

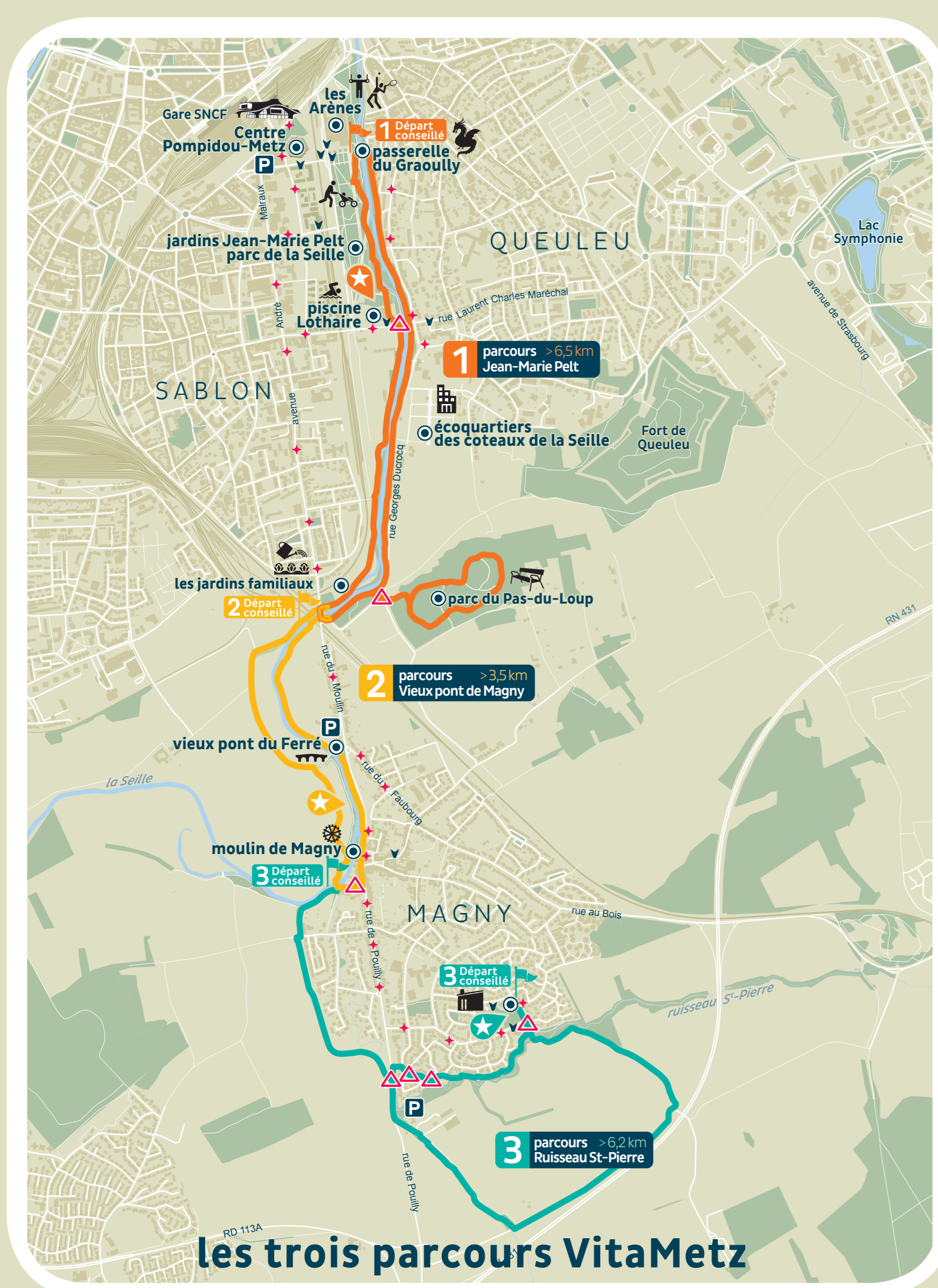
3

## parcours > 6,2 km Ruisseau Saint-Pierre

Le ruisseau St-Pierre est un cours d'eau qui borde les lotissements au sud de Magny, dont un quartier auquel il donne son nom. Il traverse en tout sept communes, dont Marly et Metz. Il est un affluent de la Seille, qu'il rejoint au niveau de la passerelle du lavoir. Pour éviter ses débordements, les habitants qui occupent ses rives sont à l'origine de la réalisation d'un canal de décharge qui se jette dans la Seille à hauteur des jardins familiaux.

### RETROUVEZ LA VITALITÉ PRÈS DE CHEZ VOUS

Envie de garder la forme sans quitter la ville ? C'est maintenant possible grâce à VitaMetz ! Ces parcours destinés à la pratique d'activités physiques urbaines vous font découvrir la ville. Ces circuits vous permettent d'emprunter des zones calmes, agréables et vertes comme les cours d'eau et les parcs naturels. Vous pouvez également profiter des aires d'agrès ainsi que du mobilier urbain qui ponctuent le parcours.



Vous pouvez pratiquer au choix :

- la course à pied
- la marche rapide ou découverte
- la musculation
- les pratiques douces

### MODE D'EMPLOI DU MOBILIER URBAIN

Certains éléments du mobilier urbain peuvent être utilisés dans le cadre d'exercices de musculation, d'étirement ou d'assouplissement. Exemple : monter et descendre les escaliers, faire des pompes en prenant appui sur un banc, etc.

