

PARCOURS DE SANTÉ : COMMENT LES ENTRETEENIR CORRECTEMENT

Page d'accueil > Sports de Plein Air > Parcours de santé : comment les entretenir correctement

Imprimer le guide



Les villes proposent de plus en plus de **parcours de santé** et vous êtes toujours plus nombreux à les utiliser. Ils sont libres d'accès et permettent à tous de faire du sport de façon régulière et ainsi de garder la forme. Aujourd'hui, c'est une réelle plus-value pour une commune d'avoir son propre parcours sportif.

Mais avez-vous une idée de l'entretien que cela implique ? Comment bien conserver votre parcours de santé selon ses structures et son revêtement ?

Voici toutes nos réponses pour prolonger la durée de vie de votre parcours sportif.

AU SOMMAIRE :

- Qui entretient les parcours de santé, à quelle fréquence et pour quel budget ?
- Un entretien en fonction de la structure
- Un entretien en fonction du revêtement
- Quel entretien quotidien pour un parcours de santé ?

Qui entretient les parcours de santé, à quelle fréquence et pour quel budget ?

Une ville possède généralement ses propres agents d'entretien des équipements sportifs. Dans le cadre d'un parcours de santé, il est nécessaire de faire appel à une entreprise. En effet, les agents de mairie peuvent vérifier l'état de la station sportive et la nettoyer. Cependant, ils ne sont pas habilités à changer le matériel défectueux.

Bien entendu, il serait inconcevable de prendre le moindre risque. Les vis, boulons, etc. doivent être bien serrés et la machine clouée au sol. Aucun accident dû à un équipement en mauvais état ne pourrait être toléré.

Le matériel proposé sur les parcours de santé est évidemment très robuste. Malgré sa **durée de vie estimée entre 15 et 20 ans** selon les machines et revêtements, il s'use. Il peut donc mettre en danger ses utilisateurs s'il n'est pas entretenu régulièrement.

Ainsi, l'entreprise qui conçoit et installe le parcours de santé est responsable de la **fiabilité** de ses machines. Elle vient vérifier le circuit chaque semestre voire chaque trimestre en fonction du dispositif installé.

Cependant, les agents de mairie nettoient et vérifient la structure de façon hebdomadaire. Ainsi, si un défaut apparaît, il appartient au service de la ville de prévenir l'entreprise. Celle-ci vient alors le plus rapidement possible pour réparer ou même changer le matériel défectueux.



Vous l'aurez donc compris, l'entretien d'un parcours de santé implique un certain **coût**. Il faut payer les agents d'entretien ainsi que l'entreprise quand celle-ci intervient. Le budget pour l'entretien peut varier d'une centaine à des milliers d'euros selon le type de structure et les changements qu'il y a à faire ou non.

Toutefois, si l'installation des parcours de santé coûte plusieurs milliers d'euros, c'est aussi parce qu'ils ont une **durée de vie extrêmement longue**. En effet, il est très rare de devoir changer une structure entière. Il s'agit plutôt de bien entretenir le revêtement au sol qui s'use plus rapidement ainsi que le petit matériel d'attache et la peinture.

Par ailleurs, il convient également que plus les utilisateurs sont bienveillants et respectueux du parcours, plus la durée de vie de celui-ci est longue.



Un entretien en fonction de la structure

Il existe différents types de parcours de santé. Ainsi, les structures ne sont pas faites de la même manière et les équipements présents sont bien différents. Alors que l'entretien de certains équipements est simple et demande peu de retouches, d'autres doivent être plus fréquemment réparés. Bien sûr, cela n'est pas sans conséquence sur le budget alloué au dispositif.

LES PARCOURS DE SANTÉ DE TYPE GYMNASTIQUE

Les circuits essentiellement composés de structures comme des échelles, des barres fixes, des espaliers, etc. sont **plus faciles à entretenir**.

En effet, elles **se dégradent peu** et sont **extrêmement solides**. C'est le cas notamment des parcours types "street workout" ou encore "santé métal".

Attention, étant donné que les barres et échelles peuvent vous amener à être à plus d'un mètre de hauteur, le sol devra être équipé d'un revêtement particulier. Effectivement, le béton est trop dur pour réaliser une bonne réception. En général, ce sol demande un entretien très régulier.

Ces parcours permettent de travailler l'**endurance** et la **force** tout en souplesse et en équilibre. Ils sont à la fois musculation et gymnastique et sont favorables à la **prise de masse** comme à la **perte de poids**.



LES PARCOURS DE SANTÉ AVEC APPAREILS DE MUSCULATION

Il est vrai que si ce type de circuit séduit grand nombre de sportifs, il est aussi le plus **coûteux** et le plus **difficile à entretenir**.

Composé de petites vis et de mécanismes plus complexes, les machines ont tendance à casser. Bien qu'elles soient réparables la plupart du temps, il faut **racheter les pièces nécessaires** et faire appel à l'entreprise d'entretien plus régulièrement.

Ces machines ont tout de même leur place en ville. C'est un moyen de s'imaginer à la salle de fitness tout en profitant d'un espace extérieur et **gratuit**. C'est pourquoi les communes n'hésitent pas à prévoir un budget pour leurs amateurs de musculation.

Certains de ces parcours seront basés sur l'**endurance** et la **résistance** avec des machines comme le rameur, le vélo relax, etc.

D'autres proposent des appareils de musculation qui permettent de varier les charges et ainsi de travailler la **force** et la **pulsance**.

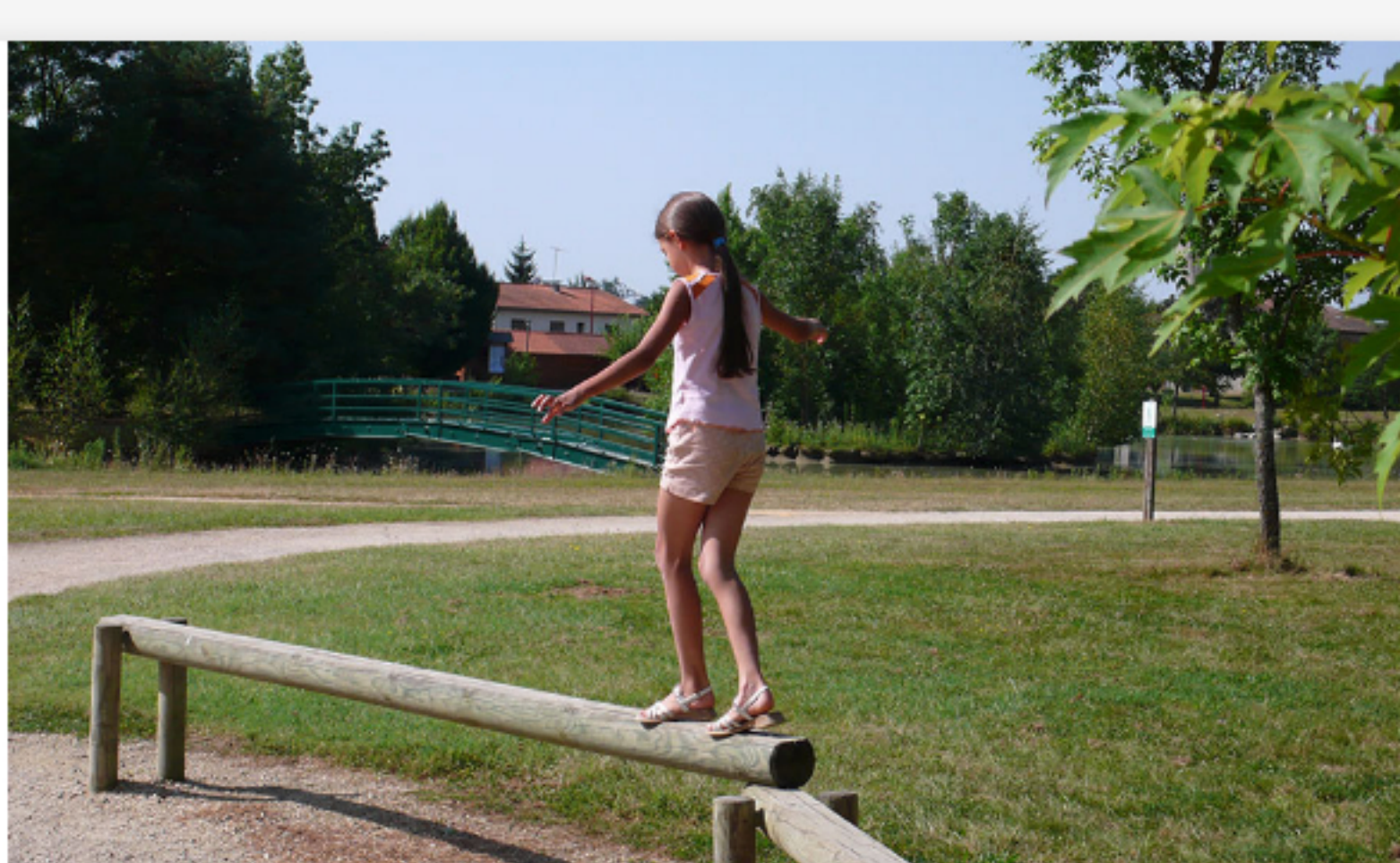
LES PARCOURS DE SANTÉ ÉVOLUTIFS

Ceux-ci ont l'avantage de pouvoir aussi bien **s'adapter aux enfants qu'aux adultes**. Ainsi, **peu importe votre niveau**, vous y trouverez votre bonheur.

Moins coûteux à l'installation, ils demandent tout de même un entretien certain de part leur revêtement en bois.

Ils permettent aux enfants de travailler leur **motricité** et leur **équilibre**. Tandis que les adultes peuvent profiter d'une structure adaptée pour un bon échauffement, un peu de musculation et des étirements.

Nous les retrouvons souvent dans les parcs et autres lieux boisés. Ils conservent l'esprit naturel de l'environnement.



Un entretien en fonction du revêtement

Bien évidemment, le revêtement des structures implique un entretien plus ou moins important. Certains matériaux sont plus résistants que d'autres aux intempéries et à l'usure.

LES PARCOURS DE SANTÉ EN MÉTAL

Ceux-ci sont les plus résistants aux intempéries et à l'usage des pratiquants. La vérification s'attarde sur les points d'ancrage au sol et entre les barres notamment. Il est plutôt rare qu'ils soient abîmés. La durée de vie de ce type de parcours est d'une vingtaine d'années.

Il faut également prêter attention à la peinture qui recouvre les agrès proposés. En effet, si celle-ci s'écaille, il est préférable d'intervenir rapidement pour éviter la corrosion et l'usure précoce.

Cependant, ces structures sont souvent hautes et il est donc nécessaire d'avoir un revêtement de réception au sol. Des copeaux en bois, au sable en passant par un sol playfix de street workout, vous avez le choix. Quoi qu'il en soit, c'est certainement ce qui demande le plus d'entretien sur ce type de parcours.

Les copeaux en bois et le sable doivent être remis régulièrement et le sol playfix doit faire l'objet d'une attention particulière. Il doit rester plat, ne pas avoir de craquelures, ni aucun défaut qui pourrait empêcher la bonne réception des utilisateurs.



LES PARCOURS DE SANTÉ EN BOIS

Le bois est un revêtement qui demande une attention particulière. En effet, malgré l'utilisation d'un bois résistant, c'est un matériau plus capricieux face aux intempéries. La durée de vie de ce type de station est d'une quinzaine d'années.

De plus, ces structures étant accessibles à tous les niveaux et tous les âges, on peut facilement imaginer qu'elles sont plus fréquemment utilisées.

Leur installation est donc moins coûteuse, certes, mais l'entretien est plus important. Les agents de mairie devront être particulièrement vigilants à la dégradation du bois.

LES PARCOURS DE SANTÉ AVEC MACHINES DE MUSCULATION

Les machines sont également en métal et recouvertes de peinture. Il convient donc de faire attention au revêtement comme pour un parcours de santé en métal. Par ailleurs, il faut vérifier que les vis et autres petits matériaux de fixation ne rouillent pas.

Ici, le sol n'a pas besoin d'un revêtement particulier. Les structures sont basses, vous êtes même assis sur la plupart d'entre elles. Les machines sont fixées au sol de façon stable. La vérification est donc plutôt rapide.

Quel entretien quotidien pour un parcours de santé ?

Les matériaux utilisés sont du bois, du métal, des plastiques recyclés, etc. Tout dépend du type de structure recherché. Il est vrai que dans un parc boisé, il est préférable de conserver l'aspect naturel. C'est pourquoi le bois et le plastique recyclé ont toute leur place. Mais leur durée de vie peut rapidement être limitée si le parcours sportif n'est pas entretenu régulièrement.

Les agrès sont pensés pour l'extérieur. Ils ont donc des revêtements résistants aux intempéries, aux fortes chaleurs et au froid. La peinture ne s'écaille pas au premier hiver et le bois ne se décompose pas à la première pluie.

Ni l'interdit d'utiliser des produits anti-corrosion, anti-rouille, etc. Cependant, que le parcours soit en bois ou en métal, les entreprises préconisent simplement de le karchériser. En effet, les différents produits peuvent être abrasifs et pourraient donc dégrader le matériel plus vite que prévu.

La vérification du bon fonctionnement d'un parcours de santé est hebdomadaire. La fréquence de nettoyage dépend du temps qu'il a fait les jours précédents et de l'état de l'installation sportive. Un nettoyage par semaine semble tout de même correct.

Par ailleurs, quand l'entreprise vient faire son check-up trimestriel ou semestriel, elle nettoie également en profondeur le matériel. Si elle estime qu'un produit supplémentaire est nécessaire, elle s'en chargera.

