

Parcours Santé



GO-ÉLAN

Espaces récréatifs ingénieux

LE PARCOURS SANTÉ^{MC}

Circuit extérieur
de mise en forme
pour adultes composé
de quatre stations
totalisant douze
exercices physiques
sécuritaires.



QUATRE STATIONS AUTONOMES POUR ADULTES DE 18 À 98 ANS

Le Parcours Santé^{MC} contribue au bon fonctionnement du coeur et des poumons, améliore la circulation sanguine et augmente la force musculaire des jambes et des bras. En plus de favoriser la détente, il accroît l'énergie, aide à diminuer le stress et contribue à se sentir bien dans sa peau.

Station 1

L'ÉCHAUFFEMENT

- 1) Le test d'équilibre
- 2) Le petit trot
- 3) Le skieur de fond



Station 2

LA TONIFICATION MUSCULAIRE

- 4) Les abdos d'acier
- 5) Le bras de fer
- 6) Les cuisses du tonnerre



Station 3

LA TONIFICATION MUSCULAIRE

- 7) La planche
- 8) Les chevilles renforcées
- 9) La taille de guêpe (flexibilité)



Station 4

LA FLEXIBILITÉ

- 10) Le mollet éclair
- 11) La révérence
- 12) La fière allure





DES AVANTAGES QUI SE DÉMARQUENT

- Appareils ergonomiques conçus avec la collaboration d'un professionnel de la santé.
- Équipement sécuritaire conforme au chapitre 12 de la norme CSA/Z614 en vigueur.
- Augmentation progressive de l'effort comprenant trois niveaux d'intensité.
- Panneaux-pictogrammes illustrant clairement le mouvement à exécuter et rendant l'utilisateur autonome dans sa progression.
- Aménagement flexible; couleurs personnalisées.
- Service avant, pendant et après-vente efficace et attentionné.

...ET DES CARACTÉRISTIQUES RECHERCHÉES !

- Équipement fabriqué au Québec, avec des matériaux de haute qualité.
- Composantes avec tubes d'acier galvanisé selon le procédé Allied FLO-COAT™.
- Alliage inoxydable.
- Plans Autocad disponibles.
- Dimensions requises 53' x 22' (16,2 m x 6,7 m).

CHAQUE ADULTE, QUEL QUE SOIT SON ÂGE, Y TROUVE SON DÉFI GRÂCE AUX TROIS NIVEAUX D'INTENSITÉ. LES EXERCICES NE REQUIÈRENT QUE DES VÊTEMENTS CONFORTABLES ET DE BONNES CHAUSSURES !





7 BONNES RAISONS D'ACQUÉRIR LE PARCOURS SANTE^{MC}

- 1 Intégration harmonieuse dans les parcs intergénérationnels.
- 2 Défi intéressant et accessible pour les jeunes adultes que pour les aînés.
- 3 Douze exercices possibles, avec gradation de trois niveaux d'intensité.
- 4 Prolongement de l'exercice à la maison, grâce aux conseils d'habitudes quotidiennes.
- 5 Parcours vendu en tout ou en partie.
- 6 Favorise la tranquillité d'esprit et respecte la norme CSA/Z614 en vigueur.
- 7 Investissement admissible aux subventions « MADA » .

Offrez à vos citoyens de tout âge l'occasion de bouger en dotant votre municipalité d'un Parcours Santé^{MC} ! Vous pourriez même bénéficier d'une subvention. Renseignez-vous sans tarder.



GO-ÉLAN

630, boulevard Bécancour, Bécancour (Québec) Canada G9H 3S7
Téléphone: 819 298-3431

1 888 878-3431

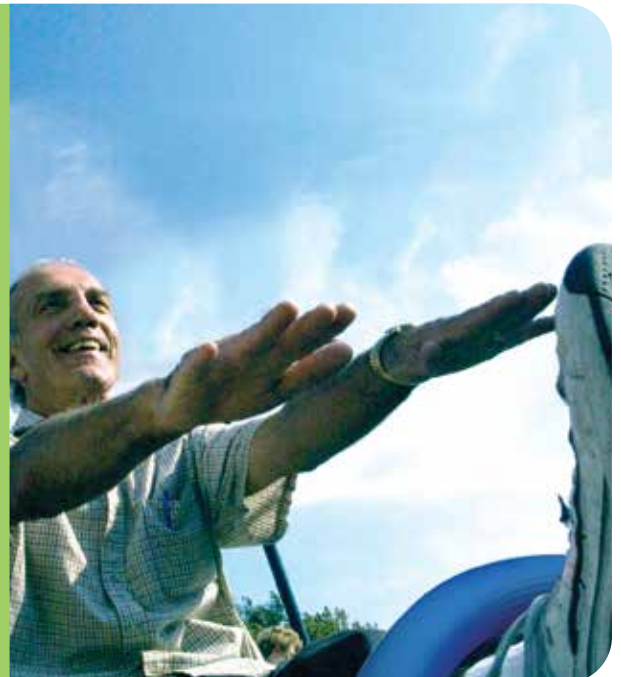
WWW.GOELAN.COM



facebook.com/GoElan.QC



blogue.goelan.com/



UN MANUFACTURIER
QUÉBÉCOIS DE CONFIANCE.

