

# Fitness

PRO  
URBA

Forts de notre expérience d'aménageur depuis plus de 45 ans, nous réfléchissons chaque jour pour donner vie à vos idées en faisant correspondre usage et design à chaque espace. Nous créons, aménageons, fabriquons, installons, entretenons des lieux "récré-actifs" : aires de jeux, installations sportives, mobilier urbain, solutions aqualudiques. Autour d'un **design actif et durable**, nous partageons l'envie de retrouver du lien : se rassembler, jouer, glisser, bouger et se connecter.

Transformons ensemble les lieux de passage en véritable lieux de destination.

## Localisation idéale et usage souhaité

Proche des lieux de vie, dans les parcs publics et tertiaires ou en complément dans les espaces sportifs.

## Dimension, surface, emprise foncière

De 10 m<sup>2</sup> à 1500 m<sup>2</sup>

## Matériaux types (sol, mobilier, ...) et options envisageables (couverture, éclairages, ...)

Toute sorte de matériaux Acier Galva, acier + peinture époxy, inox et aluminium et bois lamellé collé.

Selon type et si hauteur : sol plan stabilisé, amortissant ou fluant.

Eclairage et couverture possible

## Possibilité de modularité ou pluridisciplinaire

Fitness : du cardio training, cross-training vers le renforcement musculaire (SWO) et/ou proprioception et équilibre pour l'intergénérationnel, connecté ou non.

## Adaptation et inclusion des Personnes en Situation de Handicap

Possible avec adaptation

## Coûts moyens / Ratios

Tout compris selon matériaux employés pour le matériel et surface aménagée : à partir de 250€ /m<sup>2</sup>. Surface moyenne constatée de 80m<sup>2</sup>.



Co-conception Pro Urba- Front de mer de Calais (62)-  
Crédits Photo Philippe Turpin



Conception Pro Urba- St Priest Bel Air (69)  
Crédits Photos Thierry Demko



Islander fournisseur exclusif Pro Urba-Aménagement pour sénior - Photo propriété de Islander

## Le point de vue de PRO URBA :

Issue de l'aérobic la pratique de fitness ne cesse d'évoluer.

Les différentes disciplines de fitness se pratiquent collectivement ou individuellement.

C'est une bonne réponse aux changements de pratiques des usagers qui demandent des **aménagements en accès libre**.

Cela est en train de changer, une tendance intéressante a fait jour, **la pratique intergénérationnelle** et/ou l'esprit famille au sens large peut être partagé sur un espace commun en travaillant l'équilibre et la proprioception en plus de l'aspect musculaire.

Les équipements peuvent être bien adaptés à une pratique féminine, à condition de travailler l'emplacement et ses conditions d'accès.

Associé à une bonne hygiène de vie, il procure les effets bénéfiques sur le corps, à savoir une meilleure endurance, développement des muscles, améliore la souplesse, le dynamisme et la force, le fitness agit également sur le mental. (Réduction du stress entre autres)

**Inciter les gens à bouger**, notre leitmotiv, cependant les modes d'aménagements seront donc à adapter au cas par cas.

**Contact :** Gilles CHAMPEL/ champel@prouriba.com /06 27 62 67 18

[www.prouriba.com](http://www.prouriba.com)