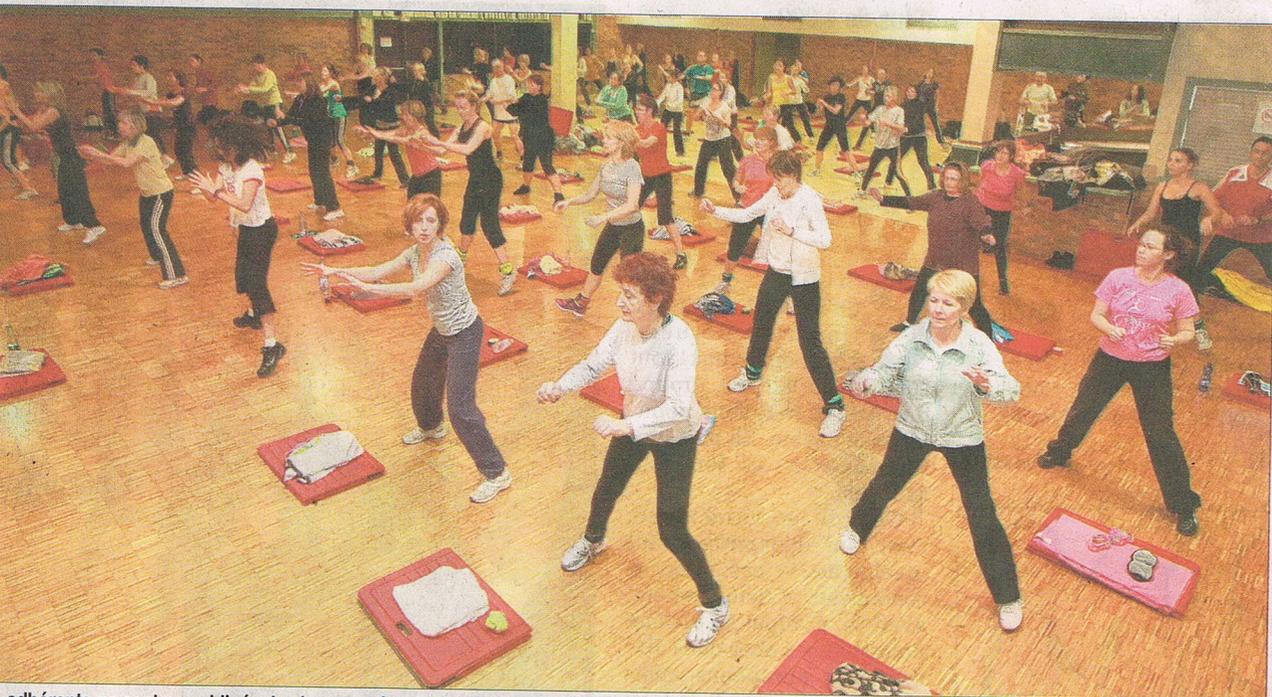


LA MOTTE-SERVOLEX

Le club de gymnastique volontaire fait bouger plus de 1 400 Savoyards



adhérents ne sont pas obligés de s'engager à suivre toujours le même cours et peuvent changer de discipline, chaque semaine, s'ils le souhaitent.
DL/Thierry GUILLOT

ycéennes, étudiantes, jeunes mamans, salariées, retraités... De 16 à 76 ans, ils sont 1 400 hommes et 1 333 femmes à retrouver, chaque semaine à La Motte-Servolex, pour garder la forme.

La recette de son succès, le club de gymnastique volontaire (GV) la doit à sa formule : « Ici, résume le président Christian Gelinet, on paie une cotisation de 70 € à l'année et, ensuite, on vient quand on veut et comme on veut, participer à un ou plusieurs des cours proposés dans la semaine, du matin à midi ou au soir à 21 h 35. »

En prenant la tête de l'association, il y a seize ans, le président Gelinet a souhaité renouveler et diversifier l'offre qui se résumait alors à huit cours. Son but ? Attirer davantage d'actifs et répondre à un vrai besoin : celui de salariés qui souhaitaient aussi faire du sport, sans forcément pouvoir ou vouloir payer un abonnement en salle. Un public qui devait pouvoir pratiquer de la gym tonic ou du cardio et pas uniquement du stretching ou de la gym douce. Un public qui n'est pas obligé de s'engager et peut changer de discipline, chaque semaine, s'il le souhaite.

Une organisation millimétrée

Aujourd'hui, le club se porte bien. Très bien même. Grâce au bouche à oreille, près de 1 500 adhérents remplissent les 32 cours hebdomadaires, animés par 12 professionnels.

Au point que les séances, qui se font en musique et dans la bonne humeur, nécessitent une organisation millimétrée : les horaires sont adaptés, pour laisser le temps aux salariés de sortir du bureau et de venir jusqu'à La Motte. Quinze minutes

sont nécessaires, entre chaque cours, pour que les adhérents aient le temps de partir et d'arriver sur le parking. L'animateur, quant à lui, est perché sur une estrade, équipé d'un micro, et les membres sont obligés de s'astreindre à un minimum de discipline pour pouvoir bouger, tous, dans le même sens. Pour les cours de stretching ou de yoga, ça se passe en douceur. Mais lorsque 100 personnes participent en même temps à un cours de fitness ou de Zumba, la salle des Pervenches prend alors des airs de flashmob.

Jamais à court d'idées,

REPÈRES

LE CLUB

■ Présidé par Christian Gelinet, il est le plus grand de GV de France devant Chartes et Nîmes. Aix-les-Bains (1 088 adhérents) classe cinquième. Le club compte 12 animateurs diplômés : stretching, gym tonic, gym douce, sophrologie, yoga, step, cardio-dance, Zumba, marche nordique, marche...

LES ADHÉRENTS

■ Ils sont âgés de 16 à 76 ans. Moyenne d'âge : 44 ans.

QUATRE DÉPARTEMENTS

■ Les deux-tiers des adhérents viennent de La Motte-Servolex et Chambéry. Le dernier tiers vient de 81 autres communes (dont Isère, Haute-Savoie et Ain).

l'équipe des bénévoles et des animateurs de GV de La Motte a lancé, cette année, un nouveau cours mercredi matin. Intitulé "gym reprise d'activité", s'adresse aux personnes souhaitant retrouver une activité physique après un problème de santé (diabète, surpoids, hypertension, cancer). Elle a été créée au succès rencontré pendant le premier cours de Zumba. Depuis la rentrée, le club lance un deuxième cours, à partir du 15 janvier. Les inscriptions, quant à elles, restent ouvertes toute l'année.

Perrine CO...