

## PROS INFOS

# QUELS SONT LES ENJEUX DE LA NOUVELLE CATÉGORIE BIKINI ?

Toute nouvelle à l'IFBB Pro League, la catégorie bikini ne laisse personne indifférent. Ses admirateurs voient en elle, de magnifiques créatures toniques véhiculant une image très féminine et très positive du bodybuilding. Ses détracteurs, à l'inverse, la jugent hors sujet, en qualifiant ces athlètes de mannequins plutôt que d'athlètes. " Rien à voir avec du bodybuilding " crient-ils haut et fort. Alors pourquoi avoir créé une catégorie qui fait si grand bruit ? En fait, les enjeux sont nombreux. Principalement économiques, il est vrai. Mais essayons d'analyser les autres raisons, en compagnie de nos experts, Mario Valéro, Président de l'IFBB France, et Nathalie Mur, la seule championne professionnelle bikini française, qualifiée pour Olympia 2011.



## UN BUSINESS CONSIDÉRABLE

Nous avons pour habitude de dire en France que lorsque les américains mettent quelque chose en place, c'est souvent pour une question d'argent. Force est de constater, qu'une fois de plus, nos à priori se vérifient... Mais au-delà du spectacle qu'offre cette catégorie, les bikinis attirent beaucoup de compétitrices et de public, hommes et femmes, dans les compétitions outre-atlantique. Et remplir une salle n'est déjà pas si mal ! Si nous regardons un peu plus loin, les jolies filles qui évoluent sur ces scènes ont des physiques très esthétiques et des attitudes de modèles photographiques. Rappelons au passage que les bikinis sont notés, certes sur leur physique, leur élégance, leur sensualité, mais aussi sur leur personnalité, leur déplacement et leur regard. Leur pouvoir de séduire un jury d'une compétition, un public, comme les objectifs des plus grands photographes professionnels s'avère être une arme redoutable, pour elle, mais aussi pour l'industrie de la presse spécialisée. Les revues américaines de fitness ne cessent de promouvoir les athlètes bikinis depuis quelques années, à l'in-



Même si Dianna Dahlgren (à dr.) n'était pas très en forme au dernier bikini Olympia, elle reste une redoutable concurrente de la catégorie et un modèle exceptionnel pour les magazines et les marques de l'industrie du fitness.



Le trio vainqueur qui remporte les podiums actuels des plus grandes compétitions bikinis du circuit professionnel.

De g. à d. : Nicole Nagrani, Sonia Gonzales et Nathalia Melo.



Ci-dessus de gauche à droite : Sonia Gonzales, première gagnante de l'histoire du bikini Olympia, Nicole Nagrani et Nathalia Melo

## DES STARS REPRÉSENTATIVES

térieur, et même en couverture. Dianna Dahlgren qui a fait la couverture de Flex magazine, posant en tenue topless, l'an dernier, en est un parfait exemple. Super sexy ces bikinis qu'on affiche avec plaisir! Leur physique ne choque pas, pouvant attirer un lectorat assez large, en plaisant aussi bien aux hommes qu'aux femmes. Les magazines les médiatisent à outrance, et comme cela marche, ils auraient tort de s'en priver !

Mais la presse n'est pas la seule industrie sur le coup. Les marques de compléments alimentaires utilisent aussi l'image de ces championnes au corps de rêve, pour mettre en avant l'efficacité de leurs produits, que ce soit des protéines, des vitamines, mais surtout des brûleurs de graisse ou des draineurs.

Pas besoin de chercher trop loin pour trouver un exemple, nous en avons un sous les yeux, ce mois-ci, dans notre numéro, avec QNT et Noemi Olah. D'autres secteurs également convoitent les qualités de ces belles, comme les équipementiers de matériel cardio-musculation et les fabricants de tenues sportives.

Les critères bikini reposant sur l'absence d'un volume musculaire à outrance et sur une sèche pas trop prononcée, les championnes sont ainsi intéressantes pour le business, aussi bien en préparation qu'en dehors des compétitions. Et tous les secteurs d'activités cumulés, le chiffre d'affaire généré par nos muses doit être assez élevé. Mais pour faire des affaires, développer une catégorie, lui assurer un bel avenir et créer du rêve, il faut aussi permettre l'émergence de stars. Même recette que dans les autres catégories...

*« Il ne faut pas prendre le show au premier degré. Le jeu l'emporte souvent sur l'enjeu. Les bikinis sont là pour concourir et séduire comme peut le faire un bodybuilder, sauf que les poses et les critères de jugement sont différents »*

Depuis la création des bikinis par l'IFBB Pro League, cela fait maintenant deux ans, les têtes d'affiche sont connues par les spécialistes et passionnés du monde entier. Sonia Gonzales, Nathalia Melo, Nicole Nagrani, Noemi Olah, Vanessa Campbell ont des silhouettes célèbres pour les lectrices de revues et les internautes de n'importe quel pays. Et qui ne connaît pas le nom et le joli visage de Nathalie Mur en France ? La sélectivité de la mémoire me direz-vous...

L'IFBB a besoin de têtes d'affiche dans cette catégorie pour créer une émulation, et ainsi augmenter le niveau. Et les athlètes qui dominent la catégorie professionnelle, actuellement, et qui se partagent les podiums des plus grandes compétitions sont Sonia Gonzales (gagnante du bikini Olympia 2010), Nicole Nagrani (lauréate du dernier Miss International, autrement dit l'Arnold Classic féminin, les 5 et 6 mars derniers) et Nathalia Melo (3<sup>ème</sup> au bikini Olympia et au dernier Miss International). C'est la stratégie pour avoir, dans ses rangs, des filles toujours plus belles qui vont pouvoir donner une image parfaite de la discipline, directement, mais aussi, faire gagner de l'argent à leurs sponsors, et aux fabricants de produits en tous genres. Ces athlètes, modèles photos au départ ou devenus comme tel par la suite, n'hésitent souvent pas à poser en tenue sexy pour dévoiler leurs charmes, ce qui n'est que le prolongement de leur attitude scénique. Et cela, pour le plus grand plaisir des lectorats! Jolie, sexy et attirante, une athlète bikini doit plaire et représenter la jeune sportive idéale. Elle est souvent considérée comme un modèle pour les autres femmes, mais parfois un véritable fantasme pour la gente masculine... Formes parfaites, déhanchements et regards de brasse, le public américain adore !



## PROS INFOS

Mais il ne faut pas prendre le show au premier degré. Le jeu l'emporte souvent sur l'enjeu. Les bikinis sont là pour concourir et séduire comme peut le faire un bodybuilder, sauf que les poses et les critères de jugement sont différents. Mais l'esprit est le même. Cependant, il existe des détracteurs qui affirment que ces athlètes sont des " miss plage ". Alors, on ne doit pas fréquenter la même côte car je n'ai pas le souvenir d'avoir croisé des physiques comme Nathalia Melo et Nicole Negrani sur les plages méditerranéennes, l'été dernier...

Pour preuve, la préparation des bikinis est comparable à celle des bodybuilders, hommes ou femmes, ou à leurs proches amies de la catégorie figure. L'entraînement et le régime alimentaire pré-compétition durent plusieurs mois avant un concours. Et le fait de posséder moins de masse musculaire que les autres physiques leur donne encore moins le droit à l'erreur. Ce n'est pas parce qu'on a pas de stries ou qu'on ne fait pas de double biceps sur scène qu'on ne fait pas partie de la grande famille du bodybuilding! Outre l'aspect commercial, cette nouveauté représente parfaitement le modèle parfait de la femme actuelle: sportive, dynamique, élégante et sexy. Alors de quoi se plaint-on ?

## FÉMINISER L'IMAGE DU BODYBUILDING

L'IFBB Pro League, dirigée par nos amis américains, les maîtres de notre discipline depuis toujours, se sont orientés depuis 20 ans vers un bodybuilding hardcore, avec la promotion et l'encouragement de l'hypertrophie musculaire à outrance, aussi bien pour les hommes que pour les femmes. Même si nous pouvons nous en plaindre côté masculin au niveau esthétique, il n'empêche que ce choix ne freine en rien les affaires. La prospérité des industries liées au bodybuilding se porte plutôt bien au USA. Des ambassadeurs comme Jay Cutler y sont pour beaucoup, c'est vrai. Mais leur physique extrême plaît quand même car il reste très spectaculaire. Pour les femmes, le problème est différent. Le développement musculaire n'est pas un souci majeur, mais ce qui a endommagé l'image du bodybuilding féminin c'est surtout la perte de la féminité des championnes aux yeux du grand public, " ne voyant plus concourir des femmes sur scène ". Les responsables de la division professionnelle ont calqué les critères de jugement des femmes sur celui des hommes, au début des années 2000, ce qui fut une grave erreur... Il aurait fallu conserver des physiques dans le style de Cory Everson, Rachel Mc Lish et Tanya Knight qui étaient des athlètes musclées, mais qui restaient féminines. L'exigence du " toujours

plus musclé " a poussé ces championnes à l'excès de produits hormonaux. Et les métamorphoses androgéniques liées à ces usages étant irréversibles, le spectacle musculaire fût au rendez-vous, mais après l'ère de Lenda Murray, l'altération de la féminité des championnes professionnelles aussi ! Et ce n'est pas un hasard si la catégorie Figure Olympia vu le jour en 2003... Une image du bodybuilding féminin était à reconstruire. Plutôt que de revoir les critères de jugement des " bodybuilding women ", l'IFBB a



Les comparaisons se déroulent comme dans les autres catégories avec plusieurs athlètes (2 à 6 le plus souvent).

Mais au lieu d'exécuter les " quatre faces " comme en Figure ou de faire des poses, comme en bodybuilding classique, les bikinis sont jugées de face, puis de dos.



Ensuite, elles marchent jusqu'au fond de la scène et reviennent. C'est ainsi que se déroule une comparaison dans cette catégorie où la ligne, la tonicité et l'esthétique sont privilégiées





Comparaison entre trois pointures pros bikinis, très souvent dans le top 6 des grands rendez-vous. De g. à d.: Alison Rosen, Jaime Baird et Amanda Latona, respectivement 6<sup>ème</sup>, 4<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> du dernier bikini Olympia.



### 3 QUESTIONS À MARIO VALÉRO, PRÉSIDENT DE L'IFBB FRANCE

**D.A. :** *Que penses-tu de la catégorie bikini créée officiellement, il y a deux ans, dans les rangs professionnels ?*

*Penses-tu qu'elle peut contribuer à apporter un plus à notre discipline ou sonne-t-elle pour toi le glas du culturisme féminin ?*

**M.V. :** Je pense que cette catégorie Bikini, n'est pas une négation pour notre discipline, bien au contraire. C'est un pas de plus en avant qui est fait pour le développement de notre sport. Dans nos centres de remise en forme, combien y a-t-il de jeunes filles et femmes qui s'entraînent quotidiennement, et qui peut-être secrètement voudraient aller sur scène? Pourquoi ne pas leur donner la chance de le faire? Nous espérons que cela va donner envie à celles qui hésitent à aller dans les centres de remise en forme de faire le pas. C'est tout bénéfique pour notre sport!

Le culturisme féminin n'a pas eu besoin de cette discipline naissante, pour ne plus susciter de l'engouement auprès des femmes, la course au volume au détriment de la ligne et de la féminité ont fait que les femmes boudent cette discipline. On voit bien dans tous nos championnats le nombre de participantes...

**D.A.:** *Les prochains championnats nationaux inaugureront la catégorie bikini, à France, en amateurs. Comment avez-vous pris cette décision?*

**M.V. :** La catégorie Miss Bikini a été proposée et acceptée au Congrès annuel de l'IFBB en fin d'année dernière. Nous avons ensuite discuté en réunion de Comité Directeur et décidé de la lancer à France IFBB 2011 ( j'en profite au pas-

sage pour remercier la Société Performance qui a accepté de sponsoriser l'AFBBF-IFBB France cette année). Nous savions d'avance que certains allaient se délecter à critiquer, et on ne s'est pas trompé (la preuve: on voit ce que certains disent sur les forums...). Ces personnes oublient que nous avons en France, Nathalie Mur, qui est allée rivaliser avec les américains sur leur territoire, avec succès. Cela est la face visible, on applaudit. Mais surtout, n'oubliez pas toutes les heures d'entraînement qu'elle a dû s'infliger pour un tel résultat, et là, on applaudit encore plus fort ! Si ce n'est pas du sport, alors dites moi ce que c'est ?

**D.A. :** *Comment se déroule la compétition en amateur au niveau des comparaisons ? Les passages sont-ils individuels, comme dans certains concours bikini amateurs US, ou "par vagues" comme à Olympia ?*

**M.V. :** Cette catégorie Bikini se déroule en deux passages en maillot bikini de son choix (string interdit). L'athlète entre sur scène où elle fait un passage (en T Walking) et se met en fond de scène. Lorsque toutes les athlètes sont sur le plateau, on fait des comparaisons de face et de dos. Les critères de jugement ne reposent pas sur le volume musculaire ni sur la sèche à outrance. Au contraire, cette catégorie est jugée sur le galbe, la ligne et la féminité. Nous espérons que cette nouvelle catégorie aura un bon impact et une bonne critique, auprès des spectateurs et des médias.

On ne peut pas comparer ce qu'on va faire en France avec ce qui se fait aux Etats-Unis. Aux USA, on fait et on applaudit, en France, on fait on est critiqué. Et si on ne fait pas on est critiqué... Cherchez l'erreur ! Outre atlantique, les concours sont très médiatisés, et existent déjà depuis pas mal de temps, en amateurs ou en professionnel. Tout le monde participe à ces concours: les spectateurs, et surtout les sponsors son aussi là, car c'est un vrai business pour eux. En France les organisateurs, n'ont pas les mêmes moyens et ont très souvent du mal à joindre les deux bouts, car les partenaires sont quasiment invisibles...

préférée crée de nouvelles catégories pour échelonner le degré de musculature. Des rumeurs de disparitions circulent actuellement sur la disparition des " hardwomen ", ce qui serait fort dommage... L'IFBB a les moyens de conserver cette catégorie " femmes musclées " si elle le souhaite pour deux raisons. Beaucoup d'athlètes amateurs au sein de la fédération n'attendent que de passer professionnelles, et la génération Kyle, Cadeau et Lefrançois arrivera bientôt en fin de carrière. Il suffit juste de réajuster les critères sur la symétrie, sur la ligne et la féminité, et il y aura une belle catégorie de bodybuilding féminin à médiatiser. Mais l'IFBB en a-t-elle toujours envie? Personnellement, j'aime beaucoup le bodybuilding féminin et je respecte ces championnes hors pair, comme Iris Kyle qui est une légende vivante de notre sport. A mon avis, il ne faut pas opposer les deux catégories (bikini et bodybuilding féminin) mais les associer car elles sont vraiment différentes et complémentaires pour une

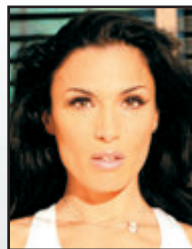


## PROS INFOS

compétition en particulier, et notre discipline en général. Mais pour féminiser encore plus le bodybuilding professionnel, la catégorie bikini vient de voir le jour au sein de la plus prestigieuse fédération. Rappelons au passage que le premier Pro Bikini Olympia vient de se disputer, l'an passé, et que juste à présent, les concours de cette catégorie ne concernent que des concurrentes amateurs. Précisons aussi que cette catégorie n'est pas nouvelle puisque elle existait déjà dans les concours dans d'autres fédérations, comme le Musclemania, ou dans les concours NPC, et des grands prix divers comme le Flex Bikini Model, par exemple. Un engouement certain existe aux USA, depuis plusieurs années, puisqu'il n'est pas rare de compter 100 ou 150 participantes dans la catégorie, lors de compétitions NPC ou Musclemania. Mais la création de la division Pro IFBB en bikini devrait encore donner de l'ampleur à ce nouveau phénomène...

### AMPLEUR POUR LES AMATEURS

Grâce à la création de cette catégorie dans la division Pro, le développement du nombre d'athlètes bikinis amateurs va pouvoir se développer. En servant de modèles et de "locomotives", les têtes d'affiches vont donner envie et motiver nombre de pratiquantes de tous les pays à leur ressembler et à suivre leur voie. Si les fédérations nationales font bien leur travail de communication sur cette nouvelle catégorie, notre discipline pourrait retrouver une nouvelle image au niveau du grand public. C'est une catégorie accessible aux fidèles des salles de fitness, aux pratiquantes de gymnastiques, aux danseuses, aux mannequins. Un travail de compétitions de différents niveaux, voire de détection et de castings doit être mis en place pour dénicher les futurs talents régionaux et nationaux. La médiatisation locale est primordiale également pour montrer aux athlètes du coin l'accessibilité à la discipline et à la notoriété. C'est ce que réussit à faire le magazine US avec l'organisation du Flex Bikini Model où pas moins de 89 concurrentes amateurs étaient présentes lors de la dernière édition. Détection de futurs talents, perfectionnement à la scène, mais aussi recrutement des modèles pour la célèbre revue sont les objectifs de ce type de concours dont les athlètes sont friandes pour leur promotion, l'organisation et la concurrence qu'elles côtoient lors de ces grands événements. En France, tout reste à faire en bikini, même si la chef de file, Nathalie Mur a montré dignement la voie en se qualifiant pour Olympia 2011. Reste maintenant à bien structurer cette catégorie au niveau national et international, ce qui contribuera à redorer l'image de notre sport. Même si cela doit déplaire à une poignée de détracteurs... ■



### 3 QUESTIONS À NATHALIE MUR, PRO BIKINI IFBB, QUALIFIÉE POUR OLYMPIA 2011

**D.A. :** *Quel est ton avis sur la création de la catégorie bikini en amateur, par l'IFBB France ?*

**N.M. :** Je suis très contente de la création de cette catégorie en France. Cela montrera un autre aspect du bodybuilding, et pourquoi pas, démocratiser davantage, ce sport, dans notre pays.

**D.A. :** *Quels sont, selon toi, les enjeux de cette nouvelle catégorie ?*

**N.M. :** Je pense que cette catégorie va amener des critiques négatives, mais aussi beaucoup de positif voir peut être même amener un œil "nouveau", plus attractif sur les compétitions de bodybuilding. Je suis consciente qu'il y a un aspect un peu plus "léger" dans cette catégorie, de part son posing différent des autres catégories, qui reste une présentation contrôlée d'un travail musculaire en tonicité.

**D.A. :** *Que réponds-tu aux détracteurs des bikinis qui répètent à longueur de temps que cette catégorie n'a rien à faire dans un concours de bodybuilding, et que cela ressemble plus à un défilé de mannequin ?*

**N.M. :** Je n'ai rien à leur répondre car ils sont certainement ignorants de l'entraînement que demande cette catégorie. Un entraînement qui se fait bien avec des poids et des haltères ! Pour faire mon "défilé de mannequin", je fais cinq séances de musculation, auxquels je rajoute six séances de cardio-training par semaine. C'est, certes, une façon différente de s'entraîner que pour les autres catégories. Mais la préparation diffère également entre une athlète figure et bodybuilding, non ?



Quelques magnifiques athlètes amateurs du dernier Flex Bikini Model remporté par Alexandra Zerega (numéro 88)