

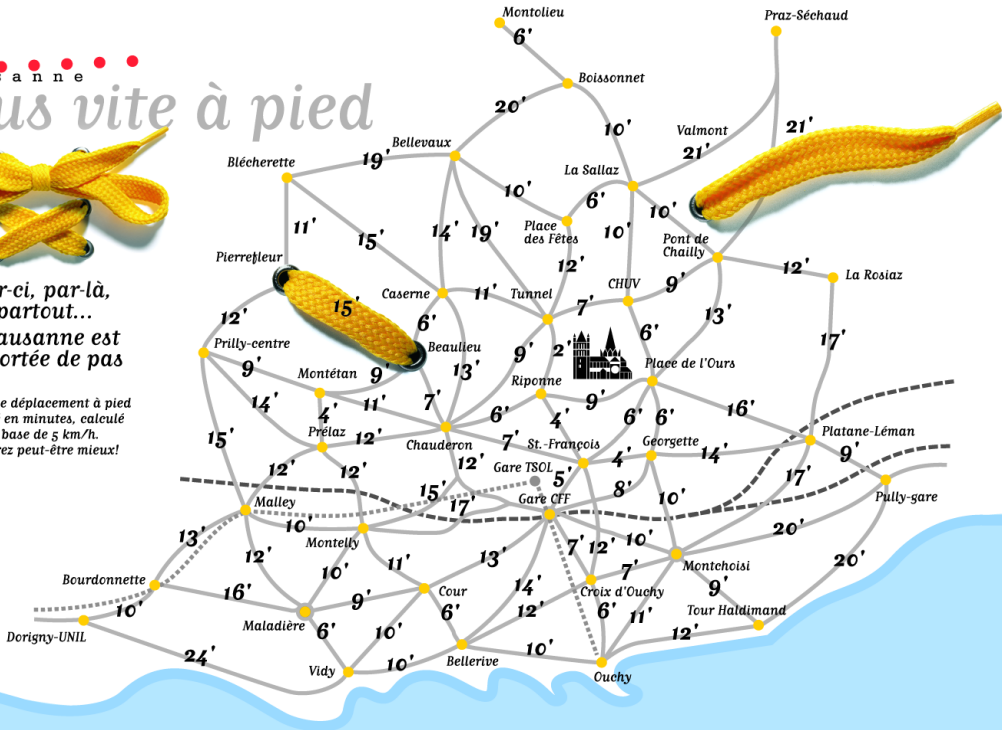
L a u s a n n e

plus vite à pied



Par-ci, par-là,
partout...
...Lausanne est
à portée de pas

Temps de déplacement à pied
exprimé en minutes, calculé
sur une base de 5 km/h.
Vous ferez peut-être mieux!



L a u s a n n e

il fait bon marcher

Marcher c'est se dépenser...sans dépenser.

Inutile d'y aller par quatre chemins, vos pieds représentent toujours le moyen de locomotion le meilleur marché qui soit.



Marcher c'est la liberté!

A toute heure, vous déambulez comme bon vous semble.

Rapidement ou tranquillement, seul ou en compagnie, vous passez d'un endroit à l'autre en empruntant la ligne droite ou les chemins de traverse.

A chacun sa voie.

Marcher c'est la santé. Avec une demi-heure de pratique quotidienne, on augmente sa capacité respiratoire, on entretient ses muscles et ses articulations; on lutte contre la prise de poids, l'hypertension, le diabète et l'ostéoporose.

Et puis si la montée vous fait rougir, essayez la descente. Faites-vous plaisir, "la marche à pied est encore le meilleur des exercices" disait Gide.

Marcher c'est se rencontrer. Rien de tel que l'espace public pour nouer des contacts et joindre l'utile à l'agréable.

Vive l'auto-mobilité !

Marcher c'est respecter son environnement. Pas besoin d'être Nobel de chimie pour savoir que les émissions en monoxyde de l'homo sapiens sont égales à zéro.

Merci pour les autres d'avoir de l'égard pour soi.

Renseignements: 021/315 55 15

êtes-vous auto-mobile?

Par-ci, par-là, partout...

...Lausanne est à portée de pas