

PALAIS DES CONGRÈS Plus de 350 participants sont attendus à l'Indoor Cycling

L'art de pédaler sans avancer

JULIEN GRAF

Pédaler au rythme de la musique tout en suivant les consignes d'un instructeur. Pas pour finir premier mais pour transpirer à grosses gouttes, raffermir ses guiboles et, surtout, partager une passion commune.

Voilà, en deux phrases, de quoi il en retourne lorsqu'il est question d'indoor cycling, discipline que certains appellent aussi spinning.

Samedi prochain, quelque 350 participants s'époumoneront au Palais des Congrès, à l'occasion de la 2e édition de l'Indoor Cycling Biel Bienne. Plus de 160 vélos seront installés dans la grande salle, qui prendra des allures de vaste halle de gym. Apparu au début des années 90, ce sport a conquis des millions d'adeptes à travers le monde. En Suisse, ils sont un bon millier à pratiquer assidûment le vélo d'appartement en groupe. «L'idée de cet événement est de rassembler Romands et Alémaniques en un seul lieu. Des manifestations similaires sont organisées à Zurich, Herisau, Bâle et Lausanne. Des 350 participants, la moitié environ vient de Romandie, l'autre de Suisse allemande. Notre



L'an dernier plus de 300 adeptes d'indoor cycling s'étaient retrouvés au Palais des Congrès. Rebelotte le week-end prochain. ARCHIVES/GAETAN HIRSCHI

objectif est donc d'ores et déjà atteint», explique Fabien Niederhäuser, organisateur de l'événement, dont les contours de l'édition 2013 ont été dévoilés hier.

En plus de participants venus de tout le pays, le Biennois se réjouit d'accueillir des passionnés venus de toute l'Europe: «Une quinzaine de personnes feront le déplacement de Londres, d'autres

viendront de Tchéquie, de Slovaquie, de Roumanie, d'Italie, d'Allemagne et de France rien que pour cet événement. Nous compterons aussi sur la présence des meilleurs instructeurs européens comme la Tchèque Eva Kupkova ou la Britannique Lou Atkinson», se félicite Fabien Niederhäuser.

A tour de rôle, ces entraîneurs chevronnés se chargeront de donner le la. Mués en maîtres de

cérémonie, ils imprimeront la cadence et guideront les participants au gré de leurs envies.

Un marathon de dix heures

Cette course dans le vide aura pourtant des allures de marathon. Elle durera 10 heures, de midi à 22h. «Une minorité de passionnés roulent 10h d'affilée. Mais la plupart se relayeront à tour de rôle», souligne l'organisateur, lui-même instructeur: «Durant mon cours, j'aurai la chance d'avoir à mes côtés un rappeur, une violoniste et deux saxophonistes qui accompagneront mes ordres en musique.»

Si l'événement biennois n'est qu'à sa deuxième édition, il est déjà appelé à perdurer dans la cité seelandaise. La salle du Palais des Congrès a déjà été réservée pour les cinq années à venir. «Ailleurs, ce genre de rendez-vous se déroule souvent dans des salles de gym. Le Palais des Congrès offre un cadre unique, bien plus chaleureux. J'aimerais que les participants repartent fatigués, mais avec les yeux qui brillent», conclut Fabien Niederhäuser. ●

 www.journaldujura.ch

Découvrez sur notre site une vidéo réalisée lors de l'édition 2012 de l'Indoor Cycling.