

# Curves®



Communiqué de presse  
Pour diffusion immédiate

Le système d'entraînement le plus évolué au monde !

## CURVES PROCÈDE AU LANCEMENT DE **CurvesSmart**.

**Québec, le lundi 19 janvier 2009** – Les centres de conditionnement physique pour femmes **CURVES** sont heureux d'annoncer le lancement de **CurvesSmart**, la plus récente percée technologique en système d'entraînement exclusif à **CURVES**. **CurvesSmart** se veut le premier appareil intelligent qui s'adapte à chaque femme tout en tenant compte du rythme cardiaque permettant au membre de maintenir le degré d'entraînement maximal.

### La technologie **CurvesSmart** « VISER LE VERT »

Le système personnalisé d'entraînement **CurvesSmart** ajouté aux appareils de **CURVES** est un véritable entraîneur personnel. Basé sur le bilan de santé de chaque membre effectué par les entraîneurs de **CURVES**, un programme d'entraînement adapté sera créé et inscrit dans le système **CurvesSmart**. Lors de l'entraînement, une carte insérée dans l'appareil indique avec précision, étape par étape, les progrès réalisés suite à chaque période d'entraînement ce qui permet à l'utilisatrice de garder sa motivation. La technologie **CurvesSmart** s'assure que les utilisatrices maintiennent leur niveau d'effort à un niveau maximal et sécuritaire en **visant la lumière verte** sur le moniteur pour bénéficier pleinement de chaque entraînement et ainsi atteindre leurs objectifs personnels de mise en forme et de gestion du poids. Des études préliminaires démontrent jusqu'à **15 % d'augmentation de pouces perdus**. Suite à l'entraînement, chaque femme consulte à l'ordinateur son bilan corporel qui affichera chaque groupe musculaire lui indiquant le niveau de travail de chacun, le total des calories brûlées et les zones sur lesquelles elle doit se concentrer pour améliorer son entraînement.

### Programmes personnalisés

Le système personnalisé d'entraînement **CurvesSmart** propose de choisir parmi **4** programmes personnalisés de mise en forme : **En pleine forme, Masse musculaire et force, Cardio** et **Endurance** adaptés aux besoins et objectifs de chaque femme.

## À propos de CURVES

Conçu pour les femmes, **CURVES**, le précurseur du concept d'entraînement **30 minutes** est la plus grande chaîne de conditionnement physique au monde comptant plus de **10 000** centres dans plus de 42 pays dont **7** dans la région de Québec : **Beauport, Charlesbourg, Val-Bélair, Neufchâtel, Haute-Ville, St-Raymond, St-Augustin/Cap-Rouge**. La formule unique de **CURVES** propose des séances d'entraînement de 30 minutes, trois fois par semaine, qui permettent aux femmes d'améliorer leur condition physique, d'augmenter leurs capacités cardiovasculaires et leur force musculaire et de perdre du poids dans un environnement motivant et sécuritaire. Le programme **CURVES** propose en seulement 30 minutes un entraînement complet : **échauffement & récupération, entraînement cardio & musculaire et étirements**.

## Le choix des consommateurs 2008

Élu **Le choix des consommateurs en 2007 et 2008**, **CURVES** se démarque par son service personnalisé (mesures gratuites, conseils en nutrition) et ses entraîneurs qualifiés.

Pour faire l'essai de **CurvesSmart** ou pour plus de détails concernant les centres **CURVES** visitez le **curvesquebec.ca**.

- 30 -

### Source :

MFL Communication  
Marie France Lambert  
Tél. : 418 559-6353  
mflcom@videotron.ca  
www.mflcom.com

### Information :

Curves  
Hugo Lefebvre  
Franchisé  
Tél. : 418 337-3620

