

VITABOUCLE

RETROUVEZ LA FORME À CÔTÉ DE CHEZ VOUS!

Envie de courir, de marcher sans quitter la ville ? C'est maintenant possible grâce à Vitaboucle, boucles d'activité physique urbaines qui vous feront découvrir la ville différemment. Ces circuits vous permettront d'emprunter des zones calmes, agréables et vertes comme les cours d'eau et les parcs naturels.

Ce dispositif a été conçu par la Ville et l'Eurométropole de Strasbourg pour faciliter à toutes et à tous la pratique d'une activité physique gratuite, en plein air et quand vous le souhaitez. Initialement au nombre de 4 et situées dans la ville de Strasbourg, ces boucles seront amenées à s'étendre sur l'ensemble du territoire de l'Eurométropole dans les années à venir.

Préservez votre santé en utilisant Vitaboucle !

COMMENT ÇA FONCTIONNE...

La boucle peut se débiter à n'importe quel endroit de l'itinéraire et vous pouvez passer de boucle en boucle. Construisez votre parcours et adaptez son intensité en fonction de votre forme en choisissant une ou plusieurs mailles existantes. Vous pouvez également profiter des équipements et des aires d'agrès qui ponctuent le parcours.

Vous pouvez pratiquer au choix :

la course à pied, la marche rapide, la marche découverte, la musculation, les pratiques douces, les nouveaux sports émergents tels que le work out, le street out, etc.



Les parcours sont signalés par un sigle unique comportant le numéro de la boucle et son niveau de difficulté.

Rendez-vous sur www.strasbourg.eu pour :

- télécharger les cartes de chaque boucle
- retrouver les conseils du coach
- vous informer sur le mode d'emploi des agrès

VITABOUCLE

RETROUVEZ LA FORME

22

PLOBSHEIM

7,7 KM

➔ TOUJOURS PLUS DE CIRCUITS DANS L'EUROMÉTROPOLE

POUR PLUS D'INFORMATION RENDEZ-VOUS SUR WWW.STRASBOURG.EU/VITABOUCLE