

HIGH-TECH

JEUX VIDÉO

Des fêtes en cyber forme

Dans le sillage de «Wii Fit», les titres incitant à entretenir sa forme tout en jouant avec sa console se multiplient. A chacun sa discipline.

La caricature du joueur affalé sur son canapé, les chips à portée de main, a vécu. Le succès de *Wii Fit* a démontré que les amateurs de consoles étaient prêts à s'activer dans leur salon. «La première fois que nous avons annoncé la Wii Balance Board [le célèbre accessoire en forme de pèse-personne, ndr], les gens étaient sceptiques, déclarait ainsi Denise Kaigler, ex-vice-présidente des affaires sociales chez Nintendo of America. Les consommateurs ont répondu rapidement et en ont parlé à leurs amis [...] Désormais,

les jeux de fitness font partie du paysage ludique.» Plus économiques qu'un professeur à domicile, apportant d'avantage d'interactivité qu'une vidéo de coaching, les jeux de fitness constituent une alternative crédible aux salles de sport. Surfant sur la tendance, les éditeurs rivalisent d'imagination pour inventer de nouveaux accessoires. La balance board a fait des émules, du vélo d'appartement de *Wii Cycling Sports* aux haltères de *My Body Coach*. Les joueurs sont armés pour la chasse aux calories. ■



Petite reine d'intérieur

Premier jeu vendu avec un vélo d'appartement, *Cyberbike* donne un sacré coup de vieux aux engins classiques. On pédale sur dix-huit circuits verdoyants, avec pour mission de ramasser les débris et lutter contre la pollution.

Cyberbike, éd. BigBen Interactive, sur Wii. Environ 119 €. Disponible.



Poids et diététique

Fitness et diététique

sont au programme de *My Body Coach*, qui met en avant son entraînement personnalisé ainsi que des conseils nutritionnels pour s'entretenir et affiner sa ligne. Deux haltères, de 500 g chacune (fournies), accompagnent les mouvements proposés sur des séances de 7 à 51 minutes. **My Body Coach**, éd. BigBen Interactive, sur Wii. Environ 60 €. Disponible.



Un corps sous surveillance

Ubisoft a choisi une caméra pour capter les aptitudes sportives. Le joueur se retrouve à l'écran, comme réfléchi par un miroir, et reçoit des conseils sur les parties de son corps à faire travailler. *Your Shape* propose 400 exercices pour travailler sa souplesse ou perdre du poids. **Your Shape**, éd. Ubisoft, sur Wii. Sortie après-demain. Environ 60 €.



Un coach sportif dans le salon

Sports Active Fitness +, aux allures de parcours du combattant, propose un programme de six semaines

pour retrouver ou entretenir sa forme. Le jeu a été conçu avec des coaches. **EA Sports Active Fitness +**, éd. Electronic arts, sur Wii. Environ 60 €. Disponible.



Challenge en famille

Suite de *Family Trainer* sorti en septembre 2008, *Extreme Challenge* promet de bonnes parties de rigolades. Livré avec un tapis de sol interactif, il propose au joueur de suer en s'adonnant à des activités virtuelles comme l'escalade ou le basejump. **Family Trainer: Extreme Challenge**, éd. Namco Bandai, sur Wii. Environ 60 €. Disponible.

Le fitness en bref

Popularisé dans les années 1970 aux Etats-Unis par Jane Fonda, le fitness regroupe plusieurs disciplines. Quelques exemples.

► **Le swiss ball** : se pratique avec un gros ballon souple, qui permet des exercices destinés à tonifier la masse musculaire.

► **Le body bike** : se pratique avec un vélo de salle. Alternant sprints et phases en danseuse, il permet de dépenser jusqu'à 700 calories en une séance.

► **Le body balance** : mélangeant yoga, relaxation, tai-chi et sophrologie, il a pour but d'harmoniser le corps et l'esprit.