



Ils font la ville

POURTRAIT

Mise au poing avec un boxeur devenu entrepreneur

Formé dans un club de boxe anglaise romainvillois, **Eddy Frair** a essaimé les rings mondiaux pour devenir champion du monde de kick-boxing en 1999. Retour sur le parcours de ce chef d'entreprise qui, après avoir suivi des formations professionnelles et universitaires vient d'ouvrir dans sa ville une salle de sport avec un suivi personnalisé.

Né à la Guadeloupe en 1971, Eddy Frair emménage avec sa famille à Romainville six ans plus tard. En intégrant le club de boxe anglaise au complexe sportif Stalingrad (renommé Paul-Baldit) à l'âge de 10 ans, le collégien à Gustave-Courbet découvre une passion qui deviendra son métier. Le vrai déclic opère à l'adolescence en rejoignant le club rosnéen de boxe thaï, discipline dont il deviendra champion de France des super welters en 1994 et champion de France de kick-boxing deux ans après. C'est dans cette catégorie (moins de 71,6 kg) qu'Eddy enchaînera les podiums au niveau européen et mondial avant de monter sur les rings de Russie, Kirghizistan, Biélorussie, Ukraine, etc., à la fin des années 1990. Il participera même au tournoi « les Rois du Ring » au Kazakhstan, devenant champion du monde de kick-boxing en 1999. Le Romainvillois remporte son ultime combat à Bobigny face à un Anglais en 2000. La question du retour se pose pour le néo-retraité, d'autant que les propositions affluent trois ans après avoir raccroché les gants. Le boxeur, déjà

tourné vers sa reconversion, préfère décrocher un diplôme européen de préparateur mental. « *Il naît un vrai manque et il m'a semblé évident de transmettre ma passion autrement* », appuie le titulaire d'un Master 2 en Sciences Humaines spécialité Entraînement en sport de haut niveau et ingénierie de formation et d'un brevet d'Etat d'éducateur sportif.

« *Je suis la preuve qu'on peut avoir eu un parcours sportif professionnel et monter son entreprise* », témoigne le titulaire de diplômes universitaires (Nutrition et performance sportive, Prévention santé et Préparation physique) qui est intervenu aussi bien en entreprises comme préparateur sportif, en nutrition et mental, qu'auprès d'adolescents de quartiers montreuillois.

Créer une salle alliant santé, performance sportive et bien-être autour de la boxe - anglaise, française, kick-boxing et K1- lui trottait dans la tête dès 2010. « *C'est un rêve d'ouvrir une salle moderne bien équipée dans la ville où j'ai grandi* », argue Eddy Frair en arpentant les 200 m² ouverts depuis mi-septembre. L'odeur de neuf perdure dans cet ancien sous-sol de parking situé

au 16-18 de la rue Pierre-Curie. Comme tout grand boxeur, Eddy a su attendre pour atteindre son objectif.

Une palette d'activités sur réservation

Ouverte du lundi au samedi de 10h à 22h, EFC Sport se décline en trois espaces : un espace de cardio/musculation avec des appareils nouvelle génération (hammer strength, life fitness, xenios, nohrd sport) ; un espace de cours collectifs avec des sacs de frappe, du matériel adapté au cross-training (marteau, cordes, roue, etc.) et également d'un ring pour les cours de boxe. Sans oublier un espace détente. La salle est également équipée de vestiaires femmes/hommes avec des casiers. Plus qu'une salle de sport et de fitness traditionnelle, EFC Sport a vocation à offrir une approche globale autour d'un système de réservations de créneau d'une heure et demie. Des cours de pilates sont également proposés. Côté boxe, une approche éducative dès 6 ans est dispensée autour de l'équilibre, d'un parcours d'apprentissage et de la notion de touches.

EFC Sport : 16-18, rue Pierre-Curie.

Portes ouvertes :

du lundi 14 au vendredi 19 janvier.

Contact : 01 48 44 85 43.

Plus d'informations sur les formules d'entraînement :

<http://eddyfrair.consulting>

“

Proposer une préparation physique individualisée

”