

Elle travaille pour le bien-être de ses clients

Celle qui prenait autrefois soin de l'apparence des consommateurs pendant de nombreuses années en évoluant dans le milieu de la mode est devenue entrepreneure en se concentrant dorénavant sur leur bien-être personnel.

CHRISTIAN CÔTÉ

christian.cote@quebecormedia.com

Martine Sarrasin est propriétaire d'un centre d'exercice peu ordinaire à Blainville. Contrairement à des entreprises munies d'appareils d'exercices robustes, son studio est composé d'équipement conçu de bois naturel et de métal léger dans un décor invitant à la détente.

Les appareils qu'on y retrouve sont utilisés en Pilates, du nom de celui qui les a mis au point au début du siècle dernier. Le parcours qu'a pris l'entrepreneure pour bâtir son entreprise est d'autant plus fascinant que les appareils qui la constituent.

Attirée par la danse à l'école secondaire, c'est la mode qui, par la suite, l'a séduite pour terminer sa formation académique.

C'est toutefois par l'entremise de la mise en marché d'articles pour la maison pour une chaîne de boutiques spécialisées qu'elle a fait son entrée sur le marché du travail. « C'est là que je dis que je m'occupais de tout ce qui était visuel, l'extérieur de ce que nous sommes. Je trouve que c'est vide de sens. J'ai ressenti le besoin d'aller à l'intérieur », a expliqué Martine Sarrasin.

Yoga

Au début des années 1990, parallèlement à son travail, elle s'est inscrite à des

cours de yoga qu'elle a suivis pendant cinq ans. Ce n'est qu'au moment de fonder sa famille vers 2002 que la pratique de la technique du Pilates au sol est entrée dans sa vie.

« J'ai découvert les appareils seulement en 2006 lorsque je suis retournée travailler. Le local voisin de l'endroit où je travaillais était un centre Pilates. Je me suis inscrite et ça été le coup de foudre. Cette technique m'a enlevé tous mes maux de dos », a-t-elle précisé.

En 2008, Martine Sarrasin s'est inscrite simultanément à des formations de techniques de Pilates et de yoga et a commencé à enseigner dès septembre. Deux ans plus tard, elle a ouvert le Studio Être Pilates à Blainville. « Mon centre est venu concrétiser mon goût d'être en affaires, une chose que j'ai toujours voulue. Ma mère et mes grands-parents des deux côtés étaient à leur compte. J'aime les femmes qui ont du caractère. Elles font avancer les choses et poussent les barrières. Ça m'inspire beaucoup. J'espère que je suis comme ça », a-t-elle dit.

Joseph Pilates, un Allemand, avait été fait prisonnier par les Anglais lors de la Première guerre mondiale. Afin de garder la forme dans sa cellule, il avait mis au point un appareil permettant de faire travailler tous les muscles de son corps.



Pour Martine Sarrasin, son centre d'exercice est venu concrétiser son désir de se lancer en affaires. PHOTO CHRISTIAN CÔTÉ

STUDIO ÊTRE PILATES

Secteur d'activité : Bien être et santé

Fondation : 2010

Établie à : Blainville

Nombre d'employés : 7

Besoin de la vie d'inspirer dans vos poumons?