

Un parcours de type *Trekfit*® à l'Externat Sacré-Cœur

Rosemère, le 31 août 2016 – Depuis sa fondation en 1976, l'Externat Sacré-Cœur s'est doté d'installations sportives de qualité pour sa jeune clientèle. Dans cet esprit, le collège et la Fondation de l'Externat ont travaillé en étroite collaboration afin de se procurer un parcours de conditionnement physique extérieur de type *Trekfit*®. Le concept est novateur : les modules ancrés dans le sol sont conçus en fonction de programmes d'exercices diffusés au moyen d'une application mobile.

Situé à Rosemère, l'Externat devient l'un des premiers collèges au Québec à offrir un tel aménagement à ses élèves. « Que ce soit aux heures de dîner, au moment des cours d'éducation physique et à la santé, dans le cadre d'activités parascolaires sportives ou à l'occasion des cours du profil Sport-santé, notre clientèle bénéficiera désormais d'une autre installation répondant aux besoins des jeunes qui désirent bouger. » mentionne Denyse Hébert, Directrice générale.

Valoriser un mode de vie actif figure parmi les orientations du projet éducatif de l'Externat Sacré-Cœur. Cet ajout aux nombreuses installations sportives déjà en place viendra renforcer l'acquisition de saines habitudes de vie chez les élèves.



Le tout nouveau parcours Trekfit® du collège situé dans l'environnement enchanteur du terrain de l'Externat

À propos de l'Externat Sacré-Cœur

L'Externat Sacré-Cœur est un établissement d'enseignement privé qui vise à donner aux jeunes de la région des Laurentides une solide formation générale sur laquelle ils pourront s'appuyer pour développer leur plein potentiel. Conscient de l'importance de s'ouvrir au monde, l'Externat veut permettre aux jeunes de développer l'ensemble de leurs talents afin de devenir des citoyens autonomes, responsables et engagés dans la société. Une équipe dynamique d'intervenants y travaille **avec passion... pour les élèves!**