



MARCHER POUR SON BIEN-ETRE

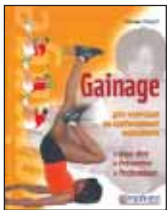
Véritable sport-santé, le walking (Nordic Walking lorsqu'il est pratiqué avec des bâtons) est une activité d'endurance adaptée à tous.

Cette pratique en plein essor est tout particulièrement conseillée et plébiscitée dans une perspective de bien-être et de santé ; elle permet d'atteindre plusieurs objectifs tels que l'amélioration des capacités cardio-vasculaires, la perte de poids, la diminution du stress ou la tonification musculaire.

Sans danger et non traumatisante, elle intéressera toute personne souhaitant s'entretenir physiquement ou retrouver la forme, notamment les seniors, les femmes enceintes et les sportifs en convalescence.

Bien que faciles d'accès, le walking et le Nordic Walking nécessitent l'apprentissage de techniques spécifiques et d'informations pratiques présentées dans cet ouvrage. Des programmes vous proposent également des entraînements variés en fonction des objectifs recherchés.

Editions Amphora - www.ed-amphora.fr - 17.00 €



GAINAGE

Le gainage est un des domaines du renforcement musculaire qui consiste à améliorer la rigidité et le maintien de l'architecture du corps humain. Son utilité est unanimement reconnue, aussi bien, pour l'optimisation de la performance que pour la préservation de la santé ou la recherche du bien-être. Dans la pratique, son travail est généralement perçu comme le renforcement de la région pelvienne (abdominaux, lombaires, obliques, fessiers, abducteurs et adducteurs).

Après avoir expliqué en préambule comment placer son bassin pour bien faire travailler ses abdominaux, l'auteur propose 300 exercices et variantes appropriés aux différentes régions musculaires et à des objectifs spécifiques.

Avec des consignes claires et plus de 600 photos explicatives, ces exercices sont facilement réalisables. Classés en trois niveaux de difficulté (débutant, confirmé, haut niveau), ils sont de plus en plus parfaitement adaptés aux capacités de chacun.

A la fois complet et très accessible, ce manuel apporte les exercices nécessaires à une pratique efficace et en toute sécurité.

Cet ouvrage s'adresse à toute personne qui souhaite se renforcer musculairement, notamment au niveau de la ceinture abdominale, du dos et des muscles du bassin, aussi bien dans une perspective de bien-être que de performance sportive.

Il sera également un support pédagogique pour les entraîneurs de tous sports, les préparateurs physiques et les kinésithérapeutes.

Editions Amphora - www.ed-amphora.fr - 22.80 €



Gardez vos machines en forme !

Maintenance,
réparation,
pièces détachées,
sellerie...
nous avons la solution

Fit Services Team® votre unique interlocuteur

www.fitservicesteam.com

Je désire recevoir gratuitement le catalogue Fit Services Team®

Société : Fonction :

Nom : Prénom :

Adresse :

Tél. : Fax :

e-mail :

A retourner à Fit Services Team® :

1, centre commercial la Tour - 93120 La Courneuve

Tél. : 01 43 11 09 43 - Fax : 01 43 11 09 67

contact@fitservicesteam.com



Par Philippe Goethals

SALON FIBO 2006

LE SALON FIBO 2006

S'EST DÉROULÉ À ESSEN (ALLEMAGNE)
DU 27 AU 30 AVRIL DERNIER.

Michel Filzi et moi-même nous y sommes rendus pour rencontrer nos homologues d'outre-Rhin, afin de resserrer nos liens et peut-être organiser des événements, animations ou congrès professionnels ensemble.



NOUS AVONS PU APPRÉCIER LA QUALITÉ DES STANDS ET L'ACCUEIL SYMPATHIQUE DES EXPOSANTS, À L'IMAGE DE :



Philippe Goethals,
Olaf Tomscheit (Manager du FIBO),
et Michel Filzi

- 1) **PANATTA** : Rodolfo PANATTA, Chiara GALLI
- 2) **MULTI FORM** : Yves MINGUET et son équipe franco-allemande
- 3) **PLANET FITNESS** : Pierre-Jacques DATCHARRY avec le team LES MILLS Allemagne
- 4) **GERVA SPORT** : Georges LEJEUNE et Daniel BERNARDINO
- 5) **DISPORTEX** : Jean-Marc LELONG aperçu sur le stand de son confrère MULTI FORM, certainement pour lui apprendre qu'il avait signé la représentation en France de la marque allemande GYM 80

Nous avons été satisfaits d'apprendre que, depuis son déménagement à la Porte de Versailles, le **salon Mondial Body Fitness** était comparé au **FIBO** par de nombreuses sociétés.

AIRE FORME



Vente Par Correspondance pour Professionnels

Z.I. Rue des Roses - 69960 Corbas

fitness@aire.fr

Fax : 04 78 21 26 21

Service commercial
0805 02 26 62
Appel GRATUIT



GARANTIE
2 ANS

AIRE FORME
SAV
0 815 02 26 62

**DESIGN &
HAUTE TECHNOLOGIE**
au service de votre forme



Cardio training - Cardio training - Cardio training - Cardio training - Cardio training - Cardio training





CLUBS CONVERGENTS

DES CLUBS WELLNESS OFFRANT DES SERVICES MÉDICAUX OU L'INVERSE : COÏNCIDENCE OU VRAIE TENDANCE ?

Les clubs Fitness/Wellness d'une part et les structures paramédicales de l'autre, sans lien ni contacts, centrés sur leur segment d'activité respectif, c'est peut être du passé...

La frontière entre les deux secteurs s'amenuise et devient perméable. Les clubs traditionnels qui ont choisi d'héberger un secteur paramédical avec du personnel et des appareils spécifiques sont maintenant assez nombreux. D'autre part, certaines structures spécialisées en rééducation ont envie de s'ouvrir à un public plus large et proposent un espace d'entraînement et des programmes Wellness. On peut donc parler de clubs convergents. Dans le premier cas, l'adhérent qui se blesse (par exemple en skiant, en jouant au football en salle ou en pratiquant un autre sport amateur) trouve dans son propre club un espace paramédical équipé avec du personnel spécialisé (notamment un physiothérapeute) qui prend en charge sa rééducation post-traumatique. Dans le second cas, les centres de rééducation essaient de fidéliser leurs patients après la rééducation et leur permet de s'entraîner avec des appareils professionnels et un ou plusieurs entraîneurs.

UNE EXCELLENTE RÉÉDUCATION

Sports Spine & Industrial (SSI) est un club Caroline du Sud, un exemple de réussite sur le marché américain. Fondé par des spécialistes en physiothérapie, Amanda Somers, Lance Owens et Darlene Pope, SSI possède actuellement trois structures.

Ce centre de rééducation a choisi d'élargir son activité au secteur du Wellness. Il a aménagé une salle, créé des groupes d'entraînement et élaboré des programmes spécifiques.

« Chez nous, les physiothérapeutes et les personal trainers, tous diplômés et titulaires de certificats délivrés par une école nationale de personal training, travaillent côte à côte – explique

À SSI les médecins, les physiothérapeutes et les personal trainers travaillent côte à côte pour aider leurs clients

Amanda Somers, une des associés –. La relation avec les médecins de notre secteur est un facteur clé de notre succès.

Il est fréquent qu'ils nous envoient des patients car ils font confiance à nos programmes Wellness. En plus des appareils de rééducation, nous sommes équipés avec les lignes Excite et Selection de Technogym et le Wellness System qui nous aide à contrôler l'entraînement de nos adhérents ».



Quels sont les avantages de cette structure ? « En tant que centre de rééducation –poursuit la responsable de l'entreprise – nous avons l'expérience et les connaissances d'une équipe médicale et un profil professionnel supérieur à la moyenne. Les clients de notre centre Wellness sentent qu'ils font partie d'une organisation qui travaille à la prévention des accidents et qu'ils se trouvent dans un centre qui peut les prendre en charge s'ils sont victimes d'un traumatisme ».

SSI offre de nombreux services : programmes pour les personnes âgées et programmes nutritionnels, Pilates, yoga, salle de pliométrie, terrains d'entraînement en plein air, piste de marche en plein air, classes de Fitness et de spinning, deux piscines (une pour la rééducation et l'autre pour l'aérobic), massages thérapeutiques, programmes de Fitness pour les jeunes, boutique, bar, plus un service après-vente performant.

La formule des structures convergentes est un investissement rentable selon Amanda Somers : « Le nombre de nos adhérents ne cesse d'augmenter et nous espérons devenir la structure Wellness de référence de notre communauté. Les deux filières d'activité que nous proposons se complètent.

Les patients en rééducation deviennent des membres du centre Wellness à la fin de leur traitement. Inversement, les membres du centre Wellness deviennent des patients du programme de physiothérapie quand ils sont victimes d'un accident ».



La formule des clubs convergents est rentable : le nombre d'adhérents de SSI augmente constamment et l'objectif des propriétaires est de devenir la structure Wellness de référence de sa communauté

HEITZ SYSTEM



GAMME DE LOGICIELS V11
"LA RÉFÉRENCE"

GESTION - PLANNING - CONTRÔLE D'ACCÈS
ÉLÈVEMENT BANCAIRE - POINTS FIDÉLITÉ ETC.



TRANSPONDEUR



CARTE A PUCE



**ASSISTANCE
FORMATION**



TRIPODE / FMI



LECTEUR AUTONOME
DÉCOMPTE DE POINTS/TEMP
POUR U.V.A., SQUASH, SAUN
PLAQUE DE GYM VIBRANTE, E



MODULE SMS POUR V11



LECTEUR SANS FIL
LIAISON RADIO AVEC L'ORDINATEUR
ACCES LIBRE SERVICE



BORNE GYM LIBRE SERVICE - CAISSE TACTILE



Certification ISO 9001:2000 N° 71 100 D 076
TUV (Deutschland)



LA TROISIÈME VOIE

Vitalia-Projets Santé est une structure toute nouvelle, moderne, centrée sur le bien-être et la rééducation par l'exercice physique. Le client y est d'abord suivi sur le plan médical (le contrôle médical est immédiat). En fonction de sa pathologie, on lui propose un parcours de rééducation déterminé qui comporte une thérapie spécifique : l'exercice.

« **Vitalia** a depuis toujours une particularité – explique le fondateur du nouveau centre, le **Dr. Massimo Massarini**, médecin du sport et responsable médico-scientifique pendant 12 ans chez **Technogym** – : il propose une méthode en sept étapes qui forment un cercle ouvert » :

- 1) identification des **facteurs de risque** ;
- 2) **évaluation fonctionnelle** ;
- 3) définition du **programme d'exercice** ;
- 4) **aide** au changement de mode de vie ;
- 5) **contrôle** régulier des résultats ;
- 6) adaptation progressive au nouveau **mode de vie** ;
- 7) visites périodiques de **contrôle** des résultats.

Dans les centres de santé de **Vitalia**, en plus des **tests médicaux habituels**, on effectue des tests et des évaluations fonctionnelles des appareils cardiovasculaire et musculaire (spirométrie, glycémie, tension artérielle).

En fonction des résultats obtenus et sur la base d'un entretien individuel centré sur les aspirations et les attentes du patient, on élabore un **programme d'entraînement** destiné à améliorer l'état général et à réduire les facteurs de risque (surpoids, hypertension). La formule standard comprend **deux mois d'activité**. Après la récupération, le patient choisit la meilleure façon de continuer à pratiquer une activité physique en fonction des résultats obtenus : certains continuent à s'entraîner à

domicile, avec l'aide éventuelle d'une Training room*, d'autres sont orientés vers d'autres structures, certains continuent à fréquenter

Vitalia qui possède deux dispensaires et un espace pour l'exercice physique équipé avec des appareils d'avant-garde. Les clients du centre turinois du Dr. Massarini sont essentiellement des personnes en surpoids ou obèses, en suivi post-infarctus, souffrant de pathologies comme les lombalgies et des sportifs souhaitant une évaluation précise.



* La Training room est une pièce virtuelle où le client peut enregistrer son activité physique – à domicile ou en voyage – afin que le personnel du club puisse continuer à suivre son entraînement

UNE RELATION COMMUNE : LE WELLNESS

La solution convergente est une réalité dont témoigne la toute nouvelle structure **Àccura-Sport&Wellness Center**, ouverte en juin dernier à Barcelone. **Àccura** se présente d'emblée comme une **organisation double** : elle propose un club et une unité de rééducation.

Le centre s'étend sur

Les clients du centre Wellness de SSI sentent qu'ils font partie d'une organisation qui travaille à la prévention des accidents et qu'ils se trouvent dans un centre qui peut les soigner s'ils sont victimes d'un traumatisme

17 000 m² et possède une réserve foncière de **7 000 m²** constructibles. À l'intérieur, la partie rééducation se compose d'un **centre de médecine**

du sport et d'une structure de physiothérapie et de récupération fonctionnelle où travaillent des médecins du sport, des ostéopathes et des physiothérapeutes, tous soigneusement sélectionnés.

Le **club Wellness** propose quant à lui une multitude de solutions : plusieurs salles pour différents types d'entraînement, des piscines, un espace d'activité pour les enfants et un superbe Spa avec sauna, hammam, Jacuzzi, douche tropicale etc. Quel est le lien entre ces différents services ? « Nous proposons une

grande variété de services tous liés au concept du **Wellness** – explique la direction d'**Àccura** –. Pour nous, il s'agit des deux facettes d'une même question. Pour le moment, les chiffres nous donnent raison : dès le premier mois, nous avons inscrit **1 600 personnes** ».

Le **conseil** que nous donnons à ceux qui souhaitent entreprendre sur le modèle d'**Àccura** est très clair : « Offrir des services qui ont un lien les uns avec les autres, – affirment-ils – sinon, l'opération est sans valeur. Ce lien, c'est le **Wellness** ».

Àccura est une structure de **17 000 m²** avec des salles consacrées à différents types d'entraînement, des piscines, des activités pour les enfants, un Spa etc.



Chez **Àccura**, services **Wellness** et rééducation sont les deux facettes de la même question. L'essentiel est d'offrir des services dont de dénominateur commun est le **Wellness**



bien-être, évasion, liberté...

Tm energy a conçu ce nouveau tapis de course XE 260, représentatif de la gamme **Tm Exclusive** :

- confort irréprochable
- silence de fonctionnement
- design moderne



➔ **RUN
XE 260**

Athloc communication 03 81 25 91 50

Le tapis de course XE 260 optimise les performances, il transforme l'exercice en un moment de plaisir et de bien-être.

Découvrez nos gammes :
Tm Initial • Tm Confort • Tm Exclusive
sur notre site www.tm-energy.com

Fabrication française depuis 1986



**Les +
Tm energy**

Un service de qualité :

- ➔ Garantie de 3 ans
- ➔ Livraison & installation
- ➔ Contrats de maintenance

Solutions de financement

Tm energy, plus qu'un fournisseur : un partenaire

Gateye

FITNESS



EX



Nouveaux coloris



cellence

12 rue Alexandre Perronet - 38120 ST EGREVE
Tél : 04 38 02 09 99 / Fax : 04 38 02 08 77



Par Michel Pajol

LE DYNAMISME BELGE AU SERVICE DES STARS DU CYCLISME INTERNATIONAL

Société belge dynamique implantée depuis quelques années près de Gand, MAXIMIZE est l'un des leaders du marché belge - mais également européen - de la nutrition et conseil des sportifs de haut niveau. Son manager, Peter Rosseel, a répondu à nos questions.

MICHEL PAJOL : Sur votre site internet, il apparaît clairement que votre gamme s'adresse aux sportifs de tous horizons.

PETER ROSSEEL : En effet, nos produits s'adressent tant au sportif amateur que professionnel. Nous offrons des produits



adaptés aux besoins de chacun : adeptes du fitness, de l'athlétisme, du triathlon, du motocross, basketteurs, cyclistes, footballeurs, tennismen, joggers, patineurs, ...

M.P. : Dans le secteur des compléments alimentaires, beaucoup de marques sont principalement destinées au monde du body building et du fitness. Qu'en est-il de **MAXIMIZE** ? Ciblez-vous plus particulièrement l'un ou l'autre sport ?

P.R. : Essentiellement le cyclisme. Depuis une dizaine d'années, la "petite reine" rassemble de plus en plus d'adeptes. Elle est pour certains un loisir, une détente, pour d'autres un sport où ils veulent se surpasser, mais elle représente pour beaucoup une grande passion... et surtout une passion sérieuse. Pourtant, ce sport exige beaucoup de l'organisme, il s'agit d'efforts prolongés, d'endurance, où le corps a besoin non seulement d'hydrates de carbone pour fournir de l'énergie nécessaire à long terme, mais aussi d'autres substances naturelles comme, les vitamines,

les sels minéraux, les acides aminés. Tous ces composants contribuent à l'effort et jouent aussi un rôle très important dans la récupération.

Une alimentation équilibrée combinée avec les compléments alimentaires **MAXIMIZE** bien adaptés peut améliorer les prestations, l'intensité des efforts et la récupération de 40% ! Non seulement le choix des aliments, mais aussi, la façon de les combiner sont des critères vitaux pour atteindre les objectifs sportifs.

M.P. : Quelques conseils en direct ?

P.R. : Deux produits phares que nous conseillons aux cyclistes sont **ISOMAX** et **CARBO ENERGY**. Ce dernier est un complexe d'hydrates de carbone en poudre à mélanger dans de l'eau. Il apporte des sucres rapides qui fournissent immédiatement l'énergie nécessaire, ainsi que des sucres lents donnant des réserves de glycogène. Résultat : de meilleures prestations lors d'un effort prolongé. **L'ISOMAX** est une boisson isotonique prête à l'emploi, constituée également d'un complexe d'hydrates de carbone, et enrichie en vitamines et minéraux.



M.P. : Des équipes cyclistes professionnelles comme **TEAM DISCOVERY CHANNEL** (Lance Armstrong, George Hincapie, Paolo Savodelli), **SAUNIER DUVAL PRODIR** (Gilberto Simoni, David Millar) et d'autres encore, utilisent les compléments **MAXIMIZE** depuis plusieurs années. Comment expliquez-vous ce succès ?



P.R. : L'une des principales raisons de leur choix est la grande qualité que nous garantissons, tant au niveau des ingrédients que des installations de production. Ensemble avec les athlètes et les équipes médicales, **MAXIMIZE** a développé plusieurs produits adaptés à leur endurance. Gardant toujours comme objectif que les produits doivent avoir un goût excellent, ne pas incommoder les intestins, avoir un bon potentiel d'action et être libres de toute contamination. En outre, nous écoutons le feedback et les remarques des athlètes que nous sponsorisons, afin d'améliorer sans cesse nos produits. L'important pour nous est que les consommateurs soient complètement satisfaits de nos produits.

Pour plus d'informations ou de conseils techniques :

info@maximize-europe.com
www.maximize-europe.com

**Nous recherchons des distributeurs !
Contactez-nous.**

FOOD FOR SPORTS

MAXIMIZE

Advanced nutrition technology

WWW.MAXIMIZE-EUROPE.COM



Nous recherchons des distributeurs

Evelyn Hoste

For a perfect body

20 gr. Protein **ULTRA LOW FAT**



MAXIMIZE EUROPE bvba - Industrieweg 122M - B-9032 Wondelgem Tel. 0032/9 236 37 41 - Fax 0032/9 236 19 23 info@maximize-europe.com

Clotes by



Par Stina Lindqvist

BIENVENUE AU WORLD CLASS HEALTH ACADEMY DE BRUXELLES

SPECIAL BELGIQUE



WORLD CLASS INTERNATIONAL :

le leader incontesté dans la diversité des activités de fitness, répondant aux exigences les plus strictes des adeptes. Cette vaste chaîne de professionnels du fitness est présente dans plus d'une dizaine de pays d'Europe, du Moyen-Orient et d'Afrique du Nord.

De Bruxelles à Budapest, de Amman à Stockholm, de Varsovie à Tanger, les établissements "World Class International" et "World Class Health Academy" représentent pour des milliers d'adaptes leur centre de fitness à l'écoute de leurs besoins et adapté à leur mode de vie.

Au cœur même de l'Europe, au centre de Bruxelles, le **World Class Health Academy** représente la solution adaptée aux besoins individuels et spécifiques de nombreux sportifs. La variété de leurs services s'adresse tant aux personnes souhaitant perdre du poids, qu'à celles soucieuses de retrouver la forme après une période d'inactivité ou avoir plus d'énergie pour affronter la vie de tous les jours. Leur équipe composée d'entraîneurs professionnels (personal trainers) suit et guide personnellement chaque membre étape par étape afin de l'aider à atteindre son objectif, quel que soit son niveau, débutant ou expérimenté. Dans un espace de 2000 m², cette équipe propose un vaste choix de programmes, de cours, de formations, de compléments alimentaires et de machines offrant une solution globale, dans une atmosphère accueillante, chaleureuse et motivante.

Pour les compléments alimentaires, le **World Class Health Academy** collabore depuis de nombreuses années avec la société belge **Nature's Best Europe** qui a développé des gammes de produits à renommée européenne pour le fitness, le régime et le bien-être. <http://www.naturebesteurope.com>

Ce centre offre une grande variété d'équipements et de machines de marques internationales, faciles d'utilisation, pour tous les exercices cardiovasculaires et de musculation. Ces multiples équipements modernes et récents permettent un entraînement adapté et adaptable à chacun. **World Class** propose

chaque semaine tout un programme de cours individuels ou de groupe, dont l'aérobic, le vélo, le Lift-it, la boxe, le yoga, le Pilates, etc. ainsi que des services complémentaires liés au bien-être dont une luxueuse piscine, un jacuzzi, des saunas et bains vapeurs, un vaste choix de massages sportifs et de détente, l'entrée à l'institut de beauté **Guinot**.

Avec un must pour les membres les plus pressés : des cours express d'une durée de 30 minutes top chrono, simples, efficaces et adaptés à chacun, quels que soient ses capacités physiques ou son niveau.

Il est donc également envisageable de combiner 2 entraînements express, par exemple une musculation et un cardio, en juste une heure ! Et afin d'assurer un degré de satisfaction optimal de la clientèle, le **World Class Health**



Academy dispose d'un service de garderie et de crèche à certains moments de la journée et offre le parking gratuit auprès du garage de l'Hôtel Renaissance.

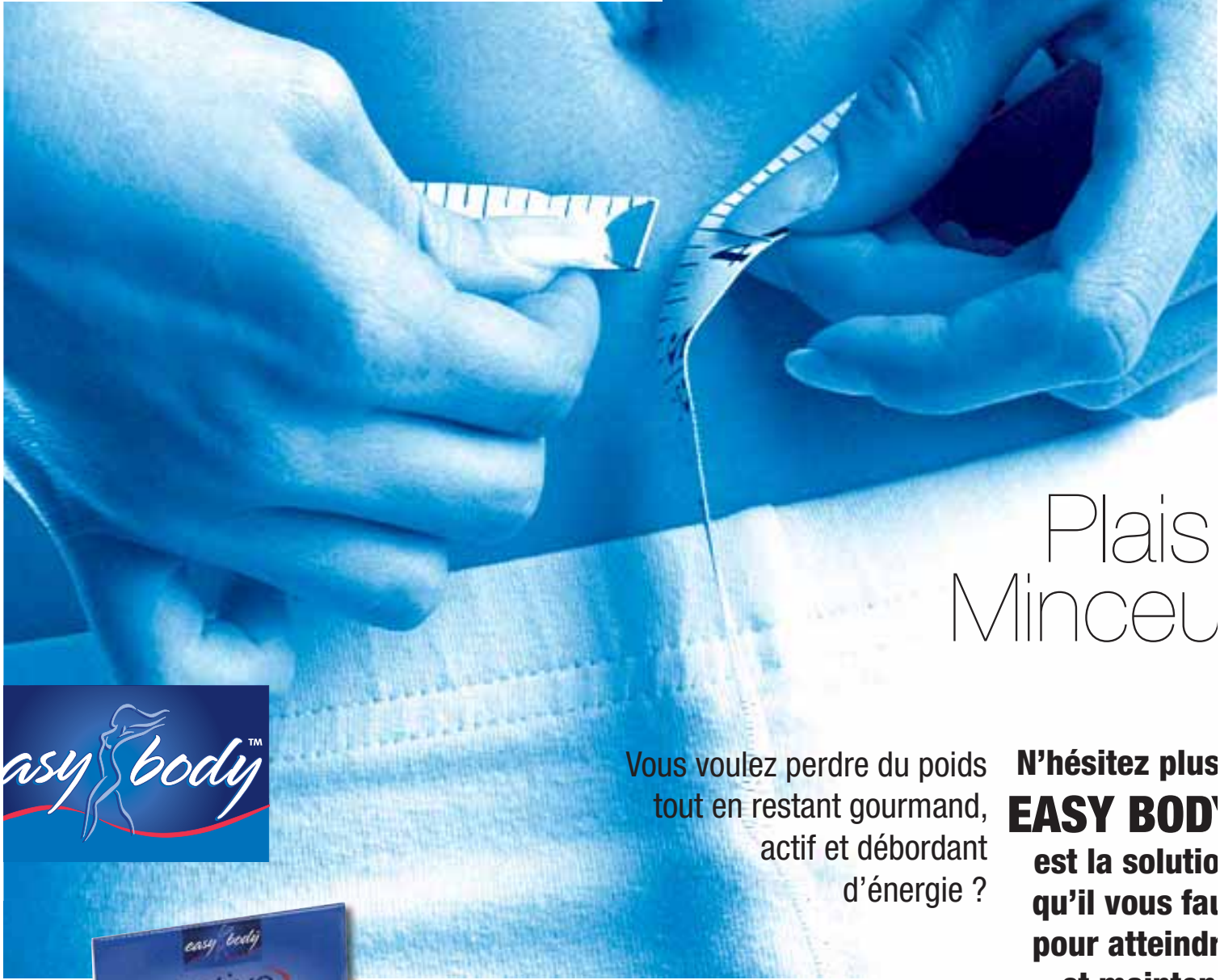
Le **World Health Class Academy** est ouvert 365 jours par an pour tous ceux qui souhaitent atteindre leurs objectifs !



WORLD HEALTH CLASS ACADEMY

19 rue du Parnasse, B-1050 Bruxelles
Tel.: 02.551.59.90 - Fax: 02.502.45.81
info.brussels@worldclass.be
<http://www.worldclassfitness.net>

Nouveau



Plais Minceur



Vous voulez perdre du poids
tout en restant gourmand,
actif et débordant
d'énergie ?

N'hésitez plus
EASY BOD'
est la solution
qu'il vous faut
pour atteindre
et maintenir
votre objectif
de poids idéal



ADVANCE

Runner, Cross Trainer, Step, Bike, Hory Bike
LINEA CARDIO ADVANCE disponible
in trois versions Lux, Elegant e Classic

ADVANCE **L**

- Écran LCD monochrome de 1/4 VGA
- 10 programmes d'entraînement
- Programmes Easy Help et End User
- Special Set Up
- Disponible en version secteur et à alimentation autonome
- 3 ans de garantie

ADVANCE **E**

- Afficheur par matrice Led
- 9 programmes d'entraînement
- Programme Costant Power
- Disponible en version secteur et à alimentation autonome
- 3 ans de garantie

ADVANCE **C**

- Afficheur par matrice Led
- 8 programmes d'entraînement
- Programme Fat Burning
- Disponible en version secteur
- 3 ans de garantie

Écran LCD étudié par Panatta Sport Engineering pour garantir un affichage fonctionnel et parfait pour l'entraînement grâce à son ergonomie

Design original et minimaliste



Made in Italy



capolinea.it

Parcours illimité, efficacité maximale,
3 ans de garantie



www.panattasport.com



Par Michel Pajol

FITNESS STUDIO

LA QUALITÉ SUR TOUS LES PLANS



Michel PAJOL : Présentez-nous votre établissement Fitness Studio (lieu, superficie, ...).

Thierry QUINTIN : Fitness Studio se situe sur la zone commerciale de Cesson à Savigny-le-Temple, à 5 minutes de Melun dans le 77. C'est un grand club de 1450 m² présentant un espace musculation avec 55 postes de travail, un espace cardio avec 20 machines, une salle de fitness de plus de 200 m², une salle en amphithéâtre dédiée au cours de RPM (plus de 30 vélos), un coin bar-convivialité de plus de 150 m², un espace esthétique de 6 cabines, une autre salle de plus de 100 m² occupée depuis septembre 2005 par l'école Fitness Academy, deux grands vestiaires.

M.P. : De quoi se compose l'établissement (prestations, matériel, ...).

T.O. : Fitness studio est essentiellement équipé de matériel Gervasport pour la partie musculation, appareils fiables et efficaces, et, de matériel Cateye pour la partie cardio nous assurant un parc de machines bien entretenu et une maintenance bien assurée.



Pour les cours de RPM, nous renouvelons petit à petit notre gamme de vélos par le célèbre Inferno de Cateye : le plus robuste et le plus fonctionnel de sa gamme. Côté prestations, Fitness Studio propose plus de 50 cours collectifs par semaine, un suivi individuel en salle de musculation-cardio, des services bien-être détente tels que le modelage californien, shiatsu visage, beauté des mains et des ongles, ...Et cela 7 jours sur 7.

M.P. : Quels programmes spécifiques proposez-vous ?

T.O. : Depuis quelques mois, nous proposons du coaching personnalisé avec des coaches afin de répondre efficacement aux demandes ciblées de modelage corporel, de perte de poids (plus généralement pour les femmes), de développement de la masse (plus spécifiquement pour les jeunes hommes), mais notre crédo d'avenir se porte sur la préparation physique pour sportifs (en exemple : suivi d'athlètes féminines en tennis de niveau européen, préparation d'athlète sur 400 mètres, ...) grâce à des batteries de tests et à l'utilisation de matériel de préparation physique reconnu. A ce sujet, nous saluons l'excellence des résultats obtenus par les programmations d'entraînement effectuées par Stéphane Brulé et tous les conseils qu'il a pu prodiguer en matière d'alimentation et d'hygiène de vie.

M.P. : Quelle est selon vous la véritable valeur ajoutée de votre club ?

T.O. : La valeur ajoutée vient à la fois de la qualité de nos installations (espaces aérés et lumineux), de la qualité du matériel, mais encore plus de la qualité de nos intervenants (alliant à la fois crédibilité professionnelle : 4 intervenants enseignants en UFR STAPS pour les licences et maîtrises et grande expérience de terrain). Un médecin diététicien viendra prochainement renforcer cette équipe.

M.P. : Parlez-nous de votre école de Fitness ? Est-elle rattachée au club ?

T.O. : Sous l'impulsion de Christophe Bats, cette école a vu le jour en avril 2005. Tous au moins niveau Bac + 5 et enseignants en STAPS, associant nos compétences mutuelles dans les domaines de l'anatomie, la physiologie, la méthodologie de l'entraînement (Stéphane Brulé), pédagogie Fitness et gestion (Christophe Bats), management, marketing, aspects juridiques, commercial, ... (Thierry Quintin), psychologie, sciences humaines (Emmanuelle Delouis), il semblait pertinent de transmettre notre savoir et notre passion à de futurs jeunes diplômés d'Etat des Métiers de la Forme. En outre, au sein du club, nous avons à notre disposition une salle de cours de plus de 100 m² uniquement réservée pour l'école et tout le matériel

pédagogique requis pour optimiser nos enseignements. Cependant, nous avons volontairement créé une structure juridique distincte du club Fitness Studio, à savoir : la Fitness Academy.

M.P. : Que pensez-vous du marché du fitness actuellement ?

T.O. : A l'analyse du marché mondial et surtout européen, il semblerait que la France observe toujours une léthargie en terme de pénétration du marché. Quelles peuvent en être les causes ?

- un métier trop fortement taxé : TVA à 19,6%, et à 5,5 pour les loisirs
- un métier trop fortement concurrencé de manière déloyale, peu légitime (associations loi 1901 sur le marché de la remise en forme bénéficiant des aides des collectivités territoriales) ?
- un manque de reconnaissance institutionnelle et politique des bienfaits de nos activités de remise en forme sur la santé physique et psychologique ?
- ou tout simplement, une mauvaise image véhiculée par l'action de certains acteurs principaux de la remise en forme depuis des années, et, relayée par les médias, inconsciemment ou consciemment en termes trop souvent négatifs ?

Ne serait-il pas temps d'agir plus sainement (gestion rigoureuse axée sur la rentabilité et non sur le CA, qualité des installations, des prestations et des intervenants, ...) avec plus de transparence et de professionnalisme mais également avec plus d'humilité ?

Ce qui peut être nous apporter une réelle crédibilité et une nouvelle reconnaissance de notre métier, indispensable à notre pérennité...et à notre développement futur.

Thierry Quintin,
gérant SARL Elite,
club Fitness Studio.



SARL ELITE
CLUB FITNESS STUDIO

13, rue du Fer
77176 Savigny-le-Temple
Tél. : 01 64 41 65 46