modification du nommage. Elle a souhaité m'expliquer son classement et les groupes qu'elle a fait. A.V. a défini 6 catégories :

- **Agenda** : (2 cartes) : agenda local-agenda région
- **Équipement** : (1 carte) : les indispensables. « *parle de matériel* »
- **Forum** : (4 cartes) : récit expérience course-opinion sac hydratation-liens réseaux sociaux-échange type forum- « *là j'ai mis un forum car il y a des gens qui parlent* »
- **Généralités** : (1 carte) esprit trail. « *là j'ai mis généralités* »
- **Lieu d'entraînement** : (2 cartes) tous les mercredi – tous les mardis.
- **Parcours** : (4 cartes) photos alentours- photos LRSF- parcours LRSF-description parcours LRSF.
- **Préparation Orange TT** : (2 cartes) : orange TT- objectif OTT
- **Programme d'entraînement et conseils** : (12 cartes) : la planche-fractionné côte-relaxation-mental en trail- fractionné-fartlek-alimentation- organisation objectif/temps-hygiène de vie-sortie plaisir- progresse en trail- terminer premier trail. « *là il y a les conseils et des entrainements* »

Participant 3

C - La passation s'est déroulée le 17-01-21 à 9h50, elle a duré 26'14 minutes. J'ai commencé par donner les consignes, mais C m'a à peine laissé le temps de lui expliquer qu'il avait déjà commencé. Il avait assisté de loin à la passation avec A.V et a donc entendu les consignes. Et je lui avais déjà dit plusieurs fois ce pourquoi j'avais besoin de lui. C. présente une dyslexie importante, et du coup a préféré commencer à faire des groupes directement et mettre des titres sur lesquels il est revenu dans un deuxième temps. Je suis parfois intervenue pour l'orthographe de certains mots. C a fait d'abord des grands groupes qu'il a ensuite divisés en plus petits groupes

C a fait 8 catégories avec les cartes suivantes.

- **Agenda** (3 cartes) agenda région – agenda local- lien réseaux sociaux
- **Entraînement** : (5 cartes) : fractionné- fartlek- tous les mercredi- tous les mardis- fractionné en côte
- **Lieu** : (4 cartes) photos alentours – photos LRSF- description parcours- parcours LRSF
- **Objectif** : (4 cartes) je progresse- organisation objectif/temps – terminer trail-objectif OTT
- **Philosophie** (2 cartes) sortie plaisir – esprit trail
- **Préparation** (5 cartes) relaxation – planche-mental-hygiène de vie-alimentation
- **Souvenirs** : (1 carte) récit expérience course
- **Tenue** : (3 cartes) échange type forum – opinion sac hydratation- les indispensables
- **Trail** : (1 carte) orange TT

Nous n'avons pas pris de copies d'écran des classements effectués par oubli de cette consigne.

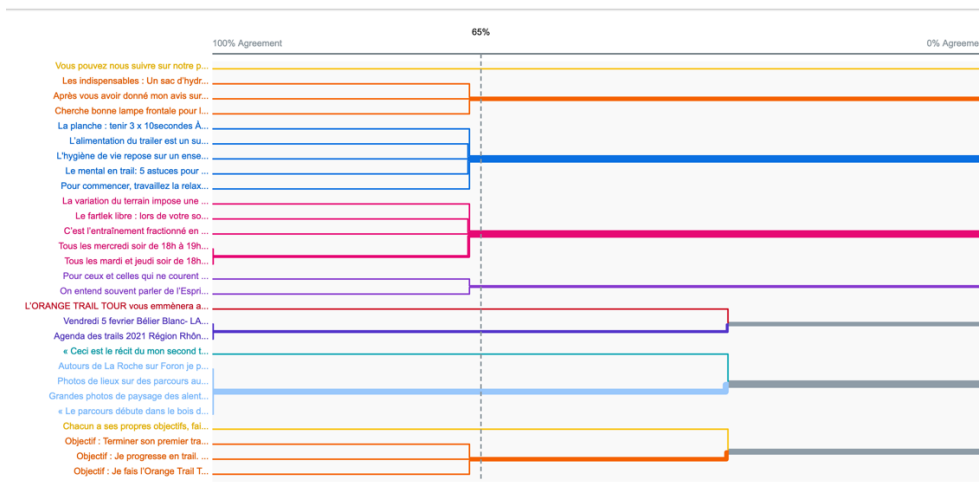


Figure 4 Dendrogramme sans le merge.

Le dendrogramme nous offre une vue plus hiérarchique de l'association des cartes entre elles et permet une vision globale. Non seulement au travers des couleurs qui permettent de visualiser les groupes immédiatement, mais aussi au travers des ramifications. Ainsi l'architecture offerte par le dendrogramme suggère immédiatement les catégories potentielles du site. Soit en se basant ce qui est proposé en amont du 66 % (qui signifie que 2 des personnes sur les 3 ont mis les cartes dans le même groupe).

Dans la conception finale de l'arborescence l'analyse du dendrogramme et de la matrice permettront d'être pertinent dans la création des sous catégories.

2.4. Proposez une architecture de l'information pour votre site.

Pour la création des catégories, nous nous sommes concentrés sur les résultats du dendrogramme et de la matrice de similarité. Nous avons aussi utilisé l'analyse centrée sur le participant, mais qui ne sera pas nécessairement très pointue car elle nécessite beaucoup de participants. Il ressort de de l'analyse centrée participant de grands groupes de catégories qui portent presque les mêmes noms

- Un groupe « **parcours et photos** » (qui présente des similarités avec le groupe « lieu » & « parcours »)
- Un groupe « **matériel** » (similaire à « tenue »)
- Un groupe « **objectif de course** » (similaire à « objectif »)
- **Entraînement et préparation** physique (similaire à « entraînement »).

Nous pouvons donc utiliser en premier cette dénomination. Le dendrogramme montre que des « branches » sont plus individuelles et pas regroupées dans des ensembles plus importants. Peut être est-il nécessaire de leur attribuer une catégorie propre à chacun des thèmes. Comme par exemple les « réseaux sociaux ». En croisant les informations sur le dendrogramme et la matrice certains peuvent être liés.

Nous définissons donc les rubriques de niveau 1 sur l'arborescence comme suit :

- Accueil (pour revenir directement sur la page d'accueil)

- Préparation (nous ne mettons pas entraînement ni physique, qui seront déclinés dans des sous-catégories pour permettre de rassembler les différents types d'entraînements)
- Matériel (rassemblera les sous catégories matériel et tenue comme indiqué sur le dendrogramme)
- Parcours et photos
- Objectifs de course
- Agenda

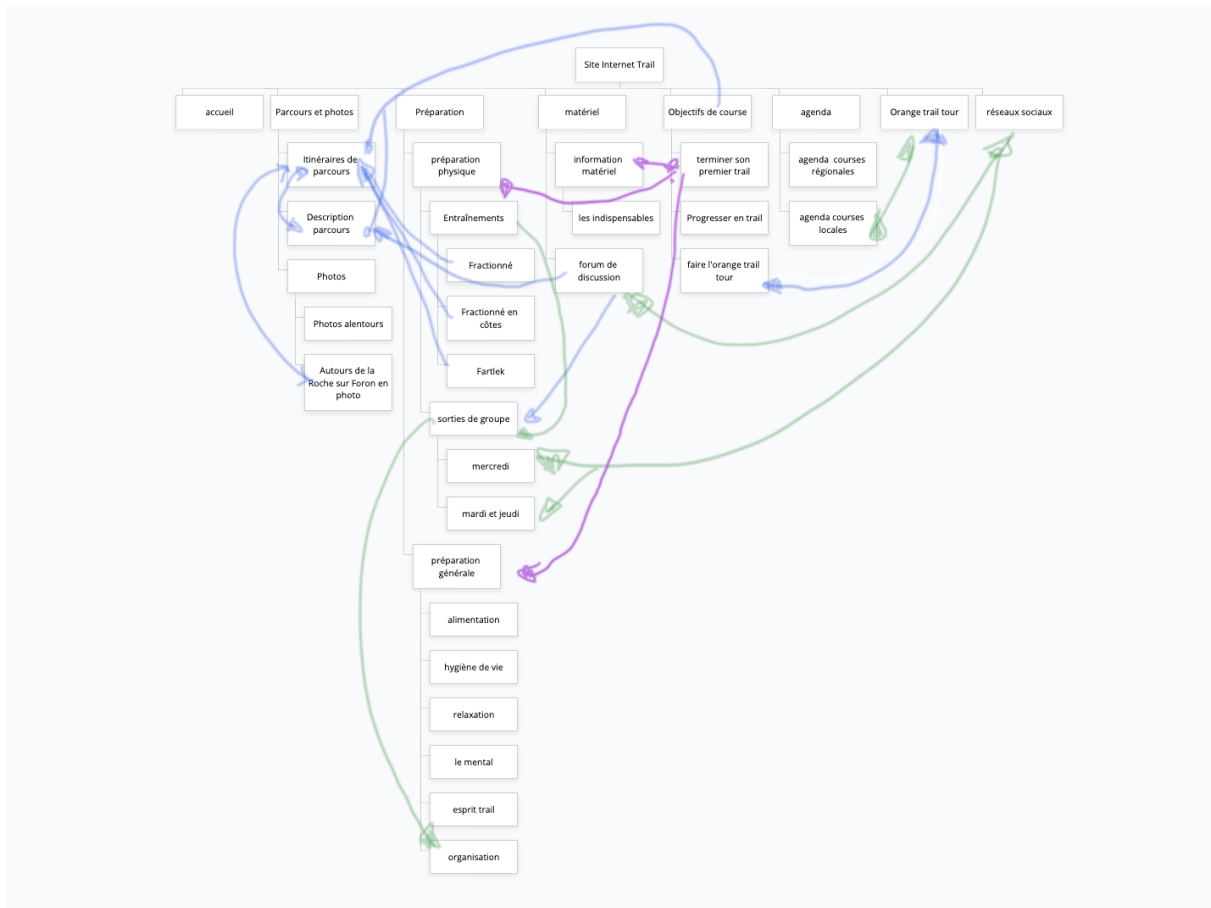


Figure 5 Arborescence site internet trail et liens hypermédias

3. Partie autoscopique

Le travail de tri des cartes est riche d'apprentissage et m'a permis d'avoir une approche décentrée dans la conception de l'arborescence du site. Il montre aussi la limite liée au peu de personne ayant fait le tri, pour un travail plus pertinent il aurait été nécessaire de faire beaucoup plus de passation mais la limite temporelle aurait alors été importante.

En réalisant cet exercice j'ai pris conscience du temps nécessaire à ce travail, car les cartes demandent beaucoup d'attention pour mettre en avant ce que l'on souhaite transmettre. La carte « réseaux sociaux » semble avoir posé problème et ne pas être vraiment très claire.

D'autre part j'ai réalisé après avoir effectué le tri des cartes que j'avais oublié de faire les copies d'écran entre les étapes 3 et 4.

La partie de préparation de l'arborescence finale m'a demandé finalement plus de temps que ce que j'imaginai. Particulièrement concernant la justification des titres de catégories.

Je pense que cet exercice demande à être fait plus souvent pour que les réflexes de travail soient ancrés et permettent d'être beaucoup plus efficace et pertinent.



TRAILONS EN PAYS ROCHOIS

PREPARONS NOUS

BIENVENUE SUR TRAILONS EN PAYS ROCHOIS

Vous allez trouver ici des informations sur les parcours autour de La Roche sur Foron, sur des entrainements, sur le matériel...
Tout de quoi vous aider à faire LA course qui à lieu dans nos montagnes sur la commune.

Parcours



L'ORANGE TRAIL TOUR



TEPR

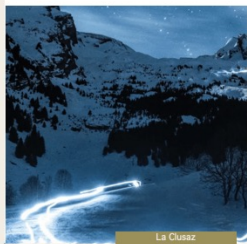


AGENDA DES COURSES

TRAIL NOCTURNE DU BÉLIER

L'Edition 2021 du Bélier Blanc est lancée !
Viens rencontrer le Bélier à La Clusaz
le vendredi 5 février lors d'un trail enneigé sous la plus belle des nuits étoilées
On a hâte de te retrouver pour partager un moment sportif et convivial

INFOS ET INSCRIPTIONS

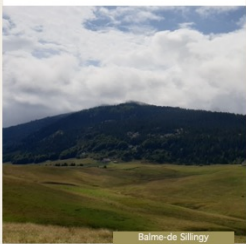


La Clusaz
06.02.2021

TRAIL DE LA MANDALLAZ

Nous l'avons voulu varié et ludique : une départ autour du lac, la traversée la Balme, une montée tonique jusqu'à la tête de la Mandallaz par les belles pentes du belvédère, des magnifiques points de vue sur le lac d'Annecy.

INFOS ET INSCRIPTIONS

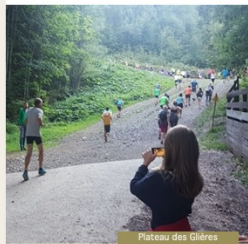


Balme-de-Sillingy
30.04.2021

TRAIL DES GLIÈRES

Depuis sa création, le Trail des Glières n'a jamais cessé de grandir et d'affirmer son caractère : une course à taille humaine, où l'on vient aussi bien pour la difficulté et la beauté des parcours que pour l'ambiance festive et énergisante des bénévoles.

INFOS ET INSCRIPTIONS



Plateau des Glières
18.04.2021



TEPR



CHACUN SON SOMMET



TRAILONS ENSEMBLE EN PAYS ROCHOIS

20 C chem des Bois des Fornets
74800 La Roche sur Foron

Contactez-nous



Le site TREP est un lieu 100% dédié au Trail, qui propose des parcours, des entrainements et des outils à la fois aux débutants désireux d'apprendre et d'être entourés mais aussi aux passionnés qui recherchent en un seul lieu de quoi organiser leurs sorties ou courses

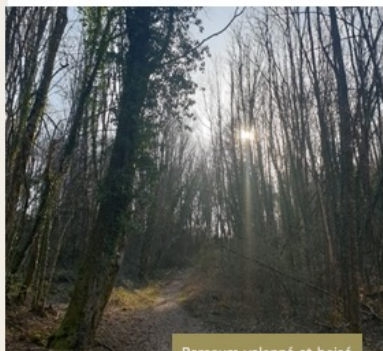
LES PARCOURS AUTOURS DE LA ROCHE SUR FORON

LES BOIS DES FORNETS

5

DIFFICULTÉ 2 - D+ : 200 - KM : 8,3
DÉPART : Parking de la Bénite Fontaine

Prendre le sentier en face du parking; il franchit la voie ferrée sur un pont et rejoint la route du « bois des Fornets ». Tourner à droite ainsi qu'au carrefour suivant : traverser le passage à niveau puis emprunter



Parcours valonné et boisé

LA PIERRE DE BOERE

8

DIFFICULTÉ 1 D+ : 50 KM : 8,2
DÉPART : Le Pont du diable

Au dessus du parking prendre le chemin en terre qui monte; on passe à côté de la chapelle des Biolles, une des trois de la commune. On rejoint la route de Saint Pierre juste avant le virage. Dans ce lacet, prendre à gauche le sentier qui s'enfonce dans la forêt



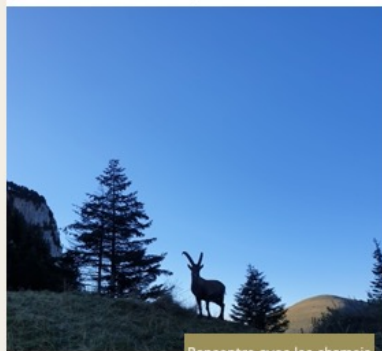
Parcours dégagé, belle vue

BALME

6

DIFFICULTÉ 4 D+ : 800 KM : 5,3
DÉPART : Parking du Chesnet

Du parking du Chesnet emprunter le chemin forestier qui fait suite à la route goudronnée (50m après le parking, à la fourche, choisir le chemin montant). Après 20 min environ, au carrefour, aller tout droit ; le chemin de droite est une variante



Rencontre avec les chamois

