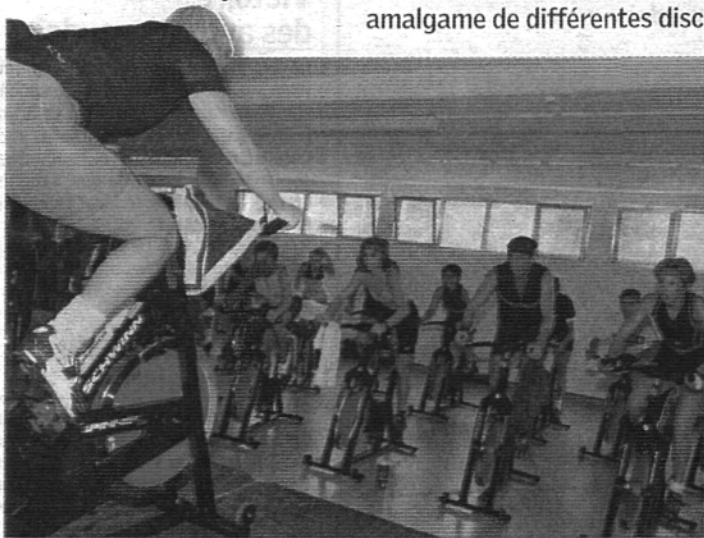


LEYSIN 2^e VERTIGO FITNESS CONVENTION

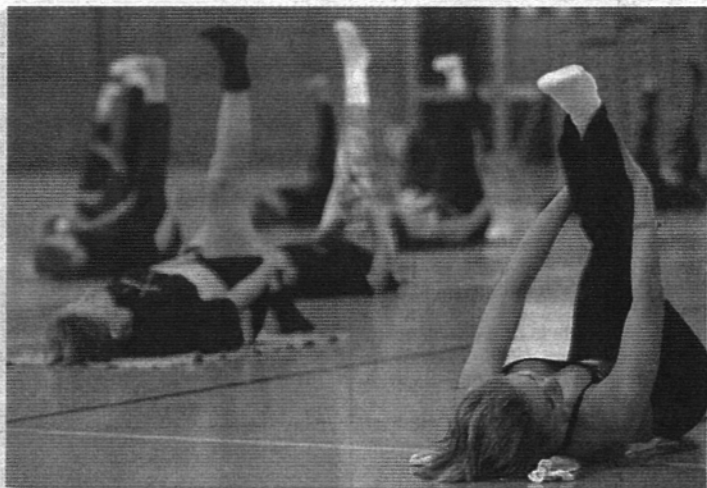
Le bien-être, du mollet aux neurones

Pendant trois jours, le fitness a élu domicile dans la station vaudoise. Histoire de prouver que ce sport est plus qu'un amalgame de différentes disciplines, un véritable état d'esprit.



Une trentaine de cyclistes transpirent en faisant du surplace.

Photos Jean-Luc Barmaverain



Couchés, les jambes en l'air, ils tentent de profiter des vertus du «body mind stretch».

CLAUDE ANSERMOZ

«V

otre corps est une fresque. Chaque pensée, chaque émotion, chaque geste représente un coup de pinceau sur le tableau.» Quand Thierry Schneider parle, ses auditeurs s'exécutent. Couchés, les jambes en l'air, ils tentent de profiter des vertus du «body mind stretch».

rien? Pourtant, pour les initiés du «well-ness» — le bien-être — ces «presenters» sont des stars, des gourous qui viennent prêcher au nom du corps et de l'esprit. «C'est comme si Wayne Gretzki venait vous enseigner comment jouer au hockey sur glace», précise Jean-Marc Gerber, l'un des organisateurs de la deuxième Convention de fitness de Leysin.

Anita Protti s'y est mise

Même Anita Protti, ancienne athlète reconvenue en monitrice, s'y est mise. La marraine de la manifestation a laissé ses chaussures à crampons au vestiaire pour le «kangoo jogging» et ses semelles qui amortissent jusqu'à 70% des chocs.

Pendant trois jours, 500 participants auront donc défilé dans six salles de la station vaudoise, transformée pour l'occasion en Mecque du cerveau sain et du fessier ferme. Pour suivre les 61 cours pratiques, les 11 ateliers et les 12 séminaires. Mais qui sont ces assidus? «Cela va du simple fan de fitness, répond Jean-Marc Gerber, en passant par le professionnel qui veut se remettre au goût du jour. Sans oublier les responsables de salles qui viennent voir les dernières nouveautés.» Et à voir tout ce petit monde s'autocongratuler à la fin de chaque séance, les «conventionnées» aiment cela. Le samedi soir, certains auront même poussé le plaisir à faire des heures supplémentaires. Un marathon d'aérobic

et une compétition de hip hop & funk permettaient en effet aux plus motivés d'en remettre une couche. «Soyez enthousiastes!» lâchait Thierry Schneider pendant son cours. Samedi, le message est passé. Lundi, les massages feront le reste. On ne voudrait pas d'un esprit sain dans un corps courbaturé. □

CLASSEMENTS

Hip hop, catégorie adultes: 1. Leila's Dance Company, Fribourg. 2. Groupe Attack, Bâle. 3. Squadattacks, Lausanne.
Catégorie juniors: 1. West Coast, Genève. 2. 5 Club, Genève. 3. M Size 15, Givisiez.
Marathon: 1. Mara Capelli, Roveredo. 2. Elena Pizzetti, Roveredo. 3. Mario Gapany, Genève.