

# SUD OUEST

**Eysines** Les nouveaux modules de détente et de musculation sont installés au bois la Lesque

## Les machines de la forme

■ Les Eysinais qui ont pris l'habitude de se promener au Pinsan et au bois de la Lesque ont découvert depuis quelques jours, des appareils vert et jaune implantés en bordure du bois, face à l'entrée du centre municipal de loisirs.

Ces modules de détente mis en place par la municipalité complètent l'offre du parcours de santé du Pinsan. Ils sont à disposition des personnes ayant plus de 14 ans et permettent d'entretenir leur forme physique. Déjà les joggeurs et randonneurs habitués des lieux s'arrêtent un moment pour utiliser ces modules dénommés body boomers. Ces appareils sont accessibles à tous les âges. Ces appareils de musculation privilégient une pratique tout en douceur. Car c'est en effet le temps passé sur les body boomers qui renforce les bénéfices musculaires, et non la vitesse d'accomplissement des mouvements.

L'un s'apparente aux mouvements du ski de fond, l'autre à la marche. Les deux autres font travailler fessiers, mollets, cheville, quadriceps et ischiojambiers. Ils sont disposés par paire pour une utilisation conviviale. Lors de leur visite Pierre Brana, Christine Bost, et Bernard Néel, adjoint à l'environnement, ont testé et apprécié la simplicité des appareils. Les habitants ont adopté cette nouveauté qui rencontre un franc succès notamment le weekend où l'ensemble du Domaine du Pinsan et de la Lesque attire nombre de visiteurs.

: M.D