Zeitschrift: Fisio active
Herausgeber: Schweizer Physiotherapie Verband
Band: 42 (2006)
Heft: 3

Artikel: Test de Clubs de fitness : des chiffres et des efforts
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-929719

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Siehe Rechtliche Hinweise.

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. Voir Informations légales.

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. See Legal notice.

Download PDF: 30.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Test de Clubs de fitness: des chiffres et des efforts

Pour la chaîne de télévision Schweizer Fernsehen, www.sf.tv

Petra Waldmeier, physiothérapeute, a réalisé un test en caméra cachée dans une dizaine de clubs de fitness de la Suisse alémanique pour l'émission «Kassensturz» du 7 mars 2006 de la Télévision Suisse. Le test consistait à comparer les offres des clubs de fitness en termes de tarif, de suivi, de confort et de qualité des espaces wellness.

Les Suisses sont les champions européens de la fréquentation des clubs de fitness: plus de 500 mille personnes suivent un entraînement régulier. «Kassensturz» et «K-Tipp» ont voulu savoir comment étaient traités monsieur et madame tout-le-monde dans les clubs de sport et ont passé au crible des centres proposant des abonnements annuels variant entre 470 et 2308 francs. Petra Waldmeier, physiothérapeute, a testé en caméra cachée dix clubs de fitness alémaniques pour l'émission «Kassensturz». Elle a prétendu à chaque fois présenter des douleurs au dos et aux genoux pour vérifier la qualité de l'accompagnement offert par l'instructeur au client. Les prestations annexes du centre de fitness ont également été évaluées: combien de casiers? Qualité des espaces wellness? Présence d'un bar? d'une garderie? Les nouveaux venus doivent-ils répondre à un questionnaire santé?

Résultats très hétérogènes

Le grand vainqueur de ce test, avec une note de 9,6 points, est l'onéreux centre de fitness Gymfit de Berne (abonnement annuel 2230 francs, la première année). La séance d'essai obtient la note maximale. Avec une moyenne générale de 8,7 sur 10, le Squash-fit de Dietlikon obtient également une «très bonne note» (1140 Fr. pour la 1ère année). La troisième place revient au club de culture physique de Lucerne TC Trainingscenter (1170 Fr. pour la 1ère année). La séance d'essai a donné satisfaction à Petra Waldmeier. Selon elle, le coach n'a toutefois pas aussi bien corrigé les mauvaises postures que le grand vainqueur du test. Le centre Migros Fitnesspark time out à Ostermundigen a obtenu une «bonne note». Les exercices étaient parfaitement bien expliqués, mais la conseillère sportive n'a prêté que peu d'attention aux problèmes de santé de l'élève-test. Holmes Place à Zurich a également reçu une «bonne» appréciation (2308 Fr. pour la 1ère année), ainsi que David Gym à Zurich (1298 Fr. pour la 1ère année) et Activ Fitness à Zurich (740 Fr. pour la 1ère année). Le club Athena de Soleure s'en sort encore avec une mention passable (1490 francs pour la 1ère année): «L'instructeur a présenté et montré lui-même chacun des exercices à merveille. Mais lorsque ce fut mon tour de le faire, il ne m'a absolument pas corrigée. Il a bavardé de temps à autre avec moi, mais n'a, à aucun moment, regardé comment je faisais les exercices», a déclaré Petra Waldmeier. Le centre de fitness Swiss Training d'Aarau a eu des résultats insatisfaisants, son abonnement annuel de 490 francs pour la première année fait de lui de loin le club le moins cher du test. Mais l'instructrice y a conduit son élève sur des appareils de fitness que l'experte juge dangereux pour des débutants. Roland Lüscher, directeur du Swiss Training d'Aarau, déclare qu'il est impossible d'offrir un entraînement idéal lors d'une séance d'essai. «Kassensturz» a également mis à l'épreuve le centre de Kieser. Celui-ci a fait l'objet d'une évaluation séparée car il ne propose aucune prestation de wellness, ni aucun appareil d'échauffement ou d'endurance. L'examinatrice a attribué une «bonne» note au centre de Kieser de Berne (890 francs par an). Conclusion du test: une personne déjà entraînée, sera satisfaite quel que soit le centre de fitness testé. Mais pour les débutants, qui ont besoin d'une introduction à la technique d'utilisation des appareils, mieux vaut réfléchir à deux fois. «Lorsqu'on débute, mieux vaut aller dans un club de fitness où l'on dispose d'un instructeur qui reste tout le temps à nos côtés, qui observe nos mouvements et donne des instructions, déclare Petra Waldmeier.

Infos: Vous trouverez le détail des résultats du test et des conseils supplémentaires dans l'édition N° 5 de K-Tipp du 8 mars 2006.

News

Maintenance des dispositifs médicaux

(bk) L'ordonnance sur les dispositifs médicaux nous informe sur la manière d'assurer la maintenance des dispositifs médicaux. On désigne par dispositifs médicaux, bon nombre d'appareils utilisés en physiothérapie. Il incombe aux utilisateurs des dispositifs médicaux, c'est-à-dire aux physiothérapeutes, qui ont recours à ces dispositifs d'en assurer la maintenance technique et la préparation. Lors de la planification et de la réalisation de la maintenance, il faut veiller à respecter les instructions du constructeur. L'ordonnance n'évoque pas de fréquence annuelle de maintenance des dispositifs médicaux (à moins que le constructeur de l'appareil ne le recommande).

Vous trouverez de plus amples informations et nos fiches techniques sous www.swissmedic.ch

2. Journées Lucernoises sur les tendances en santé publique

(pp) Les 23 et 24 mars s'est déroulée la deuxième édition des Journées Lucernoises sur les Tendances en Santé Publique. La rencontre de cette année s'est articulée autour de trois thèmes: défi de la médecine de pointe, rééducation en tant que potentiel d'économies et enfin, possibilités et limites de l'oncologie. Quelque 300 participants, dont les exposants du système de santé publique suisse, ont assisté à ce forum. On notait aussi la présence du conseiller fédéral Pascal Couchepin, du conseiller d'Etat Markus Dürr (Président du comité directeur de la Conférence des directeurs sanitaires) ainsi que des hauts-représentants des hôpitaux, de la médecine, des assureurs-maladie, des assurances accidents, des organisations faîtières de la santé, de l'industrie et des autorités.

Soins palliatifs en gériatrie – promotion d'urgence

Les soins palliatifs englobent les soins et l'accompagnement dispensés aux personnes atteintes de maladies incurables. L'objectif primaire n'est donc plus la guérison, mais le traitement de la douleur et le suivi. Pour renforcer les soins palliatifs en gériatrie, la société SENEVITA SA a organisé récemment une table ronde interdisciplinaire en collaboration avec Peter Fässler, expert dans ce domaine. Conclusion: Les soins palliatifs en gériatrie sont en très mauvaise passe. On observe bien souvent un manque de la formation nécessaire et/ou une absence de structure.

Matthias Müller, SENEVITA SA