

ETUDE POUR LA REALISATION D'UN PARCOURS SPORTIF SUR LES BORDS DU CHER A BLERE



I – PRESENTATION DU PROJET :

La piste cyclable, réalisée par le Conseil Régional du Centre-Val de Loire, est très fréquentée par les promeneurs (cyclistes, pratique du jogging, entraînements sportifs, marche, mères de familles avec landaus, patins à roulettes, handicapés en fauteuils roulants, etc...) de tous les âges. Cet endroit, sécurisé, est devenu depuis peu de temps le lieu privilégié des habitants de Bléré pour les promenades.

La bande de terrain, située entre cette nouvelle voie bitumée et le Cher, pourrait accueillir un **PARCOURS SPORTIF ET DE SANTE**. Les activités de pleine nature ont actuellement le vent en poupe. En effet, les sportifs recherchent de plus en plus d'indépendance et peuvent pratiquer des exercices physiques en fonction de leurs envies ou possibilités sur un équipement adapté.

L'activité physique vise à améliorer sa condition physique et se pratique sous diverses formes, en voilà une.

Le parcours sportif est un aménagement ludique intégrable dans cet environnement. Il permet une promenade sportive rythmée par un ensemble d'activités, généralement dans un cadre naturel.

Cet emplacement, très agréable, est idéal pour l'implantation d'un parcours sportif et de santé sur une longueur de 750 mètres. Il peut être doté de 14 ateliers, espacés de 50 mètres. Chaque agrès en bois peut être placé à 2 ou 3 mètres de la piste cyclable et cela en fonction de la déclivité du terrain. Le nombre des ateliers peut être inférieur à celui mentionné ci-dessus.

L'ensemble des agrès trouve sa place en ce milieu naturel (gazon) sauf un (l'espalier).

II - LES AGRES AVEC LES PANNEAUX INDICATEURS :

- Etirement des jambes – 3 hauteurs	540 € HT
- Saute-mouton - 8 piquets	526 € HT
- Pont de cordes	474 € HT
- Soulève de poutre	748 € HT
- Slalom – 10 piquets	604 € HT
- Barres parallèles	495 € HT
- Pas de géant – 10 plots	600 € HT
- Flexion jambes et enroulement	784 € HT
- Echelle double	778 € HT
- Saut de haies – 6 haies	720 € HT
- Appui facial	612 € HT
- Poutre d'équilibre	669 € HT

- | | |
|--|----------|
| - Espalier | 721 € HT |
| - Sauts à pieds joints – 6 (pas de documentation jointe) | 600 € HT |
| - Panneau d'information avec toit | 978 € HT |

III – AUTRES DEPENSES :

- | | |
|---------------------------------|----------|
| - Béton – 5,5 mètres cubes | 440 € HT |
| - Main-d'œuvre et achats divers | 1 130 € |

IV – COUT DU PARCOURS SPORTIF :

- | | |
|---------------------------------|----------|
| - Treize mille cinq cents Euros | 13 500 € |
|---------------------------------|----------|

V – DOCUMENTS ANNEXES :

- Les fiches techniques des agrès

VI – CONCLUSION :

- La réalisation d'un tel projet ne peut qu'améliorer la qualité de ce site naturel et assurer le développement de la pratique de l'éducation physique, une discipline recommandée pour le maintien d'un corps en bonne santé.

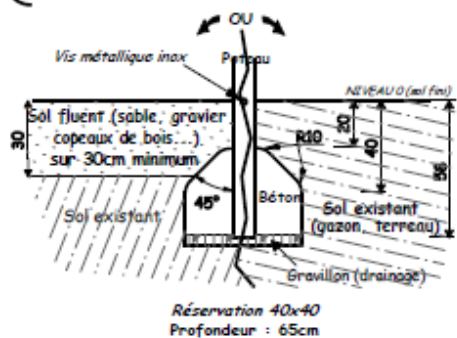


à partir de 10 ans

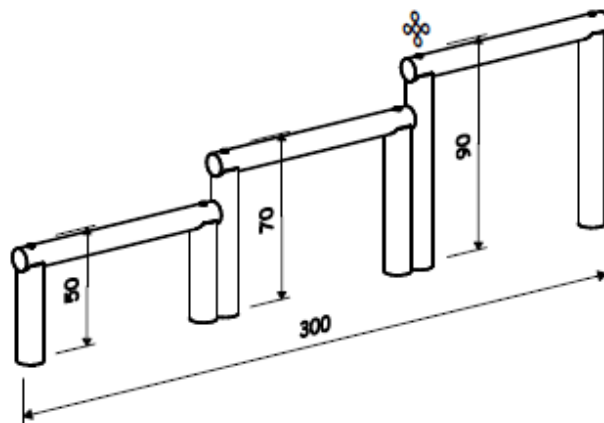
ETIREMENT DES JAMBES

Réf : PS 43

SCELLEMENT

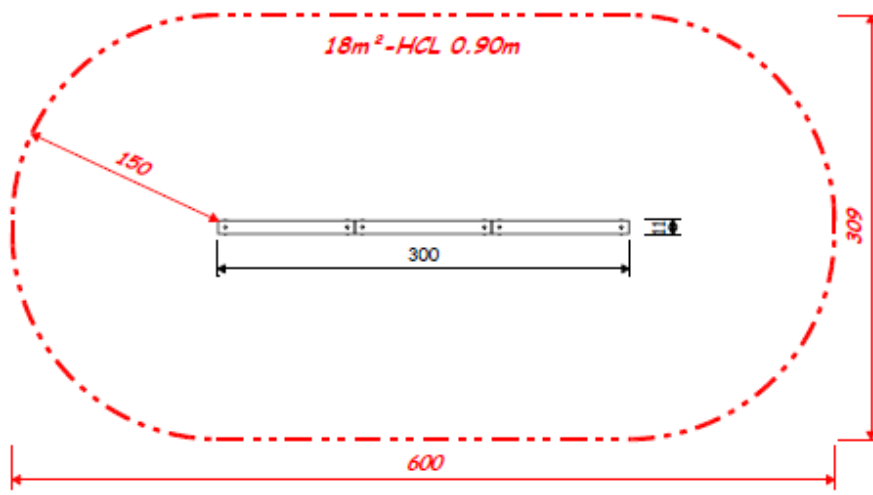


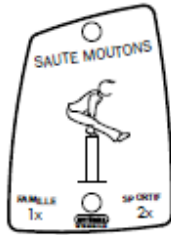
6 tirefonds 10/160



ZONE D'IMPACT

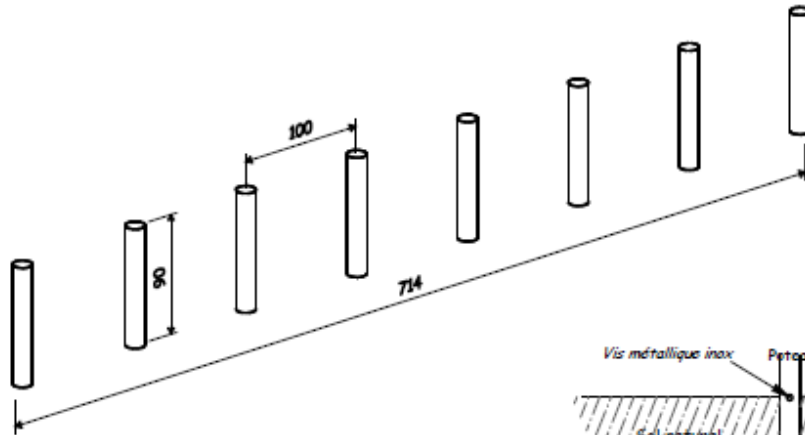
SOL EXISTANT (gazon, terreau naturel) OU SOL MEUBLE (sable, gravier, copeaux de bois...)



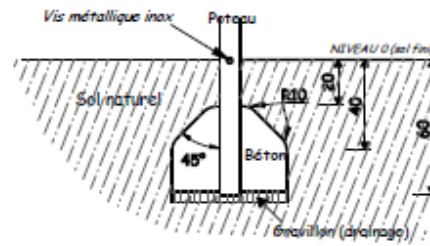


SAUTE-MOUTON

Réf : PS 28

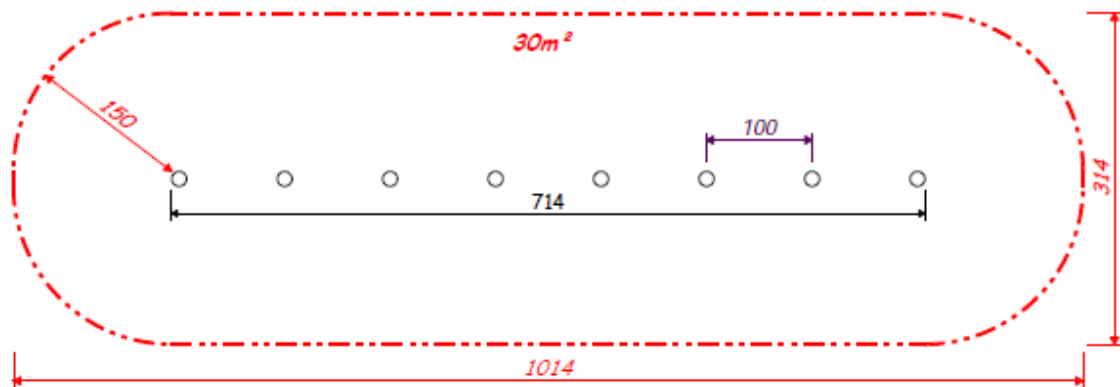


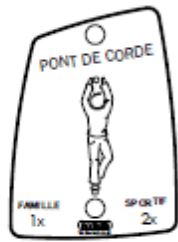
SCELLEMENT



Réservation 40x40
Profondeur : 65cm

ESPACE D'EVOLUTION - TERRAIN NATUREL



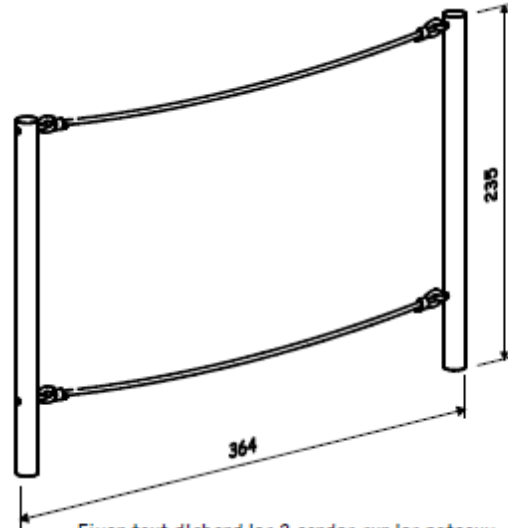
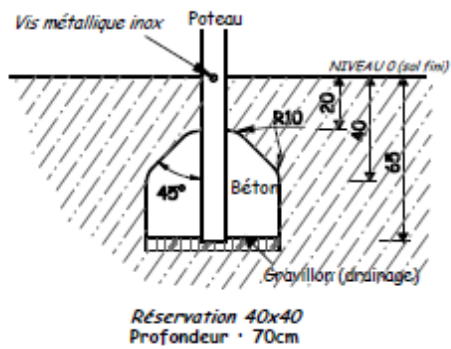


à partir de
10 ans

PONT DE CORDE

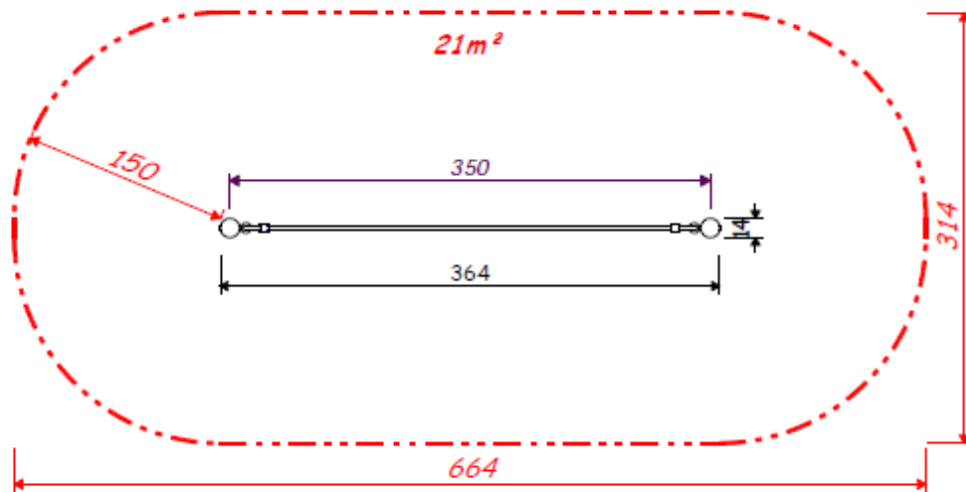
Réf : PS 46

SCÈLEMENT



Fixer tout d'abord les 2 cordes sur les poteaux et ensuite implanter les poteaux de façon à tendre les cordes.

ESPACE D'ÉVOLUTION - TERRAIN NATUREL

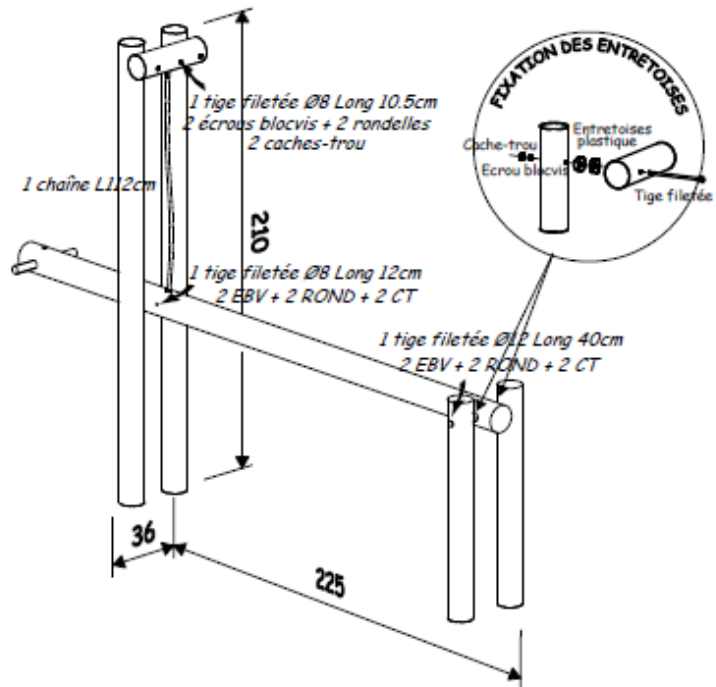
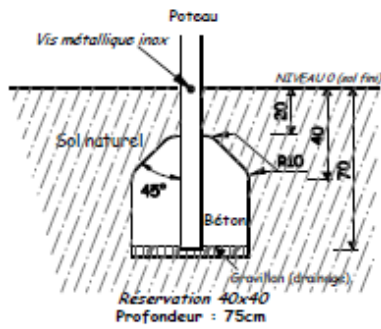




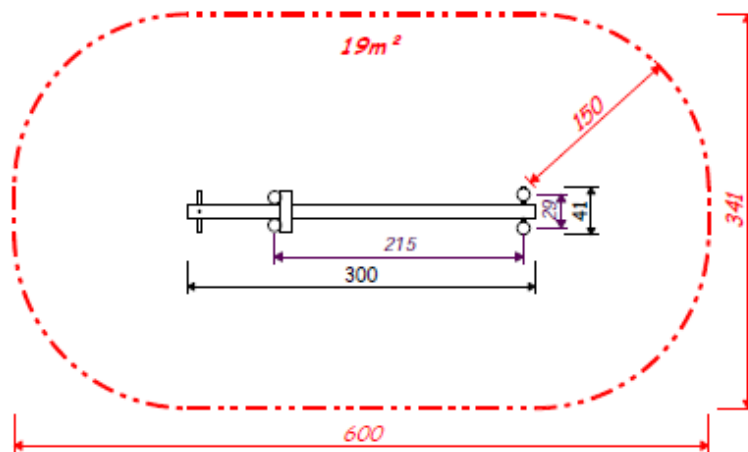
SOULEVE DE POUTRE

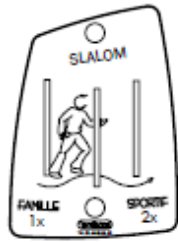
Réf : PS 38

SCÈLEMENT



ESPACE D'EVOLUTION - TERRAIN NATUREL

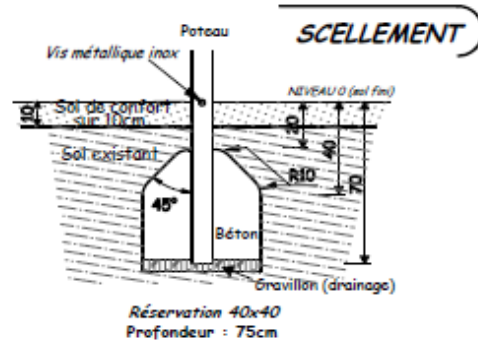
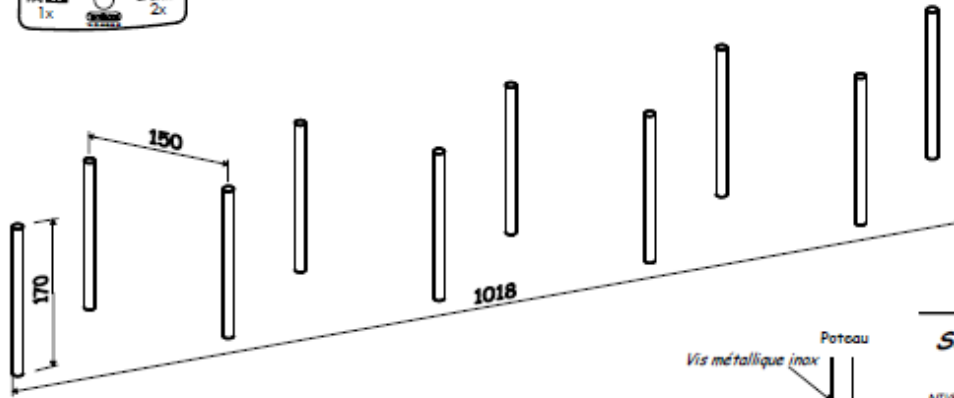




à partir de 10 ans

SLALOM

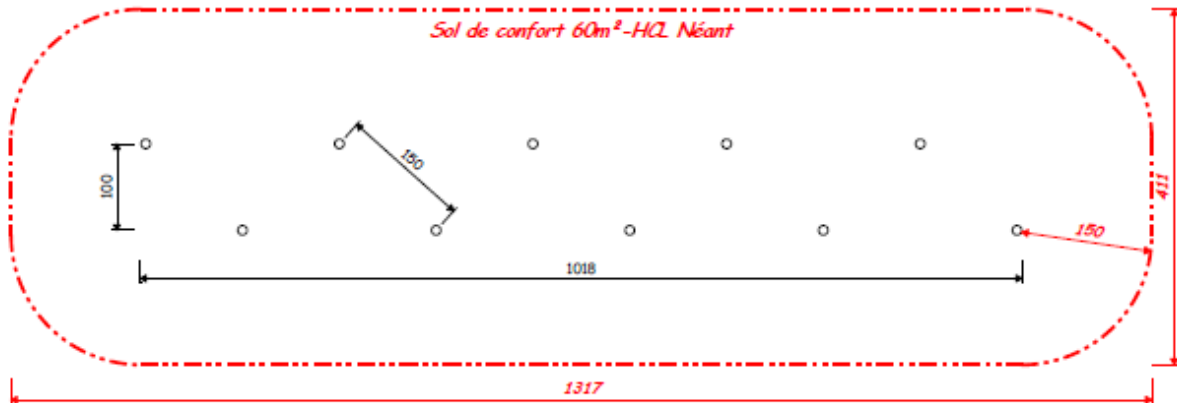
Réf : PS 20

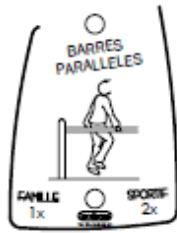


Réservation 40x40
Profondeur : 75cm

ZONE D'IMPACT

SOL DE CONFORT (sol ayant des propriétés amortissantes ; béton, pierre... ne doivent pas être utilisés)



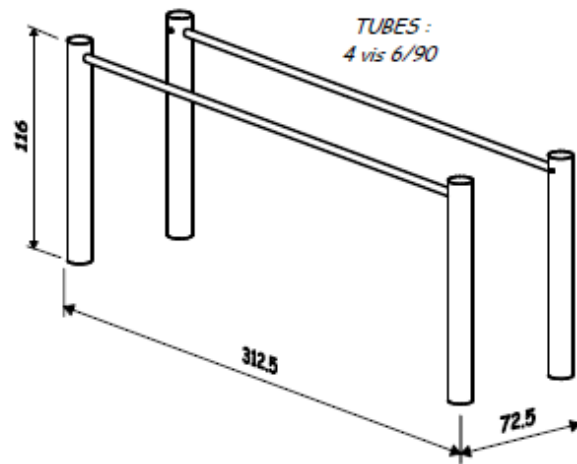
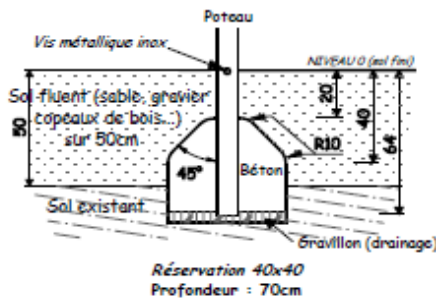


À partir de 10 ans

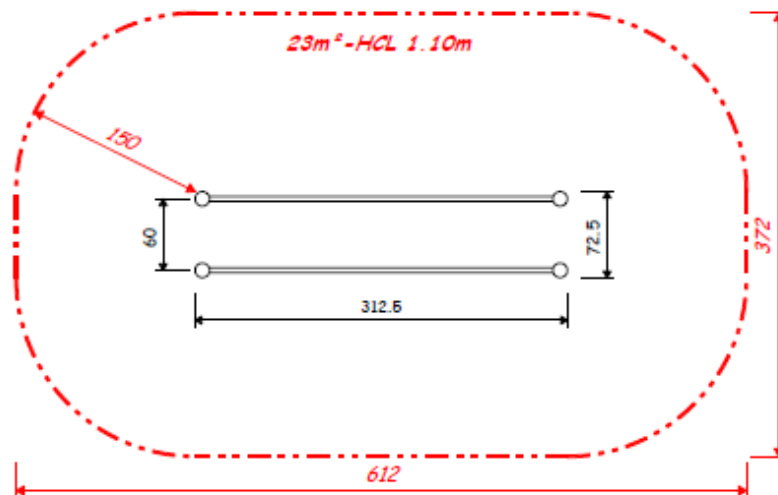
BARRES PARALLELES

Réf : PS 25

SCELLEMENT



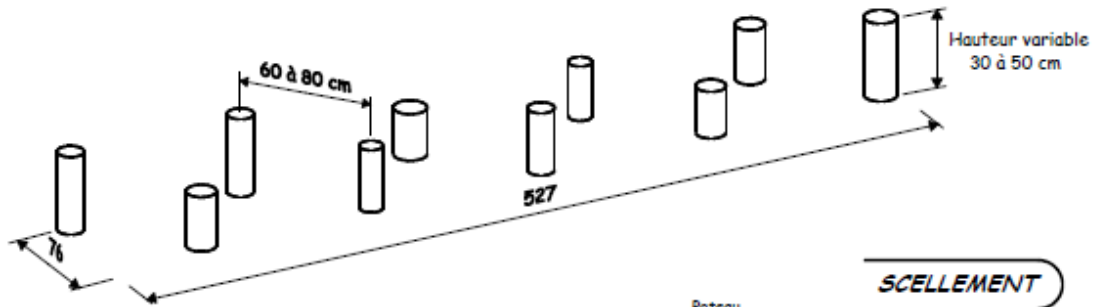
ZONE D'IMPACT SOL MEUBLE (sable, gravier, copeaux de bois...)



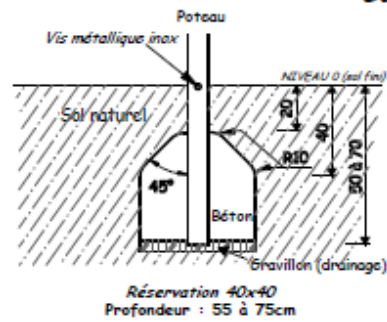


PAS DE GEANT

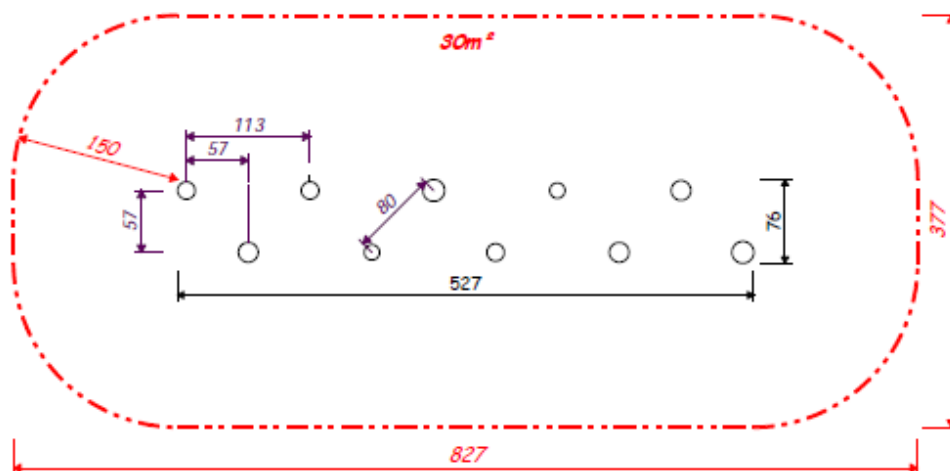
Réf : PS 26

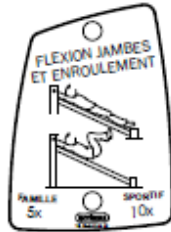


SCELLEMENT



ESPACE D'EVOLUTION - TERRAIN NATUREL

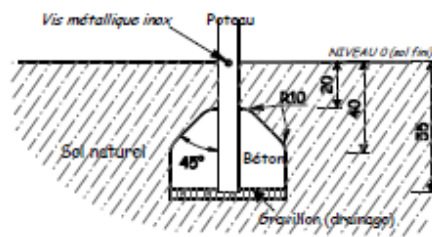




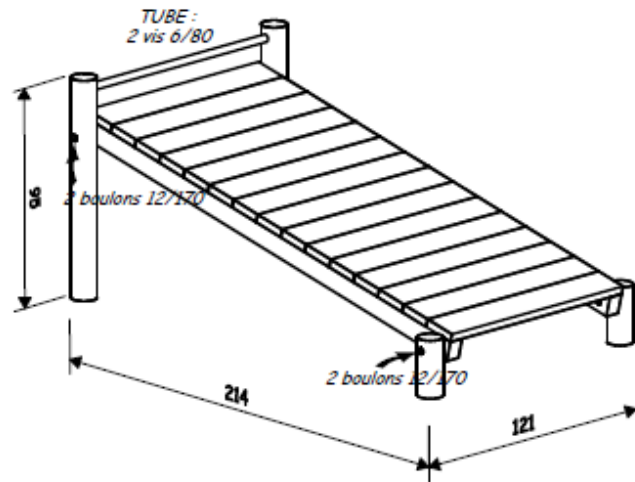
FLEXION JAMBES ET ENROULEMENT

Réf : PS 24

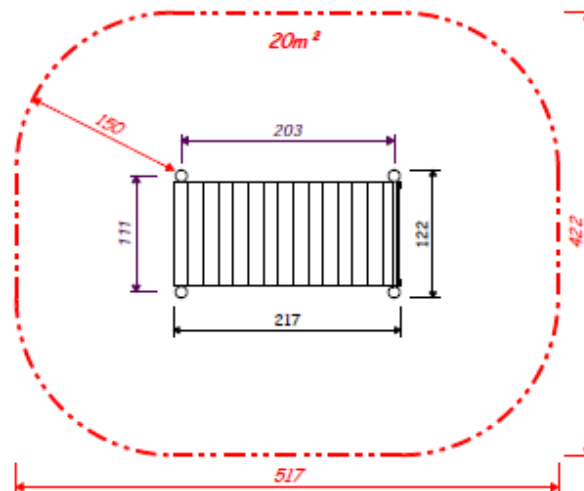
SCELLEMENT

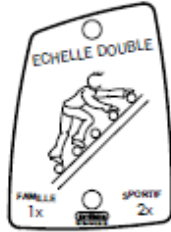


Réservation 40x40
Profondeur : 60cm



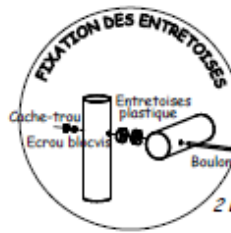
ESPACE D'EVOLUTION - TERRAIN NATUREL



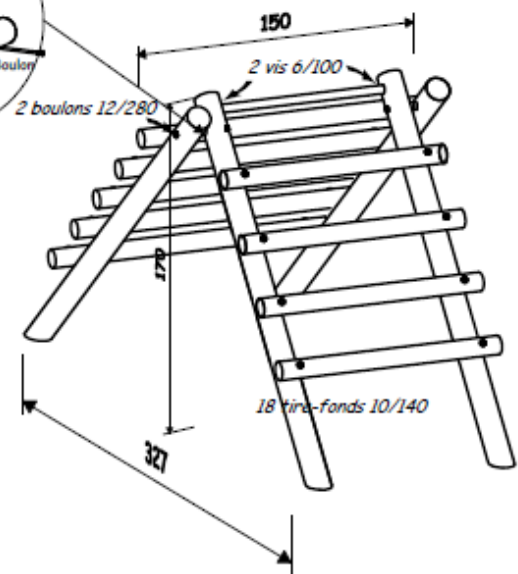
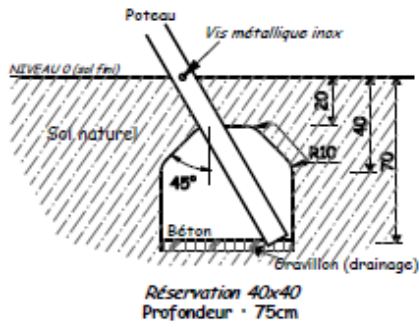


ECHELLE DOUBLE

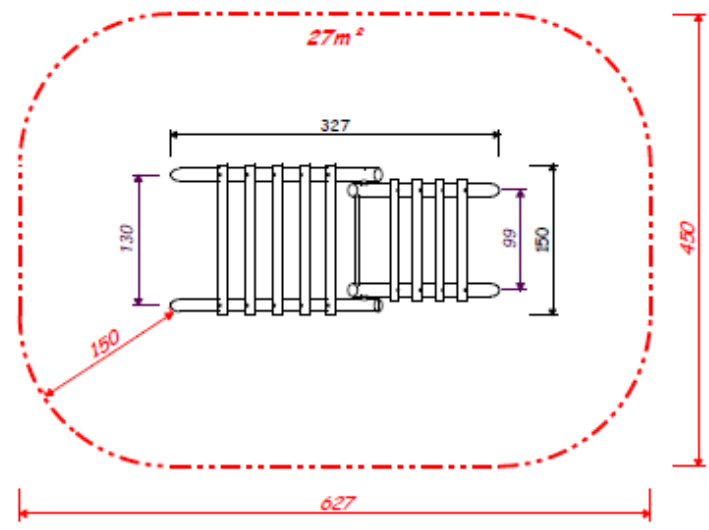
Réf : PS 21



SCELLEMENT



ESPACE D'EVOLUTION - TERRAIN NATUREL

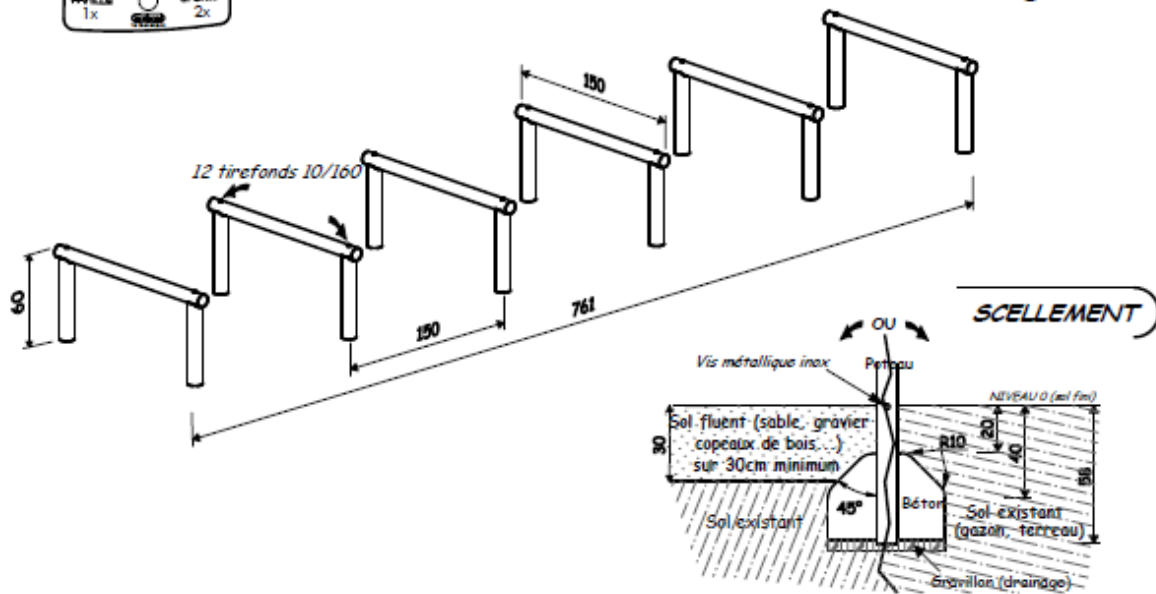




À partir de 10 ans

SAUT DE HAIES

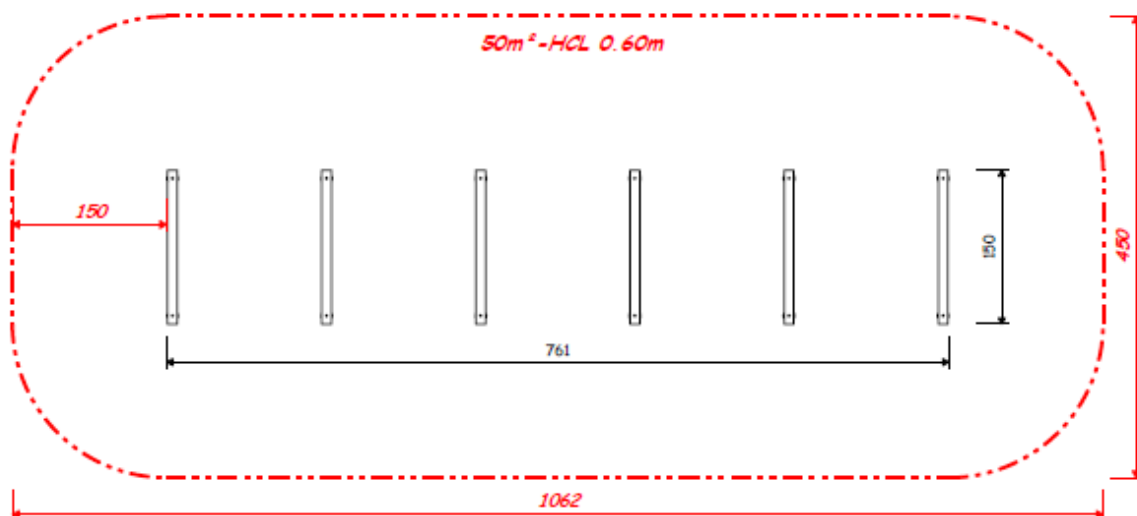
Réf : PS 22

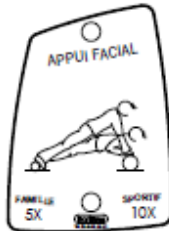


Réserve 40x40
Profondeur : 65cm

ZONE D'IMPACT

SOL EXISTANT (gazon, terreau naturel) OU SOL MEUBLE (sable, gravier, copeaux de bois...)

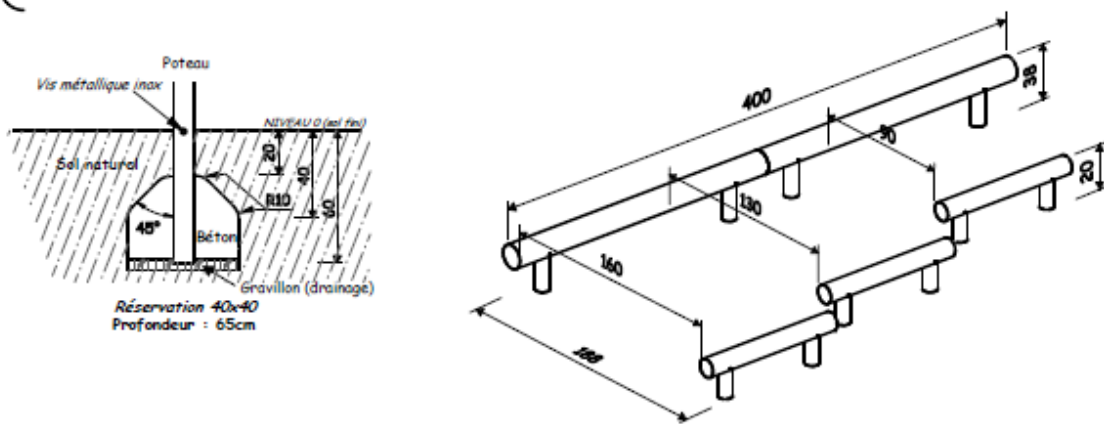




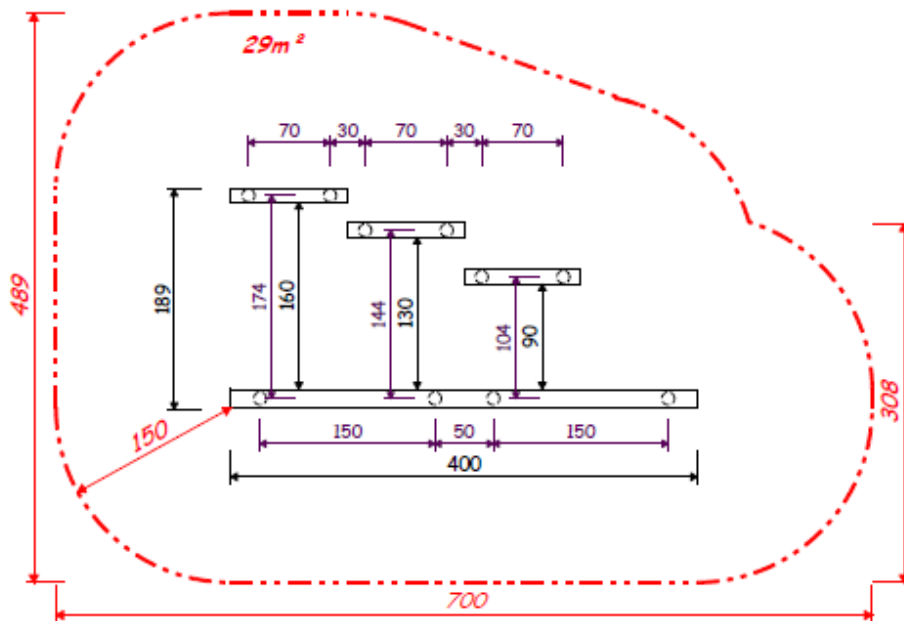
APPUI FACIAL

Réf : PS 42

SCELLEMENT



ESPACE D'EVOLUTION - TERRAIN NATUREL

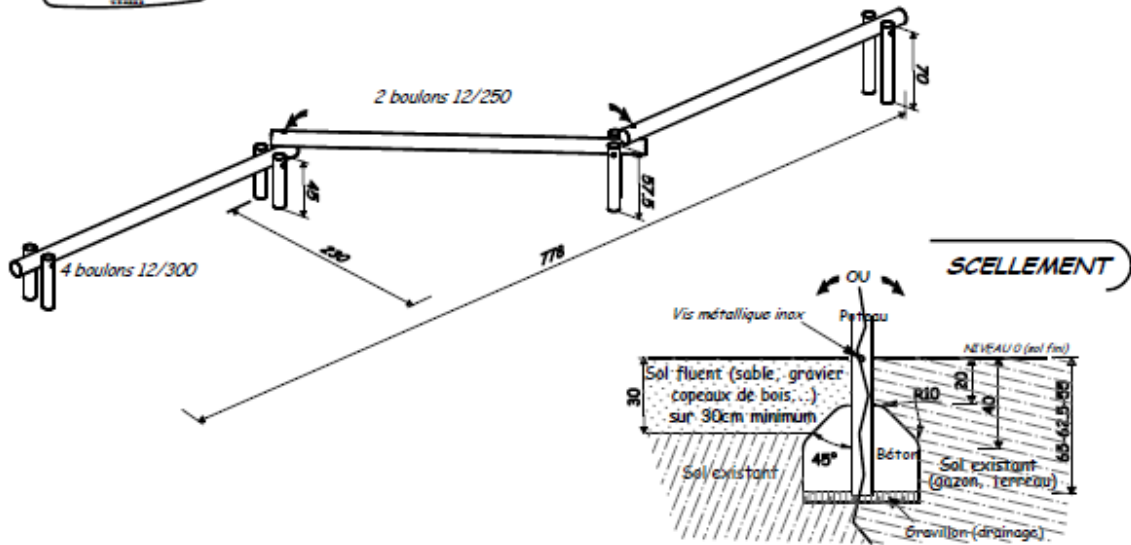




À partir de 10 ans

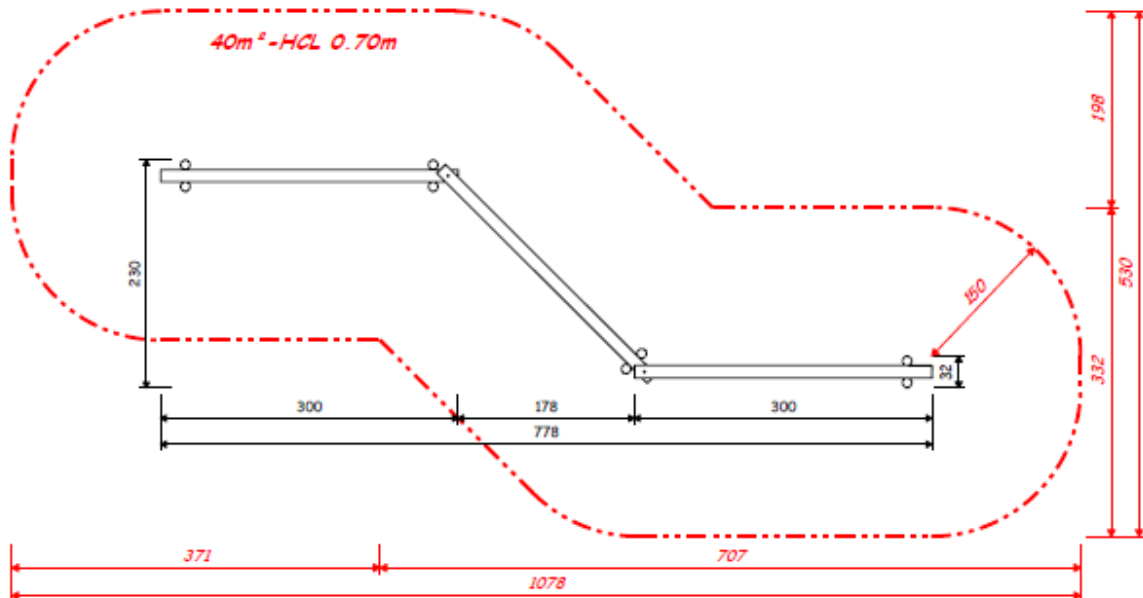
POUTRE D'EQUILIBRE

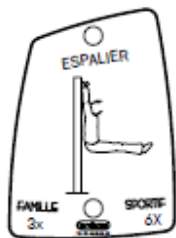
Réf : PS 23



ZONE D'IMPACT

SOL EXISTANT (gazon, terreau naturel) OU SOL MEUBLE (sable, gravier, copeaux de bois...)



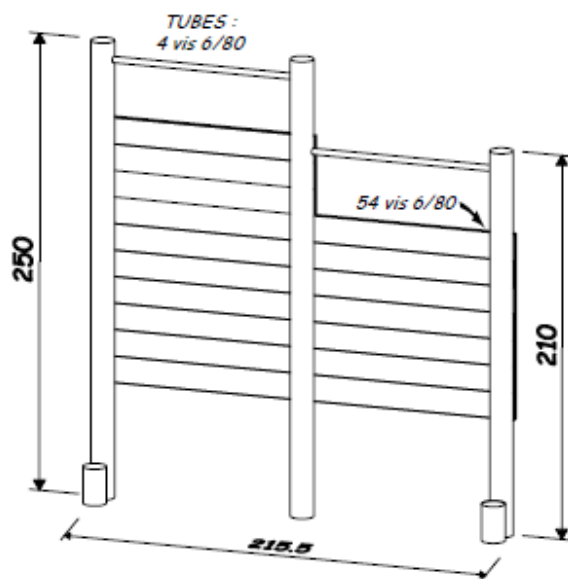
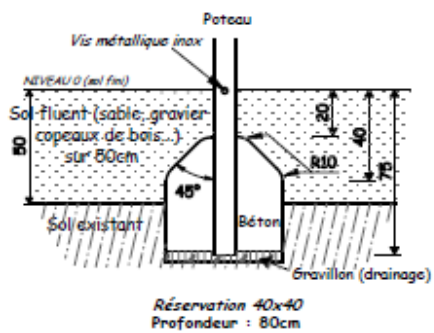


à partir de 10 ans

ESPALIER

Réf : PS 27

SCELLEMENT



ZONE D'IMPACT

SOL MEUBLE (sable, gravier, copeaux de bois...)

