

## Le fitness s'invite au parc

Après l'ouverture du parcours santé du Bois de Wilder et de la plaine multisports de la Place de l'Initiative, la commune a décidé de poursuivre son objectif de dynamiser le sport de quartier accessible à tous, gratuit et adapté pour tous, en mettant à la disposition des Berchemois de nouvelles infrastructures sportives de proximité.

Cette fois, le service des Sports, en collaboration avec le service des Travaux Publics, offrira aux riverains et usagers deux nouveaux «Park Fitness», l'un situé sur l'espace gazonné au carrefour de la rue de Grand-Bigard et de la rue du Haut-Champ et l'autre situé dans le Parc De Mulder (**inauguration prévue le 20 avril à 15h30 au parc De Mulder**).

Ces implantations de gymnastique douce et d'entretien physique pourraient très bien être des points de liaison assurant la continuité entre notre promenade verte et notre parcours santé pour réaliser des exercices de fitness basés sur le cardio, le stretching et le renforcement musculaire. Ces nouveaux dispositifs sportifs pourront être utilisés par tout genre de public à partir de 14 ans, aussi bien par des sportifs confirmés que les débutants, valides et autrement valides, avec ou sans équipement spécifique.

Les deux implantations seront équipées d'engins tels que le Rower, le Mini-Ski, le Ski-Stepper, le Health Walker, le Power-Push, le Push-Hands, chacun pourvu d'une plaquette explicative.

Un coach sera également mis à la disposition des utilisateurs une fois par semaine, le premier mois après l'inauguration des deux sites qui aura lieu le mercredi 20 avril. Il guidera les usagers dans l'exercice de leurs efforts physiques.

La commune a pu mener à bien ces deux projets grâce au financement global des aménagements par la Région de Bruxelles-Capitale.

Maintenant, à vous de «travailler»!

*Michaël Vander Mynsbrugge, Echevin des Sports*

## De nouveaux tatamis pour le dojo du complexe sportif

Le complexe des Sports de la Venelle du Fair Play connaît quasiment chaque année des travaux de rénovation pour maintenir cet outil âgé de près de quarante ans en parfait état de fonctionnement et de pratique sportive conformes aux exigences actuelles.

A la demande du Conseil Consultatif des Sports, la commune a décidé d'acheter de nouveaux tapis de sol pour la pratique des arts martiaux. Un subside de soutien de € 6.000,00 à l'occasion de l'achat de ce matériel sera attribué par l'ADEPS.



## Het park nodigt uit tot fitnessen

Na de aanleg van het trimparcours (fit-o-meter) in het Wilderbos en het multisport-speelplein aan het Initiatiefplein besliste de gemeente haar doelstellingen in het vlak van het bevorderen van laagdrempelig, gratis en voor iedereen toegankelijk sporten op wijkniveau verder te ontwikkelen met de inrichting van nog maar een nieuwe buurtsportinfrastructuur.

In samenwerking met de dienst Openbare werken reikt de Sportdienst van de gemeente de buurtbewoners en geïnteresseerden twee nieuwe fitnessparken aan: een eerste op het grasperk ter hoogte van het kruispunt van de Groot-Bijgaardenstraat met de Hoogveldlaan en een tweede aan het De Mulderpark (**Inhoudiging voorzien op 20 april om 15u30 in het Mulderpark**).

Die infrastructuur voor zachte gym en onderhoudsturnen kan wellicht uitgroeien tot een sport- en verbindingspunt tussen de groene wandeling en ons trimparcours met fitnessoefeningen rond cardiotraining, stretchen en spierversterking. De nieuwe infrastructuur is voor iedereen toegankelijk vanaf 14 jaar en richt zich dus niet alleen tot ervaren sporters, maar evenzeer tot neofieten, validen en andersvaliden met of zonder specifieke uitrusting.

Op de nieuwe trimparcours komen verschillende toestellen waaronder een Rower, een Mini-Ski, een Ski-Stepper, een Health Walker, een Power-Push, een Push-Hands,... met telkens een plaatje waarop staat aangegeven hoe de toestellen moeten worden gebruikt.

De eerste week na de officiële opening (woensdag 20 april) van de twee sites komt er een keer per week een coach langs om de gebruikers de nodige toelichtingen te verschaffen. Hij begeleidt de sporters bij het leveren van hun fysieke inspanningen.

De gemeente kon deze twee projecten in de steigers zetten dankzij de financiering voor de volle pond door het Brussels Hoofdstedelijk Gewest.

Aan jullie nu om de spieren aan het werk te zetten!

*Michaël Vander Mynsbrugge, Schepen van Sport*

## Nieuwe tatami's voor de dojo in de sporthal

In het sportcomplex aan de Fair-Playsteeg worden nagenoeg elk jaar renovatiewerken uitgevoerd om deze bijna 40 jaar oude dame in goede conditie te houden zodat de zalen conform de hedendaagse sportvereisten kunnen worden gebruikt.

Op vraag van de Sportadviesraad besliste de gemeente nieuwe tapijten aan te kopen voor de vechtsporten. De Franse administratie die verantwoordelijk is voor sport, het ADEPS, geeft ons daarbij een financieel ruggensteuntje van € 6.000,00.