

La gymnastique retrouve son souffle



La gymnastique retrouve son souffle

Le parcours sportif urbain voit, enfin, le jour. Initiatrice du projet, l'Association Gym d'Entretien, section du Foyer Rural, avec l'aide de la mairie a œuvré pour que celui-ci aboutisse.

Pourquoi un parcours urbain ?

L'idée de ce parcours de santé, c'est de faire de la marche, de la course à pied, de la musculation en bas de chez soi, en accès libre et gratuit, et sensibiliser toutes les personnes, de tous âges, jusqu'aux personnes à mobilité réduite, aux bienfaits de l'activité physique, simple et organisée. L'activité physique, modérée ou active, a de nombreux effets sur la santé, l'équilibre et la longévité. Le sport a, de tout temps, été fédérateur et il le sera avec ce parcours de santé.

L'espace urbain est un lieu de promenade, de détente et de loisirs.

Les différents modules de fitness, installés en périphérie du village : salle de l'ail, chemin de ronde, aire de Saint-Blaise, parking école Avenue Général de Gaulle et sur l'espace de jeux Chemin du Hournas, sont destinés à tout le monde, simples promeneurs, sportifs occasionnels ou avertis, chacun pourra exécuter son activité comme il l'entend.

Alors ! les marcheurs, les coureurs, chacun à son rythme, et tout en visitant le village, allez découvrir le parcours sportif et ainsi vous faire du bien !