

(SO) NICE & FUN

LE RAID FÉMININ POP IN THE CITY, C'EST L'OCCASION DE SE BOUGER (VRAIMENT) EN S'AMUSANT (BEAUCOUP) ET EN DÉCOUVRANT UNE VILLE (AUTREMENT).

RETOUR SUR UNE ÉDITION MIXTE DÉCOIFFANTE. **Par Muriel Foenkinos**

Un roadbook à énigmes, 20 challenges à réaliser en binôme et dans 5 catégories – sport, culture, art, solidarité, extrême... Voilà ce qui motive, depuis cinq ans, les 600 participantes environ par édition (560 sur celle-ci). Nouveauté: les garçons sont peu à peu acceptés.

Bosser son cardio dans l'eau

Sur la plage en face du célèbre casino Ruhl sont installés des aqua bikes. Pédaler sur plusieurs sessions de trois minutes les fesses dans la Méditerranée, ça vous réveille une sportive! On a vu pire, comme cadre pour transpirer...

Se gainer pour s'envoler

Là, c'est l'homme qui s'y est collé. Harnaché, il scrute les élastiques qui vont le propulser: il doit être gainé pendant l'envol, pour ne pas avoir la sensation d'être ventilé façon puzzle. Je ne sais pas s'il a contracté ses abdos, en tout cas ses cordes vocales ont hurlé une fois le piston activé et le triple loots (involontaire) effectué. Pour le coup, mes zygomatiques ont bien travaillé!

Faire chanter ses triceps

Dans un parc sur les hauteurs de Nice, l'un des défis consiste à intégrer un



groupe de musique brésilienne. Je choisis le plus gros tambour et je m'en donne à cœur joie. L'homme a choisi les percussions qu'il bat en rythme avec ses paumes. Mauvaise pioche: le lendemain, il a des bleus aux mains et mal aux bras. Si c'est pas du sport, ça!

Travailler les cuissots dans une arène

Rien de mieux pour bosser l'explosivité que de se retrouver, dans les arènes de Nice, face à un clone de Russell Crowe qu'on doit dégommer du bout de son épée (factice, of course). Bien bas sur les cuisses, toujours en mouvement pour esquiver et « piquer » l'adversaire, j'ai

rarement été aussi motivée! Bien sûr, je pourrais vous parler des challenges boxe, natation synchronisée, descente en rappel, kayak ou apnée, vous dire qu'on a couru comme des dératés pour rallier l'arrivée (et hop, une séance de VMA), mais ce serait réduire l'expérience à sa dimension physique, alors que c'est tellement plus que ça! Jugez plutôt: j'ai appris à faire une phrase en langage des signes, enregistré un jingle pub à Nice Radio, découvert le pilou (jeu de jonglage niçois), dansé en fauteuil roulant, reconstitué une toile de Matisse dans le musée éponyme, le tout en duo, pour que ce soit plus beau... Moi je dis: si tu n'as jamais fait un Pop in the city, tu as raté ta vie. ●