

Curves®

Prendre un nouveau tournant dans sa vie !



Contact presse

Noémie Buch - n.buch@maetva.com

Stephan Bleyer - s.bleyer@maetva.com

Tél. : 03 88 76 40 00

3 - 7 rue des Mineurs - 67000 Strasbourg



maETVArelations presse

Le savoir-faire dans le faire savoir

Sommaire

Pour retrouver la forme en sculptant ses formes !.....p. 3

Une idée futuriste !.....p. 4

Le concept Curves

Un état d'esprit pour s'épanouir en toute liberté !.....p. 5

Un concept innovant !.....p. 5

30 minutes de bien-être !.....p. 6

Bien plus qu'un simple club de remise en forme !p. 8

Annexesp. 9

Pour retrouver la forme en sculptant ses formes !

*Bien plus qu'un centre de remise en forme, Curves est un nouveau **concept spécialement conçu pour les femmes**. Véritable thérapie anti-stress, Curves participe à l'épanouissement personnel de chaque femme et à l'amélioration de leur qualité de vie au quotidien.*

Venu tout droit des États-Unis, Curves s'est implanté en France et compte aujourd'hui plus de 100 centres répartis sur l'ensemble du territoire. Avec Curves, chaque femme a la possibilité de retrouver la forme en modelant ses formes dans la joie et la bonne humeur !



Une idée futuriste !

Succès immédiat en 1992 lorsque Gary et Diane Heavin se lancent dans le projet de créer un centre de remise en forme destiné et adapté aux femmes, à Harlingen au Texas.



Cette idée est née de la sensibilité du couple aux problèmes de santé ; il y a 27 ans, Gary Heavin reprend un club de sport en difficulté à Houston (Texas) et commence à offrir des services de remise en forme destinés à prévenir les maladies.

A 30 ans, Gary a créé une chaîne de centres de remise en forme composée de 17 établissements, puis... il perd tout. Il décide donc de reconstruire son affaire en appliquant les leçons qu'il a tirées de ses précédents succès et échecs.

Très vite, tout s'accélère : devant la réussite de ce concept alliant 30 minutes d'exercices, de conseils, de détente et tout ceci dans un cadre exclusivement féminin ; le couple à l'idée de franchiser ce concept en 1995.

Trois ans plus tard ce sont près de 1000 clubs qui émergent ; devant ce succès colossal, les Heavin prennent l'initiative de se développer à l'international. Rapidement, Curves s'implante aux 4 coins du globe avec plus de 10 000 centres.

Initiative récompensée puisque aujourd'hui Curves est:

- *La plus grande franchise de club de sport dans le monde*
- *N° 1 des franchises dans la catégorie fitness*
- *N°2 des franchises qui se développent le plus rapidement et n°1 des franchises les moins chères.*

Un état d'esprit pour s'épanouir en toute liberté !

*La philosophie de Curves repose sur la recherche d'un **bien être total**.*

*Tout est mis en œuvre pour que chaque femme puisse s'épanouir, se sentir à l'aise, **sans aucun complexe**.*

*Exclusivement destiné aux femmes, et **de tout âge**, Curves met en place un programme de remise en forme unique pour chaque adhérente, ainsi la cliente française la plus âgée a 84 ans et ne se lasse pas de son programme d'entraînement hebdomadaire.*

Un concept innovant

Aucun Miroir, aucun Maquillage, aucun Mec.

La règle des 3 M évite toute interrogation, comparaison ou jalousie. Dans les espaces Curves, le maquillage n'est pas de rigueur et les hommes ne sont pas conviés. En outre, aucun centre Curves n'est pourvu de miroirs. Ainsi, les femmes ne se retrouvent pas déstabilisées par le reflet de leur identité ou de leur corps, bien au contraire, elles se libèrent et s'encouragent entre-elles tout en se concentrant sur leur objectif premier : être bien dans leurs baskets !

***Parce que La liberté, c'est aussi le choix**, chez Curves, il n'y a pas de cours, donc pas d'horaires ! Libre à la femme de venir quand elle le souhaite.*

Chez Curves, les portes sont grandes ouvertes quel que soit le moment de la journée.

*Rien à voir avec une salle de sport traditionnelle, chez Curves, **les professeurs de sports sont aussi des animateurs**.*

En véritable boute-en-train, leur rôle est de mettre en place une dynamique de groupe pour motiver et stimuler l'ensemble des participantes. Très professionnels, ils sont disponibles, à l'écoute et sont à même de donner tous les conseils nécessaires pour que chaque femme atteigne son but.



30 minutes de bien-être !

Un programme simple pour des résultats rapides.

Parce qu'aujourd'hui la femme a de moins en moins de temps, Curves propose un programme complet et efficace d'une durée très courte.

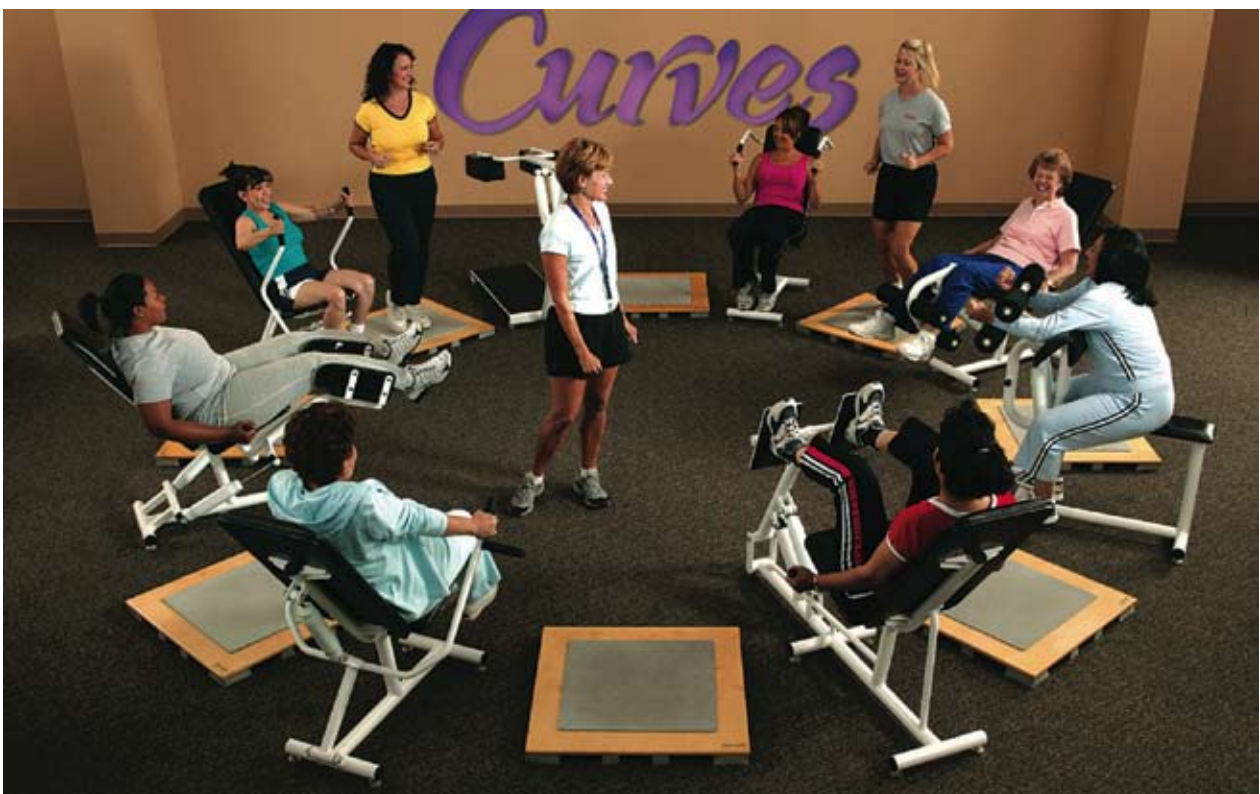
*Avec un rythme conseillé de 3 séances par semaine, le programme de remise en forme Curves s'articule d'une manière différente des clubs traditionnels. Cet entraînement consiste en une séance de **30 minutes d'exercices incluant l'échauffement, l'aérobic, le renforcement musculaire, la détente et les étirements.***

Les 12 machines exclusives et brevetés par Curves sont disposées en cercle, entourant le coach de manière à ce que toutes les femmes puissent se voir et échanger.

Dans une ambiance conviviale, les participantes s'échangent à tour de rôle les machines toutes les 30 secondes en effectuant deux tours complets suivi de 5 minutes d'étirement.

Entre deux machines un poste de marche sur place à été installé, cela permet de détendre les muscles et ainsi de se préparer au prochain exercice.

Cette cadence offre l'avantage de garder le rythme et de faire travailler son corps tout en s'amusant.



*Tous les équipements utilisés sont dotés de résistances hydrauliques spécifiquement conçues pour faire travailler tous les groupes musculaires sans risques de blessure ou de courbatures, il n'y a pas de changements de poids à effectuer, **chaque machine s'adapte à l'utilisatrice.***

Le principe réside essentiellement dans le fait de tirer et de pousser, chez Curves on ne soulève pas !

Chaque machine s'adapte automatiquement à la condition physique de la personne qui l'utilise.

L'avantage de ce mode de fonctionnement permet de faire d'énormes progrès sans s'en rendre compte en évitant tout découragement et abandon.



*En outre, **Curves propose un programme de gestion du poids** qui permet d'augmenter le métabolisme. Combiné aux exercices, ce régime spécifique offre l'avantage de **perdre du poids tout en développant la proportion de muscle.***

De plus, cette association augmente la qualité d'oxygénation, améliore le taux de cholestérol sanguin, la tension artérielle et le rythme cardiaque au repos, réduisant ainsi la probabilité d'une maladie cardio-vasculaire.

*Plus impliqué qu'un club de remise en forme traditionnel, Curves établit un **bilan fitness** pour chaque nouvelle adhérente et **détermine ainsi un programme d'entraînement adapté à chacune.***

Une analyse de la masse grasseuse (Body Fat Index) et de la condition physique est alors mise en place.

*Un **suivi permanent** puisque, mensuellement, le coach et la cliente font une mise au point sur les efforts fournis ainsi que sur les résultats obtenus.*

***En 2009**, un nouveau concept devrait voir le jour : « **Curves Smart** », avec une nouvelle génération de machines permettant une gestion instantanée et automatique des exercices ainsi que de l'analyse des résultats...*

Bien plus qu'un simple club de remise en forme !

A des années du concept des clubs de remise en forme classiques, Curves offre un univers atypique qui rend hommage à la femme.

Avec des séances de 30 minutes seulement, Curves aide les femmes à remodeler leur corps dans une ambiance conviviale où le sport n'est plus une contrainte mais un réel plaisir.

*Selon Gary Heavin, le concept est très simple : **"Become a bigger person with a smaller size"** Autrement dit, Curves permet aux femmes de passer outre leurs complexes, de se sentir mieux dans leur peau en remodelant leur corps mais aussi en s'acceptant d'avantage.*

Véritable philosophie de vie, Curves répond aux attentes de femmes de tout âge en leur concoctant un programme complet et adapté.

Diététiciennes et conseillères sont aussi présentes chez Curves de manière à prendre entièrement en charge les envies des adhérentes au niveau de la perte de poids.

Sensibles à l'engagement et à la cause des femmes, Curves organise régulièrement des soirées thématiques : réunions d'informations, cours de cuisine diététique, sensibilisation au dépistage de maladies féminines...



Entièrement dévoué à la cause des femmes, Curves s'engage également à lutter contre le cancer du sein. Chaque année, les centres Curves organisent une collecte de dons destinée à la recherche médicale.

Chaque centre est libre de faire ceci de la manière qu'il le souhaite, il revient aux gérants des centres d'user d'ingéniosité et d'imagination de façon à organiser différentes activités et événement ayant pour but la collecte de dons.

Egalement engagé dans la lutte contre la pauvreté et l'exclusion, Curves organise chaque année, au mois de février, une collecte de nourriture en faveur de la FAO (Organisation des Nations Unies pour l'Alimentation et l'Agriculture)

Non seulement la femme se réapproprie son corps et son image, mais elle apprend aussi à « mieux vivre » dans nos sociétés contemporaines.

ANNEXES

-Annexe 1 : Le marché du fitness en France

-Annexe 2 : Curves en France

-Annexe 3 : Curves en quelques chiffres

-Annexe 4 : Témoignages de nos adhérentes

Annexe 1

Le marché du fitness en France

*Campagne publicitaire et recommandation médicale à l'appui, il est aujourd'hui avéré que la **pratique régulière d'un sport est indissociable d'une bonne hygiène de vie.***

*D'après une enquête Ipsos réalisée à l'occasion du Salon Mondial Body Fitness From'Expo, **61% des français ont une activité sportive régulière**, soit 6 points de plus qu'en 2005.*

Même si la pratique du sport est toujours plus répandue chez les hommes et les plus jeunes, seuls 39% de la population française déclare ne pas avoir d'activités sportives.

*Néanmoins, on constate **une nette progression de la pratique du sport** dans toutes les catégories de la population, ainsi :*

- 75% des 15-24 ans (+6 points par rapport à 2005)*
- 62% des 24-39 ans (+6 points)*
- 54% des personnes de 50 ans et plus (+5 points)*
- 68% des hommes (+8 points)*
- **54% des femmes (+6 points)***

*Cette hausse de la pratique sportive est essentiellement due à la progression du **body-fitness : 1 français sur trois s'y adonne, soit 31%.***

*Ils sont près de **15 millions de français** à avoir opté pour ce sport, une hausse de 2 millions par rapport à 2005.*

*Les **plus gourmandes de cette activité sont les femmes à 34%** et, seul 30% des personnes qui déclarent pratiquer un sport de façon régulière s'adonne à autre chose que le Fitness.*

*En conclusion, les français font de plus en plus de sport, motivés par différents aspect au niveau de la santé mais aussi du plaisir, et le **body-fitness est de plus en plus prisé** ; un hausse non négligeable pour le marché du fitness qui pèse aujourd'hui **1,27 milliard d'euros en France.***

Curves en France



Annexe 2

Curves en France

ALPES MARITIMES (06)

CAGNES SUR MER 06800
Zac des travaux – 17 chemin Travail
04 93 08 50 50

CANNES 06400
3, rue Leclerc
04 93 38 02 01

AUDE (11)

CARCASSONNE 11000
9 Chemin des Maquens
04 68 47 59 15

BOUCHES DU RHONE (13)

AIX EN PROVENCE 13100
23 Avenue Sainte Victoire
04 42 92 94 33

GEMENOS 13420
440 avenue du Château de Jonques
04 42 04 99 56

MARSEILLE 13009
242 Boulevard Romain Rolland
04 91 26 89 74

MARSEILLE 13002
10 Rue Vincent Le Blanc
04 91 52 82 83

MARSEILLE 13007
75 Corniche Kennedy
06 03 93 44 49

MARSEILLE 13008
30, Rue Negresko
04 91 76 66 63

MARSEILLE 13011
111 Route de la Valentine
04 91 87 48 99

PLAN DE CUQUES 13380
44 Avenue Paul Sirvent
04 91 05 79 91

CALVADOS (14)

BAYEUX
Le Hogues
Route Molay Littry
14400 VAUCELLES
02 31 51 99 65

HEROUVILLE SAINT CLAIR 14200
1240 r Léon Foucault
02 31 44 88 61

CHARENTE MARITIMES (17)

La Rochelle Puilboreau 17138
Zone commerciale de Beaultieu
05 46 66 19 60

COTES D'OR (21)

DIJON 21000
2, rue Jean Renoir
03 80 43 83 24

DIJON 21000
2, rue Jules Forey
03 80 71 24 09

DIJON QUETIGNY 21800
6 rue du Cap Vert
03 80 71 02 91

COTES D'ARMOR (22)

DINAN 22100
20 rue de la Violette
QUEVERT
02 98 64 23 38

LANION 22300
Za Troquery - 2 rue Hélène Boucher
02 96 14 05 80

SAINT BRIEUC – TREGUEUX 22950
62, rue Marc Sequin
02 96 52 60 81

DRÔME (26)

MONTELMAR 26200
17 boulevard du Fust
04 75 00 51 83

VALENCE 26000
471 Avenue Victor Hugo
04 75 41 37 37

EURE (27)

EVREUX 27000
6 bis Avenue Aristide Briand
02 32 31 32 40

FINISTERE (29)

BREST 29200
87 rue de Paris
02 98 02 61 47

QUIMPER 29000
43 Avenue Libre
02 98 64 23 38

MORLAIX – SAINT MARTIN DES CHAMPS 29600

ZA du Launay
02 98 62 14 20

SAINT RENAN 29290
5 bis Place de la Feuillée
02 98 32 48 57

LANGUEDOC (30)

LES ANGLÉS 30133
980 Avenue de la 2ème Division Blindée
04 90 95 41 77

NÎMES 30900
1606 Avenue du Marechal Juin
04 66 29 57 88

MIDI PYRENEES (31)

BLAGNAC – BEAUZELLE 31700
64 Route de Grenade
05 61 26 82 14

COLOMIERS 31770
14 Passage du Perigord
05 61 30 10 71

ESCALQUENS – LABEGE 31750
112 Avenue de Toulouse
05 34 66 92 32

L'UNION 31240
55 Avenue Toulouse L
05 62 89 56 97

MURET 31600
85 bis Avenue des Pyrénées
05 61 40 72 19

PORTET SUR GARONNE 31120
8 Chemin des Genêts
Centre Secondo
05 61 91 60 33

QUINT FONSEGRIVES 31130
6 place de la Mairie
05 61 20 23 98

SAINT ALBAN 31140
16 bis Avenue de Fronton
05 62 75 29 73

SAINT GAUDENS 31800
12 Place du Foirail
05 61 94 31 56

SAINT LYS – FONSORBES 31470
1215 Route de Tarbes
05 62 20 09 42

TOULOUSE – MINIMES 31200
56 Boulevard Silvio Trentin
05 61 62 23 85

TOULOUSE – SAINT-CYPRIEN 31300
1 bis Place du Ravelin
05 62 48 94 31

TOULOUSE Secteur Est 31500
130 rue de Providence
05 61 20 54 75

AQUITAINE (33)

MERIGNAC 33700
119 Avenue Henri Vigneau
05 56 12 37 83

HERAULT (34)

CASTELANU – LE LEZ 34170
380 Avenue André Ampère
04 67 64 38 88

MONTPELLIER – MAUGUIO 34130
Fréjorgues Ouest
130 Rue François Coli
04 67 15 53 90

MONTPELLIER 34070
81, rue Guillaume Janvier
Immeuble « le Pavie »
04 67 83 15 43

ILLE ET VILAINE (35)

BRUZ 35170
Carée Bagatelle
ZAC du Vert Buisson
1, rue du Grand Bé
02 23 50 16 90

CESSON – SEVIGNE 35510
40 rue de Bray
02 99 32 11 60

FOUGERES 35300
2 chemin des Demoiselles
02 99 17 03 67

MONTFORT SUR MEU 35160
18 rue Gaël
02 99 09 29 43

RENNES 35000
16 A rue de Brest
02 99 54 10 66

RENNES – SAINT GREGOIRE 35760
2 rue des Petits Champs
02 99 63 90 41

SAINT MALO – SAINT JOUAN DES GUERETS 35430
Rue Siochan – ZA du Moulin du Domaine
02 99 19 13 44

VEZIN LE COQUET 35132
Impasse de la Jonchée – ZAC des 3 Marches
02 99 14 91 78

VITRE 35500
17 Boulevard des Rochers
02 99 75 13 26

INDRE ET LOIRE (37)

JOUE LES TOURS – BALLAN-MIRÉ 37510
9 bis Boulevard Jean Jaurès
02 47 67 78 12

LOIR ET CHER (41)

VENDOME – SAINT OUEN 41100
1 bis route de Paris
09 52 00 84 52

LOIRE ATLANTIQUE (44)

CARQUEFOU 44470
ZI Ouest Carquefou
21 rue la Mainguais
02 40 03 55 07

CHATEAUBRIANT 44110
1 rue du Président Kennedy
02 40 28 32 26

GUERANDE 44350
ZAC Kerbiniou
6 rue Alphonse Daudet
02 51 73 49 06

Annexe 2

Curves en France

NANTES 44000

12 rue Gaetan Rondeau
02 40 84 09 14

NANTES – ERAUDIÈRE 44300

165 route de Saint Joseph
02 40 68 93 41

PORNIC 44210

1 bis boulevard Linz
02 40 39 65 61

PORNICHET 44380

ZAC Pornichet Atlantique
02 40 45 54 03

SAINT-HERBLAIN 35430

15, rue Jacques Cartier
02 40 85 38 16

SAINT NAZAIRE – TRIGNAC 44570

Centre commercial AUCHAN
02 40 42 72 97

MANCHE (50)

CHERBOURG –

TOURLAVILLE 50110

Rue Jean Bouin
02 33 44 33 91

MAYENNE (53)

LAVAL 53000

10 allée Louis Vincent
02 43 84 23 18

MORBHAN (56)

AURAY 56400

1 impasse Dumont d'Urville
02 97 29 16 12

LORIENT – LARMOR PLAGE 56360

2 rue Kerhoas
02 97 88 49 16

PLOEMEUR 56270

1 rue de Kergoat
02 97 86 93 46

VANNES – SENE 56860

8 rue Lorraine
02 97 69 08 78

NORD (59)

DOUAI 59500

33 rue Henri Dunant
09 52 03 02 37

MOUVAUX 59420

3 rue Mirabeau
03 20 24 74 06

VALENCIENNES 59300

2 bis rue du Saint Cordon
03 27 46 14 26

VILLENEUVE D'ASCQ 59650

99 C rue Parmentier
03 20 33 99 10

PYRENEES ATLANTIQUE (64)

BAYONNE 64100

3 rue de la Feuillée
05 59 25 59 53

LESCAR 64230

4 rue du Souvenir Français
Zone commerciale Lescair Soleil
05 59 77 45 44

BAS-RHIN (67)

STRASBOURG –

SCHILTIGHEIM 67300

3 avenue de la 2ème Division Blindée
03 88 18 07 16

STRASBOURG –

L'ORANGERIE 67000

14 boulevard Jean-Sébastien Bach
03 88 61 33 81

HAUT-RHIN (68)

MULHOUSE 68100

12 rue du Couvent
03 20 24 74 06

SAINT LOUIS 68800

26, rue de la Fontaine
03 89 67 54 79

RHONE (69)

LYON 69009

28 RUE Sergent Michel Berthet
04 78 83 49 53

CRAPONNE 69290

Place Général De Gaulle
04 78 57 92 80

SARTHE (72)

LE MANS 72100

RDC 4 avenue d'Haouza
02 43 84 23 18

LE MANS 72100

91 Place des Comtes Maine
02 43 43 04 97

HAUTE SAVOIE (74)

CRAN GEVRIER 74960

6 passage Jacquard
04 50 67 63 92

PARIS (75)

PARIS (75015)

32, rue Mathurin Regnier
01 47 34 60 40

PARIS (75010)

42, rue Albert Thomas
01 40 18 05 74

PARIS (75012)

67 rue Charenton
01 40 18 05 74

SEINE MARITIME (76)

BIHOREL 76420

Avenue des Hautes Grigneux
02 32 80 09 43

SEINE ET MARNE (77)

CROISSY-BEAUBOURG 77183

56 boulevard Courcerin
01 60 17 12 73

MEAUX 77100

2729 rue Cornillon
01 60 23 20 85

SAINT THIBAUT

DES VIGNES 77400

35 avenue Saint Germain
des Noyers
01 64 30 38 96

SERRIS 77700

19 boulevard Robert Thiboust
01 60 04 20 53

SOMME (80)

AMIENS 80080

1 chaussée Saint Pierre
03 22 51 71 22

VAR (83)

LA SEYNE SUR MER 83500

2017 avenue Auguste Renoir
04 94 88 74 10

VAUCLUSE (84)

AVIGNON 84140

330 avenue Marcou Delanglade
04 90 14 06 98

VENDEE (85)

CHALLANS 85300

38 a chemin du Pas
02 51 39 62 24

LAROCHE SUR YON 85000

40, rue de Montréal
02 51 41 66 24

HAUTE VIENNE (87)

LIMOGES 87100

10 rue Boileau
05 55 77 10 28

ESSONNE (91)

LANORVILLE 91290

10 allée Jacob Norville
01 60 80 92 33

SAVIGNY SUR ORGE 91600

116 boulevard Aristide Briand
01 69 96 10 10

HAUTS DE SEINE (92)

BOULOGNE-BILLANCOURT 92170

30 rue Carnot
01 46 04 13 64

CLICHY 92100

7 Allée Paul Signac
01 42 70 09 34

RUEIL-MALMAISON 92500

2 rue Paul Heroult
01 47 49 01 12

SEINE SAINT DENIS (93)

NOISY LE GRAND 93160

15 rue de l'Université
01 45 92 13 68

VAL DE MARNE (94)

CRETEIL 94000

11 rue Auguste Perret
01 43 39 47 28

BELLE EPINE 94320

Tour Europa Commerciale Belle Epine
Avenue de l'Europe
01 46 87 54 50

VINCENNES 94300

27 rue du Lieutenant Haitz
01 48 08 05 95

VAL D'OISE (95)

SARCELLES 95200

3 boulevard Albert Camus
01 39 94 25 53

Annexe 3

Curves en quelques chiffres

Annexe 4

Témoignages de nos adhérentes

« Je suis assistante de direction à la Chambre de Commerce et d'Industrie (CCI). Comme beaucoup de femmes, j'ai fait du sport dans ma jeunesse, volley, athlétisme, tennis... et puis j'ai eu ma fille, j'ai tout arrêté. Il y a un an, j'ai vraiment ressenti le besoin de reprendre une activité sportive. J'ai découvert le club Curves, de Cesson, qui est près de chez moi. Je viens régulièrement 2 à 3 fois par semaine. Aujourd'hui avec la forme que j'ai, je me rends compte que je n'aurai jamais dû arrêter de faire du sport. Je suis très heureuse, et ici, je me suis fait de bonnes copines. »

Monique, 54 ans

« Mon travail est passionnant, mais il est usant. Toute la journée, je suis sous pression, et en plus, j'ai beaucoup de route. Cela ne fait que trois mois que je viens chez Curves, mais je suis totalement accro. Je viens tous les jours en rentrant du boulot. Ce qui est bien, c'est qu'en trente minutes maxi, j'évacue tout le stress d'une journée. L'ambiance est très détendue avec la musique. »

Laurence, 27 ans.

« Je suis venue parce que c'est à côté de chez moi. Je souffre d'arthrose, surtout au niveau des mains et de la nuque. Depuis que je viens chez Curves, j'ai beaucoup moins de douleurs. Et nous sommes toujours agréablement accueillies. »

Annick, 74 ans