Ville de Saint-Hyacinthe
Technopole agroalimentaire

Loisirs

PARCOURS ACTIFS URBAINS : BOUGEZ À L'ANNÉE SUR LES DEUX CIRCUITS BALISÉS

Pour diffusion immédiate

Saint-Hyacinthe, le 19 octobre 2020 – La Ville de Saint-Hyacinthe déploie ses parcours actifs urbains, deux circuits attrayants et sécuritaires, pour pratiquer librement la marche ou la course à pied à l'année. L'objectif de ce projet est d'encourager les citoyens à développer de saines habitudes de vie et d'intégrer l'activité physique auprès d'une clientèle moins aguerrie. Situés dans les secteurs Sacré-Cœur et Bois-Joli, les trajets de 2,5 km et de 5 km sont d'une durée de 30 à 60 minutes à basse vitesse. Ils sont ponctués de balises directionnelles et de panneaux informationnels aux départs et introduits à même le réseau des pistes multifonctionnelles existant.

Les deux parcours ont des points de départ différents. Le trajet bleu de 2,5 km débute au centre aquatique Desjardins, qui se trouve également près du stade L.-P.-Gaucher, tandis que le trajet rouge de 5 km s'amorce à la polyvalente Hyacinthe-Delorme à proximité des nombreux terrains sportifs. Leur positionnement stratégique permet à un parent ou un accompagnateur d'aller bouger pendant que son enfant participe à une activité sportive.

Les parcours actifs urbains deviennent également des lieux de prédilection pour organiser une course caritative ou scolaire, sans devoir obligatoirement fermer des rues, puisqu'ils sont situés sur un site déjà balisé, à proximité de services sanitaires et offrent de grands espaces de stationnement.

Les biens faits de la marche

Depuis plusieurs années, la croissance de la pratique libre en loisir est une réalité bien observable auprès des Maskoutains. Pratiquer librement un sport contribue aux saines habitudes et à la qualité de vie. La marche est une activité accessible à l'année et peu coûteuse. La pratique régulière de ce loisir procure plusieurs bienfaits tels qu'une meilleure santé physique et psychologique. Elle joue un rôle positif sur l'humeur, le niveau d'énergie et aide également à la créativité et à la qualité du sommeil.

Pour découvrir les deux parcours actifs urbains ou vous géolocaliser sur la carte interactive, consultez le www.ville.st-hyacinthe.qc.ca/parcours.

– 30 –

Source : Direction des communications / 450 778.8304

Direction des communications
Hôtel de ville, *700, av. de l'Hôtel-de-Ville, Saint-Hyacinthe (Québec) J2S 5B2*
Tél. : 450 778.8304 / Téléc. : 450 778.5817