

## VALENCE SUR BAÏSE Le parcours santé est ouvert au bois des Moines



VALENCE SUR BAÏSE Le parcours santé est ouvert au bois des Moines

Ceux qui empruntent la route départementale reliant Valence-sur-Baïse à Cassaigne longent sur plusieurs centaines de mètres le bois des moines, ainsi nommé en raison de sa proximité avec Flaran, la célèbre abbaye cistercienne.

La plupart des municipalités qui se sont succédées à Valence ont toujours eu en projet une occupation de cet espace de plusieurs hectares lui appartenant. Lorsqu'un syndicat d'initiative a créé des sentiers en boucle autour de la bastide, deux des cinq réalisés ont emprunté ses couverts. C'est un lieu agréable où il fait bon se promener.

Depuis l'an passé, le bois des moines accueille un parcours d'orientation et un parcours de santé. Ce dernier offre une gamme complète d'exercices. Il comprend : un panneau de départ et d'informations ; un panneau d'échauffement ; et plusieurs modules arbre, poutre d'équilibre, espalier double, échelle de sauts, table abdominaux, échelle de suspension inclinée, portique 2 agrès, barres fixes au nombre de 3, barres parallèles.

Pour les sportifs mais aussi ceux qui veulent profiter au maximum d'un lieu agréable, chargé d'histoire, à deux pas de l'abbaye, du château de Léberon, de l'ancienne église de Flarambel, ce parcours de santé offre la possibilité de se faire plaisir.



Très bon pour travailler les abdominaux.