

## Street workout

Celles et ceux qui aiment se muscler au soleil seront comblés. Les éléments ont été installés en début d'année 2018, non loin du skatepark de Belle-Isle, par la société Kompan, qui a réalisé là son premier chantier du genre dans la région Centre-Val de Loire.

### A PROPOS DE KOMPAN

Le jeu, l'activité et la santé sont inscrits dans les gènes de KOMPAN. Depuis plus de 45 ans, KOMPAN conçoit des solutions de jeux uniques pour ses clients. KOMPAN a toujours eu pour volonté de permettre aux enfants et adolescents de grandir en bonne santé en prenant plaisir à bouger. Avec des adultes heureux et en bonne santé comme modèles, les enfants de demain seront portés à suivre leur exemple - ainsi s'instaure un héritage durable axé sur l'activité. La mission de KOMPAN consiste à permettre à tous de profiter des bienfaits du jeu et de l'activité. Tous les jours, dans le monde entier, KOMPAN rencontre des clients préoccupés par la baisse alarmante du niveau d'activité physique au sein des populations due à l'urbanisation galopante et à la sédentarité des modes de vie modernes.

À l'échelle mondiale, plus de 39% des adultes et plus de 80% des adolescents dans les pays industrialisés se situent même en dessous du minimum d'activité physique recommandé par l'OMS. Le coût financier de l'inactivité en termes de dépenses de santé, de dépendance et de pertes de productivité accentue les contraintes qui pèsent déjà sur les budgets publics. L'Institut Kompan Sport et fitness, en collaboration avec des experts de l'entraînement sportif, s'est penché sur les tendances des marchés, les besoins des clients et les moyens d'inciter à l'activité physique.

Comme l'explique Rob Boogmans, Directeur de l'Institut Kompan Sport et Fitness et, par ailleurs, physiothérapeute : "Les recherches menées par KOMPAN montrent que le désir d'activité est réel, mais le temps, l'argent et la motivation sont les principaux facteurs évoqués pour expliquer l'absence d'activité. Pour inciter les personnes inactives à pratiquer une activité physique, les communautés ont besoin de structures sportives accessibles et efficaces, qui soient en outre adaptées à tous les âges et toutes les capacités physiques. Toutefois, cela ne suffit pas, poursuit Rob Boogmans : Des instructions adaptées et des encouragements font également partie de la solution pour obtenir des résultats durables, et des recherches révèlent qu'un accompagnement dispensé par voie numérique ou en face à face augmente l'efficacité des exercices, la persévérance et l'assiduité." En partant de ces constats, KOMPAN a mis au point un concept d'entraînement totalement nouveau qui repose non seulement sur de nouveaux équipements innovants et attractifs, mais aussi sur une application numérique fournissant des instructions simples, des programmes complets d'entraînement, des défis et même des conseils nutritionnels. Cette solution offre également la possibilité de communiquer avec d'autres membres de la communauté locale et de s'inscrire à des séances d'entraînement dispensées sur le site par des coaches locaux.

Il s'agit en résumé d'un nouveau concept de solution complète pour inciter des communautés, voire l'ensemble de la société, à l'activité. Les résultats : des personnes en meilleure santé, des communautés plus soudées et, à terme, pour les collectivités locales, des économies plus saines.



## CHÂTEAURoux MÉTROPOLE

1 place de la République

36000 Châteauroux

Ouverture du lundi au vendredi, de 9h à 17h.