

FITNESS

Liberty Gym : le réseau s'implante en Alsace

Depuis le mois de janvier, la salle de sports Liberty Gym bat le pavillon dans la zone d'activités de Habsheim. L'enseigne en licence de marque fait partie du groupe Alésia Minceur. Sur la trentaine de franchisés, le club de Habsheim est le premier à ouvrir en Alsace.

Justine Nalouei

Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la pratique d'une activité physique à raison de trente minutes par jour permet de réduire les facteurs à risque liés à certaines pathologies et, en même temps, d'augmenter de quatorze ans l'espérance de vie.

Pour accompagner les citoyens dans cette démarche volontaire, les salles de sports poussent comme des champignons. Créée en 2010, Liberty Gym a testé sa formule pendant deux ans, dans deux centres pilotes, avant d'amorcer son développement sur l'ensemble du territoire.

Soixante-dix franchisés d'ici la fin de l'année

Le concept de cette salle de remise en forme, ouverte tous les jours de l'année, de 6 h à 23 h, a séduit Nicolas Cerquant, ancien membre (classé sixième, jeune) de l'équipe de France d'escalade. « Nous proposons des installations sportives haut de gamme avec des activités de musculation, de cardio-training et des cours collectifs sur écran géant tout au long de la journée,



Nicolas Cerquant est le directeur du premier Liberty Gym d'Alsace.

Photo L'Alsace/J.N.

à un prix extrêmement attractif », explique le Grenoblois d'origine, à la tête du premier Liberty Gym d'Alsace, ouvert le 26 janvier dernier à Habsheim. « À l'heure actuelle, il y a une tren-

taine de Liberty Gym en France, mais d'ici la fin de l'année, il devrait y en avoir 70, dont un, à Strasbourg », précise-t-il.

Outre les bureaux, 42 casiers à

clefs, des sanitaires, des cabines de déshabillage et des douches à l'italienne, toutes les deux individuelles, l'ancienne concession automobile accueille désormais à Habsheim, sur une surface de

750m², des appareils (vélos elliptiques, vélos assis et allongés, tapis pour la marche ou la course, steppers...) et des équipements pour la pratique du culturisme avec des poids allant jusqu'à 42 kilos.

Krav maga et zumba

De quoi travailler son souffle, mais aussi de muscler et de tonifier tout son corps. Chaque franchisé a la possibilité d'ajouter sa petite touche personnelle. Des cours de krav maga, avec un

professeur, sont ainsi proposés le mercredi (19 h 30-21 h 30) et le samedi (17 h 30-19 h) par Nicolas. S'ajouteront des cours de zumba d'ici quelques jours. Pour les horaires, voir directement sur place.

Y ALLER Liberty Gym, 5, avenue Valparc à Habsheim. Ouvert 7/7 jours, de 6 h à 23 h. Tél. 03.89.43.73.90 (du lundi au vendredi, de 9 h 30 à 12 h 30 et de 14 h 30 à 19 h 30, samedi uniquement le matin). Internet : www.libertygym-mulhouse.fr



Longues plages d'ouverture et accès rapide à l'A35 sont deux atouts de cette salle de remise en forme haut de gamme à prix mini.

Photo L'Alsace/J.N.

ÉNERGIE

Kingersheim : la résidence Saint-Charles primée pour son éco-conception

Le deuxième Trophée GAZosphère a été attribué la semaine dernière par GrDF à la résidence Saint-Charles, à Kingersheim, récompensée pour sa conception énergétique et son intégration dans le paysage urbain. C'est le seul projet distingué dans la région.

Sabine Hartmann

L'entreprise GrDF (Gaz et réseau de France) soutient des projets énergétiques novateurs et le Trophée GAZosphère récompense ceux nés d'une étroite coopération de toute la chaîne des acteurs du bâtiment tels que les architectes, les bureaux d'études et les installateurs chauffagistes. C'est à ce titre que la résidence Saint-Charles, à Kingersheim, a été récompensée la semaine dernière par le Trophée GAZosphère.

Cette construction a été distinguée pour son éco-conception. Une démarche qui réunit différents paramètres : l'association de plusieurs sources d'énergie (gaz, panneau solaire, etc.) et un bâti performant.

Des projets à haute performance énergétique

Cette nouvelle construction est certifiée Habitat et Environnement BBC (Bâtiment basse consommation) Effinergie. Avec un avantage certain pour ses occupants – qu'ils soient propriétaires ou locataires – à commencer par de faibles charges énergétiques.

« Notre concours est ouvert à la maîtrise d'œuvre et donc aux architectes, bureaux d'études et artisans chauffagistes. Avec comme objectif des réalisations qui permettent la meilleure économie d'énergie possible pour une haute performance énergétique », explique Antoine Laveine, ingénieur chez GrDF.

Pour cette nouvelle construction, le choix a été effectué par l'équipe



Construite dans le respect de l'éco-conception, la résidence Saint-Charles, à Kingersheim, est exemplaire aussi bien du point de vue de sa conception énergétique (cogénération, énergie solaire et bâti performant) que de son intégration urbanistique. C'est ce qui lui a valu d'être primée par GrDF.

Photo L'Alsace/Dom Poirier

en charge du projet (*), d'installer une chaudière cogénération. Cette dernière permet d'associer la production de chauffage, d'eau chaude et d'électricité.

« Il s'agit d'une nouvelle technologie qui se développe depuis un certain temps dans le monde de l'industrie et touche également, depuis peu, les petits collectifs. Pour nous, c'est clairement un

marché qui va se développer dans l'avenir », poursuit Antoine Laveine.

« Un bâtiment de 16 logements qui allie technologie et design »

Serge Wermelinger, promoteur de la société FL Résidences et partenaire de GrDF, ajoute : « Ce bâti-

ment de 16 logements allie des nouveautés technologiques et un design soigné. L'orientation a été choisie pour répondre aux exigences d'un bâtiment bioclimatique ».

Les travaux de la résidence Saint-Charles ont débuté en janvier 2012 et se sont terminés en juillet 2013. Le bâtiment comporte des appartements de type F2 à F6, dont deux attiques. « Il est nécessaire que le

bâtiment soit opérationnel et habitable pour permettre au jury de constater, sur le terrain, les résultats des économies d'énergie », complète Antoine Laveine.

Des économies conséquentes pour les habitants, soit, pour un logement de 100 m², un montant de 100 € de charges annuelles pour la production de chauffage, d'eau chaude et d'électricité, hors m² d'eau consommée !

« La copropriété gère également la partie revende du surplus produit par cette chaudière, dont l'investissement, pour ce collectif, s'élève à 40 000 €, note Serge Wermelinger.

« Un projet d'éco-quartier qui portera le nom d'Adrien Zeller »

Douze panneaux solaires thermiques ont également été installés sur le toit du bâtiment en complément de cette chaudière high-tech, soit sur une surface d'environ 30 m²

« Pour nous, il s'agit d'une offre haut de gamme accessible. D'ailleurs, tous les lots ont été vendus. Un autre projet est à l'étude, toujours à Kingersheim, avec la construction d'un éco-quartier qui portera et c'est confirmé, le nom d'Adrien Zeller », conclut Serge Wermelinger.

(*) Équipe composée du bureau d'études BE Schlienger, le promoteur FL Résidences, l'architecte Archi Max-Maury et l'installateur Stihle Frères.

À noter

BERRWILLER

L'ACL de Berrwiller propose des cours de danse de salon les mercredis ou vendredis de 20 h à 22 h à partir de février.

Une activité entraînante, dynamique, physique ou ludique, accessible à tous, que vous soyez débutants ou initiés et pour tous ceux qui aiment se retrouver et partager des moments joyeux autour de la danse.

Au programme : valse, tango, cha cha cha, samba, rock... Le tout en douceur et rythmé par la bonne humeur. La danse permet de s'évader, de décompresser, et de se faire plaisir.

Renseignements complémentaires auprès de Béatrice Brender au 03.89.55.09.52.

MULHOUSE

Le club multicollections Les Chasseurs d'images consacrera sa réunion mensuelle du mardi 24 février à l'échange de cartes postales, télécartes, timbres, vieilles lettres, miniatures de flacons de parfum et figurines. Un stamptisch sera proposé sur la préparation de l'exposition sur la fête de la Victoire du 8 mai 1945 qui se déroulera à la salle polyvalente de Zillisheim le 8 mai prochain.

La réunion se tiendra à la salle paroissiale Saints-Pierre-et-Paul, 53, rue de Guebwiller à Mulhouse, à partir de 18 h 15 pour tous ceux qui participent aux échanges et à partir de 19 h 30 pour la réunion mensuelle.

Le prochain café mémoire organisé par l'association France Alzheimer Haut-Rhin aura lieu à Mulhouse, le mardi 24 février de 14 h 45 à 17 h, au foyer Sinclair, 2 avenue du Maréchal-Joffre. Cette action est organisée pour toutes les familles touchées par la maladie d'Alzheimer de Mulhouse et environs, malades et aidants, même si elles ne sont pas adhérentes de l'association. Des ateliers de stimulation de la mémoire y sont proposés et un goûter est offert à l'ensemble des participants. Renseignements au 03.89.42.79.36.

SAUSHEIM

En raison de travaux de rénovation et d'embellissement, la bibliothèque municipale, rue du Petit-Rince à Sausheim, fermera ses portes au public du lundi 23 au samedi 28 février, puis, du lundi 9 au mercredi 11 mars.