



9F7928AA5E10370670DE14295F03258411E46F330086991B8338134

Championnats de France à Tourcoing : rencontre entre pros et amateurs

Depuis hier et jusqu'à demain, Tourcoing accueille les championnats de France de fitness. Une première dans la région. L'occasion de rassembler des professionnels venus de toute la France, et d'initier les novices grâce à des cours gratuits. Manu Bravo, président de Fitandfun, l'association qui organise ces championnats, explique l'objectif d'une telle mobilisation: « L'idée est de rassembler des publics différents, amateurs et professionnels. La partie technique des compétitions nationales est souvent peu connue, même par les personnes qui font du fitness régulièrement.» Hier, on pouvait s'initier à la convention de fitness Les Mills. Au cours de body jam (mélange de fitness et de hip-hop), ils étaient une petite centaine à suivre en rythme les pas de Julie, la professeure. Pour certains, la découverte était totale. Claire, qui s'essayait pour la première fois au fitness, envisage par exemple de s'inscrire dans un club à la rentrée prochaine. À la fin du cours, beaucoup se sont rendus dans la grande salle du complexe Léo-Lagrange afin d'assister aux quarts de finale des

championnats de France. Tous ont été impressionnés par le travail et la technique des athlètes. Au programme: musique techno, grands écarts, pompes et paillettes à gogo. « Quand on voit le niveau aujourd'hui, je me demande ce que ça va être dimanche... », glisse une jeune femme dans le public. Car dimanche, ce sont les finales toutes catégories: benjamins, cadets, hommes, femmes et couples. Step, aérobic, hi-low, hip-hop... Il y en aura pour tous les goûts et pour tous les publics. De quoi se perdre dans cette multitude de disciplines. Manu Bravo, président de Fit and Fun, n'a qu'un conseil : «Le meilleur moyen de comprendre ce qu'est le fitness, c'est de venir...»

M.V.