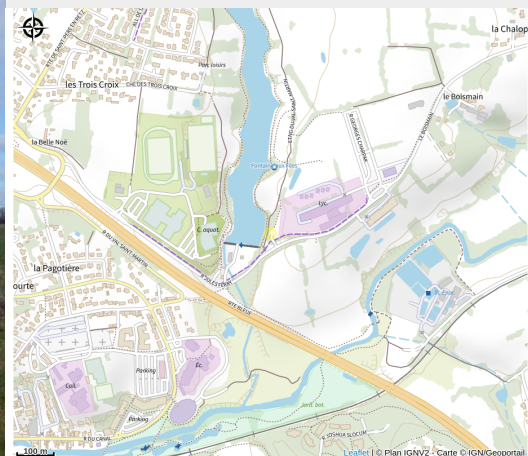


Parcours de santé du Val Saint-Martin



Crédit photo : (© crédit photo Florence Forni)



Parcours de Santé situé le long de l'étang du Val Saint-Martin.

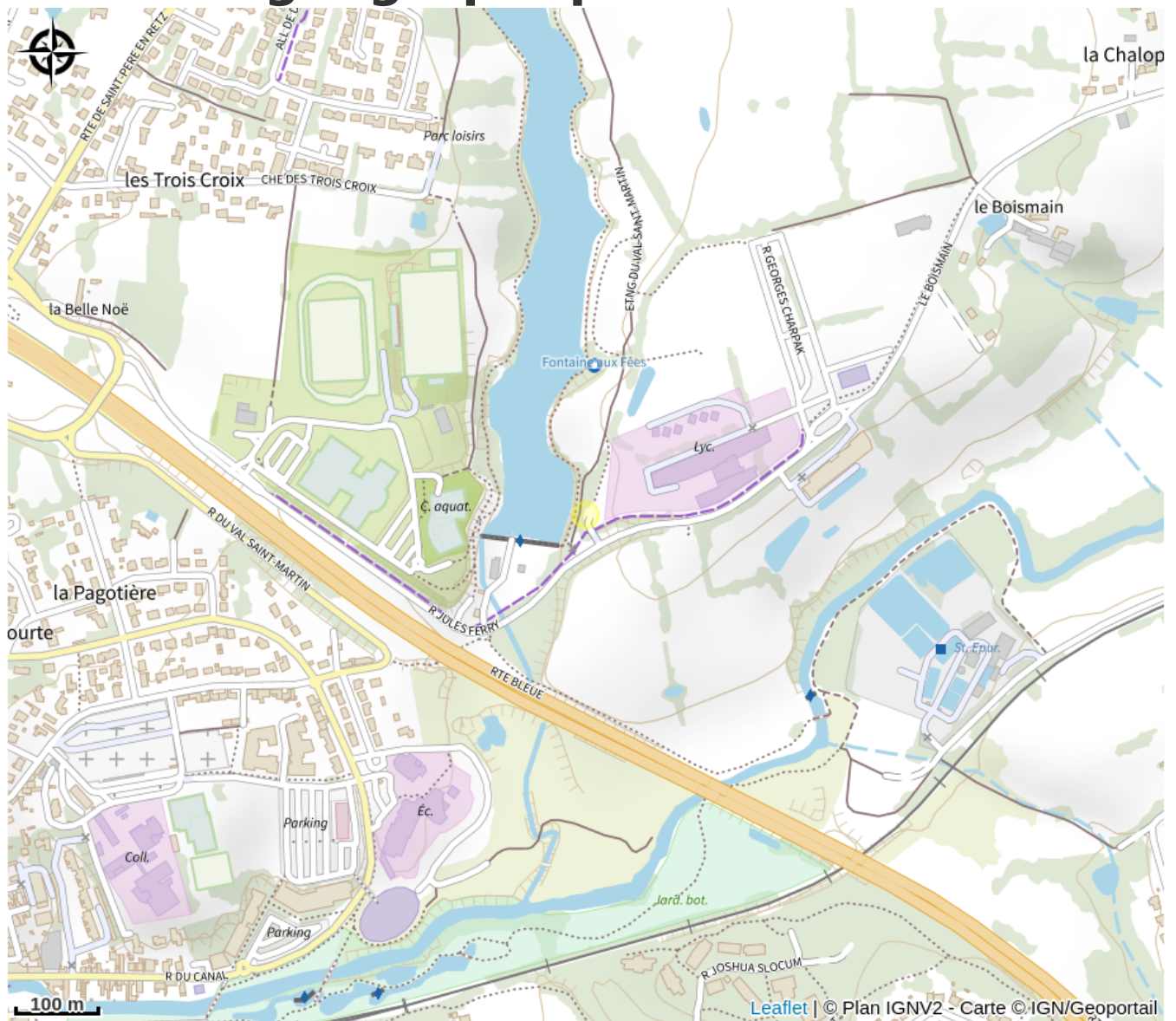
Infos pratiques

Catégorie : A faire

Description

Ce parcours de santé est situé le long de l'étang du Val Saint-Martin. Il s'agit d'un parcours sportif agréable permettant d'évoluer sur un périmètre agréable. Il est rythmé par un ensemble d'activités physiques dans un cadre naturel situé le long d'un étang boisé. pas japonais barres parallèles saut de haies barres d'abdominaux poutre d'équilibre barres fixes escaliers ondulés Voici 5 bonnes raisons de tester ce parcours santé : Tester son agilité, son sens de l'observation, sa rapidité avec le parcours permanent d'orientation tout en s'amusant entre amis ou en famille Se promener autour de l'étang, et prolonger la découverte le long de la rivière de Haute-Perche, en parcourant le sentier de randonnée d'environ 11km, le circuit du Canal de Haute-Perche Profiter du parcours accrobranche avec tyroliennes au-dessus de l'étang avec Pornic Aventure pour les amateurs d'activités ludique et sportive. S'installer à l'une des tables de pique-nique ombragée C'est une excellente alternative ou un complément au très fréquenté sentier des douaniers le long de la côte pour les joggeurs. Le saviez-vous ? En plus de ce parcours spécifique, la ville de Pornic a développé les "Chemins de la Forme", des parcours santé ludiques et interactifs qui permettent d'explorer la commune tout en faisant de l'exercice. Ces parcours sont gratuits et ouverts à tous les niveaux, du débutant au sportif confirmé. Ils se distinguent par leur interactivité, notamment grâce à l'application "Form'City" ou des QR codes qui donnent accès à des exercices physiques guidés, des vidéos sur le patrimoine local et des conseils santé.

Situation géographique



Toutes les infos pratiques

Contact

Etang du Val Saint-Martin
44210 PORNIC