

Parcours de santé

Légende

- D Départ
- 1. Cercles des bras
- 2. Ressort des jambes
- 3. Saut de haies
- 4. Dos d'âne
- 5. Espalier abdominal
- 6. Flexion - extension
- 7. Barres parallèles
- 8. Rotation du tronc
- 9. Traction barre fixe
- 10. Escaliers
- 11. Echelle horizontale
- 12. Pas de géant
- 13. Tremplin
- 14. Equilibre
- 15. Slalom
- 16. Étirement
- 17. Étirement du tronc
- 18. Étirement des jambes
- A Arrivée

- Parking
- Pique-nique



Ce circuit s'adresse à tous et chacun peut l'emprunter sous sa propre responsabilité. Choisissez le niveau A, B ou C en fonction de votre condition physique.

- A : Débutant
- B : Confirmé
- C : Sportif

Il vous appartient de conserver ce site accueillant.



Panneau simple d'agré



Panneau d'entrée



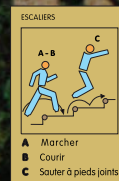
Panneau avec sponsor



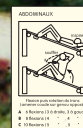
Panneau en situation



600 x 400 mm



450 x 300 mm



300 x 200 mm

