



DR

Le grand boum

des Body Boomers®

Le concept fitness de plein air vient de Chine. Il a été importé en France par Adrien Dequaire qui a monté une start-up « Jingdan Europe » en 2006. Depuis, sur ce marché novateur, se sont positionnés quelques spécialistes d'aires de jeux pour enfants ou de sols sportifs comme Ataparc.

C'est en suivant un stage en Chine dans le cursus de ses études (HEC) qu'Adrien Dequaire a été séduit par le souci de bien-être et la zen attitude des seniors comme de toutes les générations. « En fait, cela s'inscrit dans la culture, et en découvrant ces appareils de fitness qui parsèment de nombreux lieux publics en Chine, j'ai pensé qu'il y avait un créneau en France. Et surtout que ces installations permettent à des collectivités de mettre en libre accès des outils robustes, correspondant à l'émergence de sports loisirs de plein air qui en France n'en était

qu'à ses prémices » confie Adrien Dequaire. Marque déposée, les appareils de fitness de plein air de Jingdan Europe ont fait l'objet d'une commission Afnor à laquelle le jeune dirigeant a, de fait, participé. Séduites, plusieurs collectivités ont équipé certains espaces verts de ces appareils qui complètent les traditionnelles aires de jeux pour enfants. Comment se présente le fitness plein air. Rien à voir avec les appareils en salle, l'esprit même de ce concept s'apparente plus à de la remise en forme et à de la gymnastique douce. Exit donc la compétition, le « toujours plus », plus vite, plus haut, plus fort. Intergénérationnels, ludiques, les appareils de fitness plein air permettent une remise en forme douce et conviviale car c'est ce dernier point qui représente tout l'intérêt des installations.

Accessible à tous

Cardio, relaxation, musculation, chez Jingdan Europe comme chez les autres fabricants ou dis-

tributeurs, les appareils de fitness en plein air apportent une plus-value à une aire de détente. Installées en extérieur par groupes de dix ou vingt, ces machines de fitness d'un genre nouveau permettent aux seniors d'entretenir leur tonus physique de manière douce et sans surveillance. « Il ne s'agit pas que du bien-être physique, il s'agit aussi de la convivialité. En effet, ces appareils s'utilisent à plusieurs: le body tripode par exemple, permet de réunir jusqu'à trois personnes pour un travail des hanches tout en bavardant tranquillement. Les espaces de bien-être Jingdan sont donc plus que des lieux de bien-être physique, ce sont aussi des lieux où toutes les générations, parents, grands-parents, baby-boomers ou papy-boomers se rencontrent, bavardent et se retrouvent entre eux » précise M. Dequaire. Installation conviviale, à n'en pas douter car, depuis deux ans, la ville de Bordeaux propose sur les fameux quais des Chartrons, chaque premier dimanche du mois, un événementiel baptisé ●●●

●●● « Dimanche à Bordeaux ». Une journée où chaque Bordelais peut gratuitement effectuer du fitness sur des équipements de plein air. « Il y avait un réel besoin car les appareils sont pris d'assaut et nous avons eu au début du concept en 2008, des problèmes de surutilisation » détaille Frédéric Gil, directeur des sports. Concomitamment, la zen attitude s'impose dans les grandes agglomérations, puisque toujours à Bordeaux sont organisés des cours de yoga extérieurs. C'est dans cette même logique de sport d'entretien, de relaxation que de plus en plus de collectivités commencent à s'intéresser à ces machines accessibles pour la majorité d'entre elles aux personnes du troisième âge comme aux personnes handicapées. C'est du reste le credo des fabricants qui proposent des gammes pour tout public. « Dans des quartiers en zone urbaine sensible, notre matériel a été pris d'assaut par les jeunes qui, pour certains, avaient réalisé des installations improbables au cœur des cités » raconte David Jacquart, directeur d'Ataparc.

Si les collectivités sont d'abord restées frileuses à ces nouveaux matériels, il semble que le marché est en train d'émerger véritablement car le « bien vieillir », le « rester en forme » s'impose de plus en plus comme une évidence dans notre société. Pour que les municipalités adhèrent aux produits, Jingdan Europe a mis en place un système de location/animation pour des animations ponctuelles comme Paris Plage, etc. « C'est souvent après une location que les collectivités mesurent l'impact sur les administrés et reviennent vers nous pour nous commander une série de plusieurs machines de fitness » conclut Adrien Dequaire. En marge des collectivités, le marché s'ouvre sur des maisons d'accueil spécia-

lisé, des hôpitaux et même des aires d'autoroute.

Stimulations diverses

La poignée de fabricants a repris en fait les différents concepts made in China. Quelles sont les parties du corps stimulées par ce fitness de plein air? Les disques taï-chi s'adressent à un public assez âgé car le mouvement de tour de manivelle permet d'entretenir de façon douce l'amplitude des mouvements des épaules, affirme le tonus musculaire, la latéralisation du cerveau, l'équilibre et la mémoire et représente un outil non négligeable dans la maladie d'Alzheimer. Les gammes cardio reprennent des mouvements de la course à pied, du ski de fond ou du vélo. Ils ont des effets bénéfiques contre l'obésité, l'ostéoporose, etc.



Les gammes « muscu » permettent de réaliser des mouvements contre résistance mais a contrario d'exercices de musculation en salle, les modules sont étudiés pour que la charge de travail soit en fonction du poids de l'utilisateur. Seuls ou à deux ou trois sur une même machine, les utilisateurs trouvent dans ces systèmes une certaine convivialité. Ne devons-nous pas, dans notre société de stress et d'individualisme, copier la Chine et sa culture du sport pour vivre plus longtemps en meilleure santé.

Malakoff en précurseur

La toute première installation de fitness outdoor en France s'est faite à Malakoff. C'était en 2007. « Les élus ont rencontré le dirigeant de la toute jeune entreprise Jingdan Europe. Une démarche évidente car cette start-up s'était installée sur le territoire de notre commune » confie le directeur des sports Philippe Lepage. « Le concept très développé en Chine nous a paru intéressant, nous avions une visibilité sur l'intérêt, mais il nous paraissait très culturel, car on a tous dans la tête des images de Chinois faisant du taï-chi en pleine rue sous la houlette d'un professeur ou seul. Comment ces appareils seraient perçus dans notre commune de 31 000 habitants » poursuit le directeur des sports. Avec une politique communale tournée vers les jeunes, nous avons bien entendu des aires de jeux pour enfants, un skatepark, Malakoff a bénéficié d'une proposition de location de body boomers. Et pour mieux faire apprécier le fonctionnement de ce fitness outdoor, Jingdan Europe a organisé des animations afin de montrer toutes les possibilités offertes par ces appareils de cardio, de remise en forme. Se sont alors mis en place en partenariat avec le CCAS des rendez-vous fixes durant lesquels étaient accueillies sur le site des personnes du troisième âge, des personnes en difficulté d'insertion. Ce fut un succès qui incita la ville de Malakoff à étoffer le parc de fitness outdoor de trois appareils supplémentaires, au total : dix. Placés dans le square Pierre Larousse assez proche du centre-ville à proximité d'une maison de retraite, les habitants de Malakoff ont immédiatement adopté ces drôles de machines. Ados, sportifs qui viennent s'échauffer avant un footing, le public s'est fait de plus en plus nombreux. Précurseur et vitrine du fitness outdoor, Malakoff est devenue la référence dans le domaine et plusieurs fois sous le feu des projecteurs de différents médias, l'installation fait toujours l'objet d'élus d'autres communes intéressés ou curieux.