

[Les Body Boomers : des appareils de fitness gratuits en plein air](#)

Faire du fitness et de la musculation gratuitement... C'est désormais possible dans une centaine de villes françaises, notamment à Puteaux (Hauts-de-Seine) et Saugues en Gévaudan (Auvergne) avec le concept des Body Boomers.



Body Boomers : des appareils de fitness

Il s'agit d'appareils qui effectuent le même travail musculaire ou d'étirement que ceux d'une salle de sport. Seule différence : ils sont à la disposition de tous dans des parcs municipaux en plein air.

Les Parisiens ont pu découvrir les Body Boomers à l'occasion des éditions 2008 et 2009 de Paris Plages.

Conçus en acier métallisé, ces appareils tendent à effectuer le même travail sportif qu'un autre appareil de fitness.

Le Body Marcheur est par exemple un des produits les plus répandus.

Il s'agit de balancer les jambes d'avant en arrière en se tenant à la barre horizontale pour effectuer un travail musculaire sur les quadriceps et les fessiers.

Installés dans les parcs municipaux, à l'instar de n'importe quel jeu pour enfant, les Body Boomers invitent les adultes et les adolescents, âgés d'au moins 14 ans, à faire du sport, gratuitement et en s'amusant.

Les petits porteurs peuvent en effet profiter du Body Pédalo-ski qui reproduit les mouvements d'un vélo elliptique.

Au total, la gamme Body Boomers comprend près d'une vingtaine d'appareils, dont certains sont utilisables par des personnes à mobilité réduite.

Pour éviter les blessures, un panneau explicatif devant chaque appareil informe les utilisateurs sur les mises en garde à observer avant l'utilisation.

Il indique aussi les parties du corps qui seront sollicitées pendant l'exercice.

A ce jour, près d'une centaine de villes ont équipé leurs parcs de Body Boomers. D'autres, telles que Champs-sur-Marne (Seine et Marne), Gujan Mestras (Gironde) et Villeneuve Loubet (Alpes-Maritimes), verront arriver ces appareils courant septembre.

Site : www.bodyboomers.eu