#ExploreTerreDeJeux2024

Magny-les-Hameaux

Parcours Urbain CRESSELY

Difficulté

★☆☆

Type

Balade

Distance

2,950 km

Plaine de Chevincourt

Plaine de Chevincourt

TERRE 2024 DE JEUX

MAGNY-LES-HAMEAUX

Étapes:
Plaine de Chevincourt
Rue André Hodebourg
Rue Paul Vaillant Couturier
Rue Gabriel Péri
Rue de la Gerbe d'Or

Conseil du coach :

Échauffement et étirements → ces phases font partie intégrante de l'entrainement et ne doivent pas être oubliés.

Récupération → pensez à la fin de vos parcours à faire des exercices d'étirement.

Pour votre sécurité et celle des autres, conformez-vous au code de la route. Si la chaussée est équipée de trottoirs, empruntez-les.