



Parcoursvita : Thônex

Domaine de Belle-Idée

Départ : Les Sillons
Longueur : 2,8 km
Dénivellation : 10 m
Kilomètres effort : 2,9 km eff.

http://www.parcoursvita.ch/f/html/_vp200503.html

parcoursvita

Bienvenue au départ du parcours.

C'est ici que commence le Parcours Vita «Dossiers de Belle-Mère». Il est gratuitement à votre disposition 24 heures sur 24.

Longueur: 2,8 km

Dénivellement: 10 m

Kilomètres effort: 2,3

Parcours conçu et entretenu à votre attention par Communauté de Thiéras

en collaboration avec la Fondation Parcours Vita

Sponsorisé par la Zurich.



Préparation

Préparation

Préparation

L'itinéraire que vous allez parcourir est ponctué de 11 postes.

Composez votre propre programme selon votre niveau et vos envies. Nous vous souhaitons une agréable détente!

Désirez-vous entretenir votre forme? L'ensemble du parcours vous propose un éventail complet d'exercices.

Désirez-vous suivre un entraînement plus spécifique? Soyez attentifs aux couleurs suivantes:



Préparation
Le parcours de course en fait partie.



Mobilité, agilité



Force

parcoursvita



