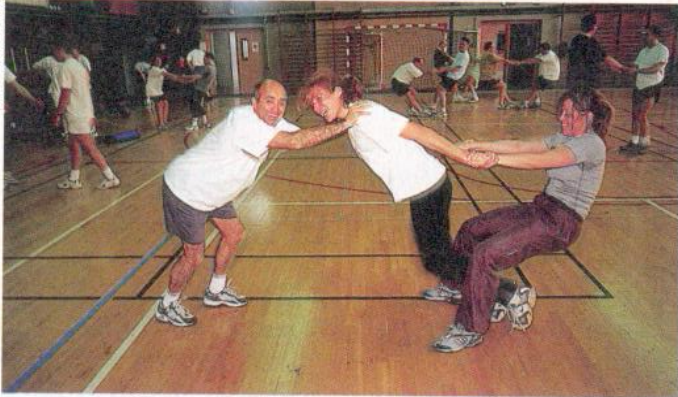


Les accros de la GDV



Vincent Farrat en pleine action ■

« **A**llez, les guerriers, on se motive ! On a toute la mort pour se reposer ! » clame Vincent Farrat aux cinquante salariés de Hewlett-Packard qui enchaînent les exercices. L'entraînement a des allures de stage commando, mais, accros, plus des deux tiers reviendront au cours de la semaine pratiquer la « gym de Vincent » (GDV). Cela fait vingt ans que ce professeur d'éducation physique du lycée du

Grésivaudan anime des séances de gym sportive au sein de l'entreprise américaine. « J'ai démarré en 1984 avec seulement vingt élèves. Aujourd'hui, ils sont plus de deux cents inscrits, âgés de 25 à 50 ans », explique-t-il. Le concept ? Vingt-cinq minutes d'échauffement rapide suivi d'exercices toniques, seul ou à deux. Un programme sur mesure, fruit de trente ans d'expérience sportive, que Vincent élabore avec

rigueur et dispense dans la bonne humeur.

Agnès, 30 ans, ingénieur planification, s'y rend trois ou quatre fois par semaine : « C'est une drogue ! Idéal pour évacuer le stress et se sentir plus fort. » Jean-René Bouvier, 44 ans, vice-président-directeur général de la direction télécom d'HP, est un adepte de la GDV depuis vingt ans. « On en sort plus lucide, plus apte à trouver des solutions intelligentes à un problème. La satisfaction du progrès est en plus très rapide. » Cependant, 10 %

L'entraînement a des allures de stage commando, mais ils reviennent.

d'éléments extérieurs à l'entreprise ont obtenu le droit de suivre les cours. Ismaël Florès, 26 ans, kinésithérapeute et champion de France d'aviron 2003, s'y rend trois fois par semaine : « La

diversité de mouvements permet un travail sur tous les groupes musculaires. Chacun va au maximum de ses capacités dans une ambiance conviviale. »

Le succès est tel que Vincent propose dorénavant des cours aux cadres de Cap Gemini, MGE Ups, Sun Microsystems, ainsi qu'aux municipalités. La GDV est ainsi devenue la première activité sportive par le nombre d'adhérents sur les communes de Montbonnot et Meylan.

Mais ce « professeur d'énergie » a plus d'une corde à son arc. Coordinateur du ski scolaire pour le département, Vincent Farrat est aussi conseiller pédagogique des licence et maîtrise « sports » à la fac. Il organise chaque année des événements sportifs à Prapoutel et à l'Alpe-d'Huez. Et il collabore à un programme sur le vieillissement avec les médecins et les cardiologues de la clinique du Mail ■ **Constance Rondet**

Le VRP de Rhône-Alpes

Comment acheminer jusqu'en Chine le foie gras frais dont Georges Blanc avait besoin pour « sa » recette ? Qu'à cela ne tienne, chaque voyageur transporterait un morceau du précieux ingrédient. Rien n'est impossible à Henri Ducret, le président de la délégation Tourisme des chambres de commerce et d'industrie de Rhône-Alpes ! Depuis vingt ans, la promotion du tourisme dans la région, c'est lui. Et ses idées foisonnantes, carrées et obstinées laissent son monde ébaubi.

En décembre, il a donc emmené près de 200 industriels et institutionnels de la région à Shanghai avec pour ambassadeurs quatre chefs étoilés, Paul Bocuse, Marc Veyrat, Georges Blanc et

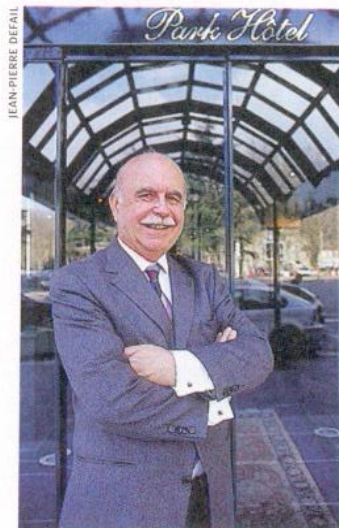
Michel Troisgros. Huit tonnes de matériel, dont 25 kilos de sel de Guérande, introuvable en Chine, et même du cacao pour les truffes de Veyrat ! La Garde républicaine était du voyage et aussi Stendhal, dont Henri Ducret avait apporté une édition du « Rouge et le Noir » en chinois pour mille de ses hôtes.

Londres, New York

Ecrasées, les rivales Paris et la Côte d'Azur : les Chinois se sont précipités dans les bouchons lyonnais reconstitués pour ce forum touristique. Henri Ducret ne recule devant rien. Il avait mis deux ans à faire accepter trente exposants rhônalpins chez Harrod's à Londres. A New

York, il a emmené les Chasseurs alpins ; à Sydney, les Modigliani du musée de Grenoble. Six tour-opérateurs chinois sont déjà venus depuis le début de l'année vérifier sur place ce qu'ils avaient effleuré à Shanghai. « Nous avons un

Henri Ducret ■



second marché, la Chine, la Russie et l'Inde. »

A 73 ans, Henri Ducret y prépare sa prochaine incursion. Entre-temps, il faut relancer les contacts avec le Japon et surtout renouer les liens avec les Etats-Unis. Henri Ducret, propriétaire depuis quarante-deux ans du Park Hôtel, où s'arrête tout ce que la France compte de politiques ou d'artistes, a proposé cette semaine à ses grands homologues parisiens de casser les prix en août pour les touristes américains : « Un dollar, un euro. » Ils n'ont pas encore réagi. Henri Ducret pense déjà à autre chose. A l'accord qu'il veut passer avec le Bolchoï pour une grande soirée de luxe à Moscou en mai. « Le succès, dit-il, c'est une multitude de détails. »

■ **Catherine Pégard**