



VILLE DE GLAND

Piste vita

Un nouveau parcours Vita est né à la commune de Gland. Ce parcours est destiné à toutes personnes qui souhaitent entretenir leur forme à l'abri du bruit des voitures et dans un cadre relaxant. Ce tracé est destiné aux personnes de tous âges avec, à la fin du parcours, un tableau indicatif sur les performances du sportif par rapport à son temps et à son âge.

Lieu: Centre sportif en Bord - Bois de Ruyre

Départ : Centre sportif en Bord

Longueur: 2.1 Km

Dénivellation: 20 m

Nombre de postes: 15

Temps: entre 10 et 20 min (sans les exercices)

