

Curves

Transformer une tragédie en triomphe

On me pose souvent la question de savoir ce qui a pu conduire un homme à s'investir si totalement dans l'amélioration de la qualité de vie des femmes. C'est en fait à l'âge de quarante ans que j'ai découvert ma vocation qui allait devenir la passion de ma vie.

Tout a commencé un matin il y a plus de trente sept ans où j'ai été réveillé par le bus scolaire qui passait. J'avais treize ans, vivant à la maison avec mes jeunes frères, en compagnie de notre mère, Doris Joy Heavin. Elle venait juste de dépasser son quarantième anniversaire. C'était une mère de cinq enfants dévouée et qui s'était débattue la majeure partie de sa vie avec des problèmes physiques et émotionnels. Ses médecins lui avaient prescrit de nombreux médicaments avec un succès très limité.

Lors du réveil par ce bus scolaire qui passait, mon frère Paul entra dans la chambre et me dit que je ferais mieux de venir parce que maman était malade. Alors que je m'agenouillais au chevet de son lit, j'ai tout de suite senti son absence de chaleur. Je l'ai serrée entre mes bras, d'abord pour percevoir un signe de vie, mais mon geste s'est rapidement transformé en étreinte d'adieu. J'ai pris mes jeunes frères Âgés de huit et neuf ans dans mes bras et je leur ai expliqué avec douceur que notre maman était maintenant au ciel.

Sa mort prématurée n'était pas superflue. La tension artérielle élevée qui a contribué à la formation du caillot de sang qui l'avait emportée n'était pas inéluctable non plus. Plutôt que d'en traiter les symptômes, elle aurait dû soigner la cause de son hypertension : Nous savons maintenant que de l'exercice physique et une alimentation appropriée sont presque toujours suffisants pour réduire l'hypertension et de nombreuses autres maladies chroniques.

Plusieurs années plus tard, alors que j'enseignais une classe de forme physique et de réduction de poids face à une assemblée d'une centaine de femmes, j'ai soudain réalisé que j'étais inconsciemment en train de scruter cette foule à la recherche de la figure de ma mère. Ce qui venait de m'arriver était une épiphanie. C'est alors que j'ai réalisé ce qui m'avait conduit toute ma vie et ce que ma destinée allait être.

Mon plus cher désir est d'éviter qu'un autre petit garçon ne trouve un jour sa maman dans l'état où j'ai trouvé la mienne.

Gary Heavin

À propos de 'Curves' : Gary Heavin et sa femme Diane sont les fondateurs de *Curves*, la société de franchisage de remise en forme la plus grosse au monde. Avec presque 10.000 centres mondiaux et plus de 4.000.000 de membres, *Curves* est la franchise au rythme de croissance le plus rapide de tous les temps selon le magazine *Entrepreneur*. Et par le biais des franchises *Curves*, les Heavin ont créé des opportunités d'entrepreneuriat pour plus de 30.000 personnes, dont 90 pour-cent sont des femmes.

En 1976, Gary avait achevé un premier cycle de trois ans de préparation aux études médicales lorsqu'il réalisa qu'il pouvait empêcher l'assaut de dégradation de la santé et des maladies résultantes en enseignant la bonne forme physique et la nutrition/perte de poids. Il a ouvert son premier centre de remise en condition à l'âge de vingt ans et le reste est dans le passé !

Curves est une révolution dans l'industrie de la remise en forme physique. Gary savait que la première étape pour promouvoir le bien-être des femmes était de les amener au gymnase ; beaucoup d'entre elles ne se sentent pas à l'aise de faire de l'exercice avec des hommes, ce qui les empêche de s'inscrire à des gymnases classiques. Il a également noté les tendances sociales des femmes ; même lors de l'exercice physique, elles aiment discuter et tirer parti de la compagnie de quelqu'un d'autre.

En gardant cela en mémoire, *Curves* a été conçu pour permettre aux femmes de faire de l'exercice dans le confort et la camaraderie d'un club prévu exclusivement pour elles. La structure *Curves* combine une séance d'exercices de 30 minutes sur un circuit d'entraînement entrelacé d'activités amusantes et d'amitié, permettant ainsi à un système de soutien naturel de se mettre en place.

Avec un diplôme de conseil en santé et en nutrition, Gary est l'auteur de deux « meilleures ventes » du '*New-York Times*' sur l'exercice et la nutrition. Il a été honoré de la première récompense de tous les temps comme « Visionnaire de l'année » par l'Association Internationale des Clubs sportifs, de Santé et des sports de Raquette, et nommé « Entrepreneur de l'Année » en 2004 par Ernst & Young, la première fois dans l'histoire du concours national qu'un prestataire de club de remise en forme et de santé a gagné cette récompense prestigieuse. Actuellement, Gary est en train de financer une étude de 5 millions de dollars à l'université *Baylor* pour étudier les effets de l'exercice sur la densité osseuse et le métabolisme des femmes.

Pour en savoir plus sur *Curves*, veuillez consulter le site www.curves.com ou appeler le 1-800-848-1096.