



Le numéro 1 mondial du fitness pour les femmes

Gary et Diane Heavin, des vétérans aguerris des secteurs du fitness et de la publicité, sont considérés comme les créateurs du phénomène de remise en forme express qui a permis à des millions de femmes dans le monde d'avoir accès à un programme d'exercices physiques. Ils partagent la même passion et le même engagement envers la santé et le bien-être des femmes. Ensemble, ils ont ouvert leur premier club Curves à Curves, au Texas, en 1992. Leur concept novateur, basé sur une séance d'entraînement de 30 minutes, s'adressait à un public que les salles de sport traditionnelles ne ciblaient pas : les femmes actives de plus de 35 ans, qui n'étaient à l'aise dans les salles de sports « conventionnelles ». Du jour au lendemain, ce concept connut un énorme succès en proposant à ces femmes une ambiance positive et agréable. D'ailleurs, le slogan non officiel de l'entreprise est devenu « aucun maquillage, aucun mec et aucun miroir ».

Face au succès immédiat de leur deuxième club, Gary et Diane comprirent qu'ils pouvaient aider des millions de femmes dans le monde. Cependant, ils savaient qu'ils ne pouvaient pas le faire seuls. Ils avaient besoin de trouver d'autres personnes aussi motivées qu'eux à l'idée de venir en aide aux femmes, puis de les former à la gestion d'un club Curves. Ils décidèrent alors de franchiser leur entreprise : le premier club Curves indépendant et à gestion autonome ouvrit à Paris, au Texas, en 1995.

Le phénomène Curves était alors lancé et les ouvertures de clubs se succédèrent à un rythme effréné, en doublant parfois d'année en année le nombre total de clubs au monde. Cette réussite fut principalement due au bouche à oreille, jusqu'à ce que Curves lance sa campagne de publicité nationale en 2003. Ce que McDonald's avait mis 25 ans à réaliser et Subway 26 ans (ouvrir 6000 succursales franchisées), Curves l'a réussi en moins de 10 ans.

Curves est le numéro 1 mondial du fitness pour les femmes, en offrant des solutions complètes d'exercice physique et de régimes alimentaires conçues spécialement pour les femmes.

Au fil des ans, cette entreprise et ses fondateurs ont reçu diverses consécration :

- La franchise à la croissance la plus rapide de toute l'histoire
- La plus grande franchise de fitness au monde
- La 9^{ème} plus grande franchise au monde
- La 6^{ème} plus grande franchise aux États-Unis
- Numéro 1 dans la catégorie Nouvelles marques
- Numéro 1 dans la catégorie Meilleure nouvelle franchise
- Numéro 1 dans la catégorie Franchise à la croissance la plus rapide
- Numéro 1 dans la catégorie Franchise de centres de remise en forme

- Numéro 1 dans la catégorie Franchise low-cost
- Liste des meilleures ventes du **New York Times**
- Prix Ernst & Young de l'entrepreneur de l'année
- Prix IHRSA du visionnaire de l'année
- Prix du Texas de la femme d'affaires de l'année
- Prix AADE du Réseau de franchises de l'année

Prix et récompenses mis à part, si une entreprise existe depuis si longtemps, c'est qu'elle privilégie le fond plutôt que la forme. Curves possède l'un des programmes de régime et d'exercice physique les plus étudiés de toutes les entreprises de fitness au monde, et a consacré à ce jour 6 millions de dollars pour étudier l'efficacité de ses programmes en subventionnant le Laboratoire Exercice physique et nutrition sportive, dirigé par Richard Kreider, PhD, FACSM, FISSN.

Le travail de ce laboratoire, actuellement basé à la Texas A&M University de Bryan/College Station, vise à évaluer l'interaction entre l'exercice physique et l'alimentation sur la santé humaine, les maladies et les performances. Son partenariat avec Curves permet de fournir des programmes révolutionnaires, ayant fait leurs preuves en aidant les femmes à atteindre les trois principaux objectifs qui permettent de réduire les risques de maladie chronique : un exercice physique régulier, une alimentation saine et un poids idéal.

Curves a également investi des millions dans la recherche technologique pour le bénéfice de ses membres. Le système de coaching personnalisé CurvesSmart en est la preuve apparente. Ce système dernier cri a été intégré à la séance d'exercices de 30 minutes de Curves, qui donne à chaque membre un feedback instantané et personnalisé. Ce système s'ajuste automatiquement en fonction de la force et de l'endurance de chaque membre, en leur permettant d'être toujours stimulés et motivés.

Les membres reçoivent après chaque séance un rapport de leur progression, qui détaille leur force musculaire d'ensemble, les progrès individuels de chaque groupe de muscles, la gamme de mouvements réalisés, les calories brûlées pendant la séance et le chemin qu'il reste à parcourir pour atteindre l'objectif qu'ils se sont fixé. Toutes ces informations, associées à une motivation forte, permettent plus facilement d'obtenir des résultats.

Il n'est donc pas étonnant que la prestigieuse Cleveland Clinic ait choisi Curves pour s'associer à son initiative révolutionnaire visant à proposer à ses milliers d'employés des programmes de régime alimentaire et d'exercice physique. Dans un numéro spécial consacré à des questions importantes de santé, le magazine **TIME** a salué les efforts de cette clinique pour offrir gratuitement à ses employés des programmes de prévention et d'exercice physique comme Curves.

Nous savons de plus en plus que la prévention est un élément essentiel pour éviter les maladies chroniques mais aussi les dépenses personnelles et publiques qui y sont associées. Les conclusions de ces travaux de recherche sont claires : être obèse ou en surcharge pondérale augmente grandement vos risques de souffrir d'une maladie

chronique. Curves est fier d'être le numéro 1 de la remise en forme dans le secteur crucial de la prévention.

Curves Wellness travaille actuellement avec 150 mutuelles santé aux États-Unis et plusieurs grands programmes internationaux, de façon à fournir des réductions d'abonnements, des aides et des subventions pour les membres Curves concernés par ces programmes.

Face à un tel succès sans précédent, il a semblé naturel aux Heavin de s'agrandir à l'échelle internationale, pour offrir à un maximum de femmes des séances d'exercice efficaces et abordables. Curves est maintenant présent dans plus de 85 pays, et compte plusieurs millions de membres dans le monde. Elle a permis à des milliers de personnes de créer leur entreprise ou de trouver un emploi. Et elle continue à être le leader incontesté des clubs de remise en forme pour femmes dans le monde.