

PAYS DE LORIENT

Champion du monde de culturisme, il ouvre une salle avec sa compagne

Lanester. Début décembre, Julie et Nicolas Forgeau, déjà à la tête d'une salle à Vannes, ont ouvert une salle de sport Fitness Park dans la zone de Manébos.

Nicolas Forgeau a travaillé dans la restauration, en cuisine, pendant vingt-deux ans. De son côté, Julie Forgeau a occupé un poste de conseillère financière dans le secteur bancaire avant de gérer successivement quatre restaurants dans le centre-ville de Nantes pendant huit ans. « Je pratique la musculation et le culturisme depuis une vingtaine d'années, indique Nicolas Forgeau. C'est un art de vivre que je souhaite partager. »

Quatre fois champion de France et deux fois champion du monde de culturisme « au naturel », il a été médaillé d'argent aux championnats d'Europe de culturisme en Espagne, début mai. Sa compagne pratique quant à elle le fitness en tant qu'amatrice depuis vingt ans également. Cette passion commune les a menés à Paris, au Salon de la franchise, en 2020. Leur rencontre avec les responsables de Fitness Park leur a permis de participer à poursuivre l'expansion de la marque en Bretagne.

Huit semaines de travaux, un projet à 1,9 million d'euros

« Nous avons ouvert en juin 2022 notre premier espace de remise en forme sous la licence de la marque, à Vannes », explique Julie Forgeau. « J'aime les défis et après dix jours de démolition et huit semaines de travaux, nous avons ouvert un nouveau Fitness Park le 1^{er} décembre, à Lanester, cette fois », ajoute Nicolas Forgeau.



Julie et Nicolas Forgeau dans leur nouvelle salle de sport Fitness Park, à Lanester. | PHOTO : OUEST-FRANCE

Ce nouveau projet indépendant représente un lourd investissement d'1,9 million d'euros. L'enseigne se positionne sur un créneau haut de gamme, avec du matériel des marques Technogym, Hammer, Eleiko ou encore Gym80. Une expérience sportive complète est offerte sur 1 650 m², avec plusieurs espaces dédiés à la musculation, au « cardio-training », au « cross training » et au « powerlifting ». Une « zone posing », avec de nombreux miroirs permettant de prendre des

selfies et de se voir sous tous les angles, a été mise en place.

L'équipe est composée de quatre coaches salariés qui conseillent et accompagnent les pratiquants. « Un abonnement représente l'équivalent d'un euro par jour », précise Julie Forgeau. Janyce Heintre, de Guidel, est présente dans le club depuis son ouverture : « Étant donné que j'ai un travail sédentaire, Fitness Park me permet de m'entretenir physiquement cinq fois par semaine. De plus, la liberté des horai-

res est vraiment un atout. »

Louise Kervadec, qui habite Kervignac, a pu effectuer sa deuxième séance d'entraînement. « Je ne viens que le week-end, confie-t-elle. L'ambiance est vraiment agréable, avec beaucoup de mixité. Les machines sont diverses, guidées ou à poids libres, et très actuelles. »

Fitness Park, 6, rue Jean-Marie-Tjibaou. Horaires : ouverture sept jours sur sept, de 6 h à 23 h. Contact : 02 57 67 58 28.

Étangs du Loc'h : « Le rétablissement de la continuité écologique est indispensable »

Guidel. Dans un courrier, l'Association nationale pour la protection des eaux & rivières (Anper) a répondu aux opposants à l'ouverture des étangs du Loc'h à la mer.

● Stéphane Bacro

Décryptage

Le projet d'ouverture des étangs du Loc'h à la mer, voulu par Lorient Agglomération, continue à faire parler. Dans un courrier adressé à la rédaction, l'Association nationale pour la protection des eaux & rivières (Anper) a tenu à réagir aux arguments avancés par Louis Médica (Ouest-France du 18 décembre), qui a créé le collectif des Amis des étangs du Loc'h afin de s'opposer au projet. Tour d'horizon des réponses et précisions apportées par l'Anper.

De quoi parle-t-on ?

« L'étang du Loc'h est un polder créé à la fin du XIX^e siècle et cultivé jusqu'au début des années 1990, rappelle l'Anper. Ce polder a détruit et détruit encore un écosystème estuaire. Il empêche la dissipation de l'énergie marine et fragilise le trait de côte. »

« La zone humide, dite étangs du Loc'h, fait partie du domaine public maritime, mais depuis 150 ans, la marée n'y entre plus. Car l'exutoire de la Saudraye (les clapets installés entre l'océan et les étangs, N.D.L.R.) a été construit pour évacuer l'eau douce à marée basse et pour empêcher l'eau de mer et les sédiments marins d'entrer à marée haute », précise l'association, reconnue d'utilité publique.

La biodiversité est-elle menacée ?

C'est ce qu'affirme Louis Médica, en expliquant que le retrait des clapets sera « responsable d'une entrée massive d'eau salée qui détruira une partie importante du biotope ».

« De tous les écosystèmes de la planète, les milieux estuariens sont les plus riches en biomasse et en biodiversité, contre l'Anper. Ils consti-



L'Anper prône le « rétablissement de la continuité écologique ». | PHOTO : THIERRY CREUX / ARCHIVES OUEST-FRANCE

tuent le biotope des vers marins, des mollusques, des crustacés, des juvéniles de poissons de mer (flet, mulot, bar). Ils servent de corridor migratoire pour les poissons amphihalins (anguille, alose, lamproies marine et fluviale, truite de mer, saumon). Ils sont favorables aux oiseaux sédentaires ou migrateurs et constituent le plus performant des mécanismes auto-épuratoires naturels. »

Louis Médica estime que plusieurs espèces, comme l'agrion de Mercure, le phragmite aquatique ou la grenouille agile, pourraient « disparaître du paysage ». Réponse de l'Anper : « Les habitats naturels des espèces citées se trouvent en milieu continental dans les lits des cours d'eau. »

Le projet améliorera-t-il la qualité des eaux de la Saudraye ?

Oui, à écouter Jo Daniel, maire de Guidel et vice-président chargé de l'eau à Lorient Agglomération. C'est également l'avis de l'Anper. « En amont du Grand Loc'h, le lit des cours d'eau s'avère particulièrement altéré. La poldérisation du XIX^e siècle a détruit l'estuaire et ré-

duit le lit de la Saudraye. La réparation du réseau hydrographique consisterait à redonner aux lits mineurs leur morphologie originelle et signifierait donc la renaissance d'habitats pour les espèces d'eau douce que prétend défendre M. Louis Médica. » Redonner au lieu sa morphologie originelle, c'est précisément ce qu'espère Lorient Agglomération à travers son projet.

Quelles pourraient être les conséquences en matière de recul du trait de côte ?

« Un cordon duninaire en bonne santé se déplace et se maintient dans un équilibre entre érosion côté large et sédimentation côté continent, détaille l'Anper. Au Loc'h, depuis la fin du XIX^e siècle, cet équilibre est rompu ; le cordon duninaire est figé. La fermeture de l'estuaire a fait disparaître un espace de dissipation de l'énergie marine. Au lieu de s'étaler dans le petit et dans le grand Loc'h, cette énergie se concentre sur le trait de côte et aggrave l'érosion côté océan. Côté continent, la marée haute ne peut plus apporter à la base de la dune des cailloux, du sable, des algues ou du bois flottant. »

« À terme, en raison de la montée des océans, le maintien de l'exutoire artificiel de la Saudraye ne ferait qu'accélérer le processus conduisant à l'affondrement de la dune, poursuit l'association. Sauf réhabilitation sédimentaire, le cordon duninaire du Loc'h est condamné. Le rétablissement de la continuité écologique s'avère donc indispensable. »

Quelle est la solution préconisée par l'Anper ?

« Assortie d'un vrai pont, la restauration de l'exutoire naturel serait un investissement plus pérenne et moins gourmand en coûts d'entretien que la conservation de l'exutoire artificiel, estime-t-elle. En synergie avec des actions de réparation du réseau hydrographique, elle ferait revivre l'estuaire de la Saudraye avec sa biodiversité, ses capacités auto-épuratrices et protectrices du trait de côte. »

PLÖMEUR

SOLDES -40% -30% Du mardi 7 janvier au mardi 3 février 2026

OUVERTURE EXCEPTIONNELLE Lundi 12 janvier 14h30 à 18h30

- Meyer
- Pionier
- Digel
- Dario Beltran
- Guy de Berac
- La Squadra
- Seindensticker
- Eminence
- Eden Park
- Sous vêtements
- Bugatti
- Eterna
- Montefcarlo

Pulls, pantalons, blousons, chemises, polos, vestes, parkas, pyjamas... * Selon étiquetage en magasin.

ALAIN VÊTEMENTS Prêt-à-porter Homme

Centre Commercial - Place de Bretagne - PLÖMEUR Face à la sortie du Carrefour Market

Tous les jours du mardi au samedi de 9h30 à 12h et de 14h30 à 19h.



LANESTER



Les militants bretons étaient sur le pont samedi. | PHOTO : OUEST-FRANCE

119^e journée de présence sur le pont pour les militants bretons

Qu'il fasse froid, qu'il y ait de la neige, du vent ou de la pluie, les militants du comité du pays de Lorient de Bretagne réunie se donnent rendez-vous le premier samedi de chaque mois sur le pont enjambant la RN165 entre Lanester et Caudan. « La dernière fois en 2025, il faisait 3 °C et il pleuvait, se rappelle un militant. Aujourd'hui, on a 7 °C et du soleil. »

Samedi, une douzaine de personnes étaient installées sur le pont pour ce premier rassemblement de 2026. La revendication est toujours la même : intégrer la Loire-Atlantique à la Bretagne, en interpellant

les automobilistes. « Aujourd'hui, nous avons comptabilisé 90 voitures en moyenne par minute, précise Vincent Montgomery, le président du comité de Lorient. Ce soir, nous aurons atteint 4 500 000 vues de nos banderoles. » Les militants comptent également le nombre de jours de présence depuis le début de leur action, en juillet 2015. « Nous sommes à notre 119^e présence. »

Après l'échec de la reconnaissance de leur pétition demandant une consultation populaire au sujet du rattachement de la Loire-Atlantique à la Bretagne, le comité a déposé un recours au niveau européen.

À L'AGENDA DE VOS COMMUNES

Annoncez sur infocale.fr

LANESTER

Balajo animé par DJ Jo

Après-midi dansant. Ouvert à tous. Mercredi 7 janvier, 13 h 30 à 17 h 30, salle Quai 9, à côté de la mairie. Payant. Contact : 06 21 62 07 50.

LARMOR-PLAGE

Atout cœur Morbihan, marche à Larmor-Plage

Sortie Nature. Première marche gratuite. Prévoir de l'eau et des chaussures adaptées. Trois groupes : 8, 6 et 4 km. Ouvert à tous.

Mercredi 7 janvier, 14 h à 16 h, départ du parking de Kernevel. Gratuit. Contact : 06 15 40 74 44, atoutcoeur.morbihan@gmail.com, http://atoutcoeur56.jimdofree.com

Larmor-cyclotourisme

Cyclisme, cyclo, VTT. Rando à vélo VTC sur le territoire de Larmor-Plage, Guidel à Outre-rade. Parcours de 40 km maximum à allure modérée. Sécurité, conseils, encadrement par Larmor-cyclotourisme. Port du casque conseillé, vélo sans assistance électrique.

Mercredi 7 janvier, 9 h, Colibri. Gratuit. Contact : 02 97 33 77 15, http://larmocyclotourisme.wixsite.com/accueil

PLÖMEUR

Association Soleil d'automne

Karaoké. Karaoké spécial galette des rois. Goûter offert.

Samedi 10 janvier, 13 h 30 à 17 h 30,

salle Soleil d'automne, rue de Kervam. Tarif : 6 €. Contact : 02 97 82 87 98, clubsoleildautomne.ploemeur56@orange.fr, http://soleildautomne56.overblog.fr/

QUÉVEN

Sebastian Marx, « On est bien là »

Comédie, humour. Installé en France depuis quinze ans. Sébastien Marx continue de voir notre quotidien avec des yeux d'Américain. Stand-up incisif, impro malicieuse, et autodérision : l'humoriste vous embarque pour une soirée pleine d'humour, où l'on rit autant de lui que de nous-mêmes.

Samedi 10 janvier, 20 h 30, centre culturel les Arcs, 9, rue de la Gare. Tarifs : 34 €, réduit 32 €, abonnés 28 €. Contact : 02 97 05 01 07, lesarc5@mairie-queven.fr, https://www.lesarc5.bzh

À VOTRE SERVICE

DEPANNAGE

DOKTEUR STORE & VOLET

Réparer avant de remplacer ! Spécialiste de la réparation et de la modernisation de volets, stores, pergolas et portes de garage.

TOUTES MARQUES

Devis gratuit - Réseau national. Changement de moteurs, de volets... et de la toile de votre store... Prise de RDV immédiate - Intervention rapide.



Tél. 02 55 48 56 56
morbihan@dokteur.store
www.dokteur.store

OBSÉQUES

POMPES FUNÉBRES MUNICIPALES DE LANESTER

Notre mission de service public : vous accompagner. Organisation des obsèques, contrats de prévoyance, chambre funéraire accessible à tous. Joignable 24h/24 - 7j/7



Ibis rue du Corpont
56600 LANESTER
Tél. 02 97 81 32 64
pfm@ville-lanester.fr
ORIAS n°09049713

Announcez, cette rubrique vous intéresse, contactez Addit Média par email : avoreservice@addit.fr