

# GUIDE

## Clubs de gym, les meilleurs et les pires

Vous êtes décidé à placer 2009 sous le signe de la forme? Bravo! Mais les prestations des salles sont inégales et l'hygiène laisse parfois à désirer. Autant savoir où vous mettez les pieds...

**L**es muscles un peu rouillés ont des chances d'en ressortir en meilleur état. Mais les âmes sensibles, elles, feraient bien de s'abstenir. Car, au royaume des salles de fitness, fréquentées par environ 15 millions de Français, tout n'est pas aussi rose fluo que les justaucorps. Au cours de notre test réalisé en décembre dernier dans une quinzaine de centres représentant les principales enseignes françaises (lire ci-contre), nous avons bien entendu comparé les tarifs, jaugé l'accueil, et même pris nos abdos à deux mains pour évaluer l'état du matériel et la qualité des cours, collectifs ou individuels.

Mais nous avons aussi voulu comprendre ce que cachait l'aspect parfois douteux des douches et des vestiaires. Odeurs désagréables et sols suspects sont-ils une fatalité dans ces «usines à sueur» où l'on se bouscule parfois comme dans le métro? Pour le savoir, nous avons suivi un strict protocole, établi par le laboratoire spécialisé

Cereco: «prélèvements de surface» au moyen de petites serviettes semblables à des lingettes, aussitôt enfermées dans des sachets stériles conservés à 4 degrés sous emballage isotherme; puis mise en culture de ces échantillons afin de déterminer le nombre de bactéries au centimètre carré. Les résultats? Les meilleurs s'expriment en dizaines de milliers de bêtes et les pires en milliards. Il n'existe aucune norme officielle, mais nos experts tirent la sonnette d'alarme au-delà de la dizaine de millions de bactéries au centimètre carré: risque accru de verrues et autres champignons, plus fortes probabilités d'attraper gastro-entérites et autres infections contagieuses...

Voilà qui relativise l'accueil tout sourire que l'on vous réservera à l'inscription. Car les rois de la gonflette sont aussi d'excellents commerciaux. La traditionnelle première séance gratuite a globalement disparu (nous avons payé jusqu'à 26 euros pour un essai au Club

Suite page 124 ▶

F. ALBERTI POUR CAPITAL, RESEARCHMENT A PARIS ET AU MUSEO CLUVERO (ROMA)