

Équipements sportifs

AIRE DE STREET WORK OUT

Gourg de Bades
12100 (https://www.google.com/maps/?q=Gourg+de+Bades+12100)

L'aire de street work out est accessible aux adolescents et aux adultes, taille minimale requise de 1,40 mètre pour la pratique.

Accès libre 7 jours sur 7, 24h/24

Station de traction hexagonale (pour des tractions, des exercices plus poussés ou pour se suspendre librement)

· Banc pour dips (pompes pour renforcer bras, épaules et poitrine)

· Barres push up (pour l'entrainement du haut du corps, poitrine et bras)

· Barres parallèles (pour entrainer le haut de corps et la stabilité)

A noter : l'aire de street workout est accessible aux adolescents et aux adultes, taille minimale requise de 1,40 mètre pour la pratique.

