

PERFORMANCE

VÉLO INTERACTIF /

Rencontre avec le double champion du monde *d'Expresso Go!*

SARAH KANGA

SURNOMMÉ « LA MACHINE DE GUERRE » PAR SON ENTOURAGE, CÉDRIC ROVELLI A PARCOURU 41 605 KM À LUI TOUT SEUL SUR SON VÉLO CONNECTÉ EXPRESSO GO ! ET BRÛLÉ PLUS D'UN MILLION DE CALORIES EN 2017. UN RECORD. POURTANT, RIEN NE PRÉDISPOSAIT CE NON-SPORTIF EN SURPOIDS À SE RETROUVER EN TÊTE D'UN CLASSEMENT POUR SPORTIFS HIGH-TECH.

UN VÉLO LUDIQUE ET INTERACTIF

Nous sommes en 2016 lorsque Cédric Rovelli pousse pour la première fois les portes d'une salle de sport au Keep Cool de Saint-Julien-lès-Metz (57). Il pèse 130 kg pour 1,83 m et souhaite commencer une activité physique régulière. Ce cuisinier de profession teste alors différentes machines comme les tapis de course avant de découvrir le vélo cardio interactif Expresso Go ! Avec ses 30 vitesses, son écran HD tactile de 60 cm, ses parcours réalistes et son guidon pivotant qui suit la route, le vélo signé par le Français Hitech Fitness retient l'attention du jeune novice. Ce dernier apprécie notamment son caractère ludique et interactif. *“La première fois que je suis monté sur un vélo Expresso Go !, j'en ai pas mal bavé”,* reconnaît Cédric. *C'était très impressionnant. Il fallait apprendre à gérer les vitesses, les montées, les descentes. J'étais à bout de souffle, mais j'ai vite trouvé ça addictif,* ajoute-t-il.

Débutant par des séances de 30 minutes, le nouveau cycliste voit ses capacités augmenter rapidement et se découvre des aptitudes physiques insoupçonnées. Sur le vélo connecté à Internet, le jeune homme dépasse régulièrement ses performances passées figurant à l'écran sous forme de biker fantôme. Même chose pour les autres utilisateurs dans la salle et dans le monde entier auquel il peut se mesurer quotidiennement. Avec cette technologie fonctionnant sur le mode de la compétition et du dépassement de soi, le cuisinier découvre ainsi une véritable passion et un nouveau mode de vie.



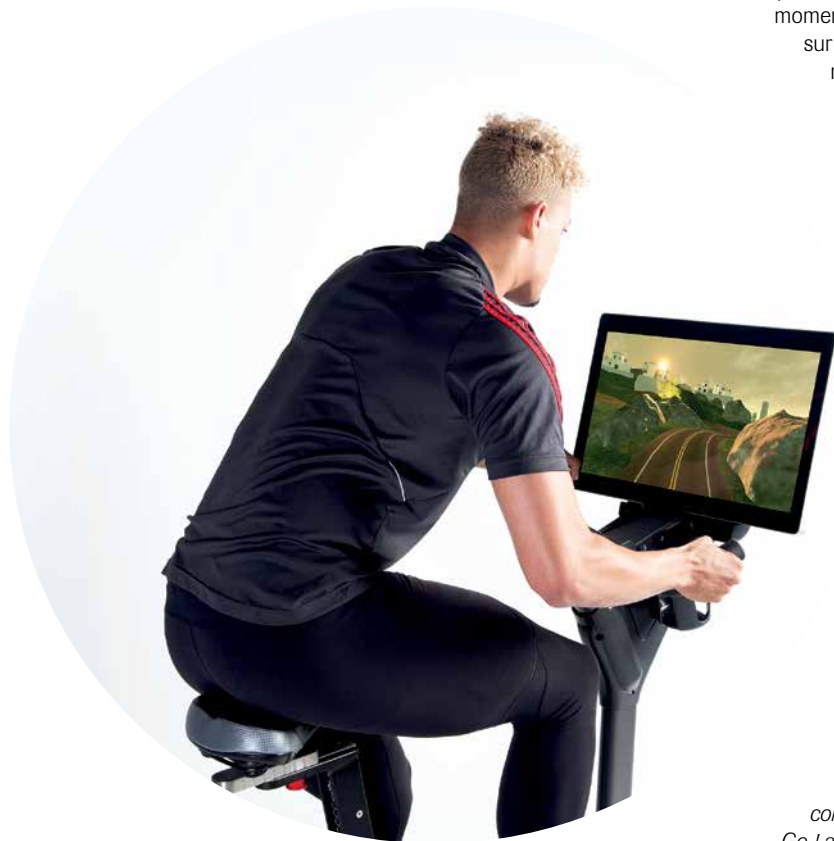
PÉDALER EN SALLE SIX HEURES PAR JOUR

Au fil des mois, les séances de 30 minutes laissent la place à des entraînements de plusieurs heures boostées par des défis et challenges en tous genres : défi du jour, de la semaine, du mois, sur des cols de montagne, du plat, à chasser des dragons... Tout est fait pour mobiliser les utilisateurs regroupés en équipes. Ainsi, délaissant la pratique solitaire de l'indoor biking, Cédric rejoint d'autres participants autour de nouveaux challenges. Ils sont 25 la première année, 50 l'année suivante et ils ont entre 15 et 70 ans. Leur objectif : aller le plus vite possible et repousser leurs limites. *“Selon les défis, on peut pédaler 80, 100, 250 km par jour à des intensités différentes. Pour certains challenges, on est carrément obligés de mettre notre vie de famille de côté pour pédaler jusqu'à six heures d'affilée. Il m'arrive d'être sur mon vélo de 15 h à 22 h 30 non-stop”,* confie-t-il. Tour d'Italie, tour de France, tour d'Espagne...

Aucune compétition n'échappe à ces passionnés qui, dans leurs salles de sport, adaptent le type de circuits pratiqués aux grandes courses du moment. Non sans peine, même si le dépassement de soi l'emporte sur la douleur physique. Cette année, Cédric a ainsi battu son record de montagne en parcourant 32,2 km en 51,47 minutes au lieu de 1 h 10 l'année précédente. Des performances remarquables pour un amateur et qui permettent au Keep Cool de Saint-Julien-lès-Metz d'être 1^{er} du classement francophone et 2^e mondial dans le challenge "chasseur de dragons". Le cycliste a en effet remporté à lui tout seul près de la moitié des points. Au classement individuel, Cédric Rovelli est champion du monde pour la 2^e année consécutive.

Ces progrès spectaculaires, le cuisinier les observe aussi sur le VTT qu'il a acheté parallèlement à son inscription en salle il y a deux ans en passant de 14 km/h à 28 km/h. "Je n'ai même plus besoin de m'arrêter alors qu'avant je faisais des pauses tous les 4 km", se félicite-t-il.

Le champion se réjouit d'avoir perdu près de 20 kg et envisage d'en perdre 20 supplémentaires grâce au vélo, mais voit aussi dans cette pratique en salle une occasion privilégiée de créer du lien social : "Avant l'Expresso, je ne pratiquais aucun sport et je menais une vie assez terne, raconte-t-il. Aujourd'hui, les différents défis et challenges m'ont socialisés et permis de trouver un nouvel équilibre dans ma vie personnelle. Et puis il y a un côté bons copains dans l'équipe. Après chaque victoire, on se retrouve pour manger ensemble et fêter ça. C'est un peu comme une famille. Sur le plan physique et humain, le vélo Expresso Go ! a clairement changé ma vie." //



VÉLO EXPRESSO GO !

Une nouvelle dimension pour le biking connecté !



INTERACTIF • IMMERSIF • LUDIQUE • FÉDÉRATEUR • VERSATILE



Expresso



4 modes de fonctionnement

- Simulateur interactif de vélo (+ de 40 circuits)
- HIIT (+ de 9 jeux vidéos pour travailler le fractionné)
- Cours de biking à la demande (+ de fonctionnalités sur le même vélo)
- Radical Fitness



+ de fidélisation

vos adhérents restent plus longtemps



+ de coaching

grâce à l'accès aux stats et les challenges sur le vélo



+ d'immersion

avec un grand écran tactile de 56 cm, un nouveau moteur graphique et un design plus ergonomique

... Et bien + encore !



Pour en savoir + rejoignez-nous sur Facebook : « Vélo Expresso »



Distribué par
HITECH FITNESS

Pour en savoir +,
contactez :
info@hitech-fitness.com
Tél : 06 07 51 60 34
www.hitech-fitness.com