

O'SPART

Quand l'Escalade et le Cross-Fit progressent ensemble !

La toute nouvelle salle de Cross-Fit O'Spart à Anthy sur Léman (74) sera inaugurée le 18 septembre 2017 et comprendra une structure Monkey Space de 18m2, un bloc d'escalade deux squash et un espace Street Workout. O'Spart est un concept innovant et complet de musculation au poids de corps « calisthénic », une solution holistique alliant le « Street Workout », le « Hard Training » les techniques d'escalade en Bloc, l'haltérophilie et le squash.

Ce sera l'une des premières et uniques salles en France qui va réunir un ensemble d'activités alliant force, endurance, fitness et escalade. Le développement du Cross-Fit, et de toutes les activités fitness et de l'escalade indoor sont aujourd'hui reconnus et très en vogue !

Pour O'Spart comme pour Entre-Prises, partager, échanger et créer une identité forte afin de permettre à toute personne d'atteindre ses objectifs en toute sécurité et avec bonne humeur sont des motivations premières.

Une première !

Escalade indoor et Cross-Fit

Le Cross-Fit (ou crosstraining) figure au rang des nouvelles activités fitness qui ont le vent en poupe. Il s'inspire de la gymnastique et de l'haltérophilie, et constitue un programme de préparation musculaire et cardio. Une séance de crossfit mobilise les muscles, fait travailler l'équilibre comme l'endurance, améliore la vitesse et la souplesse, et facilite la coordination des mouvements et l'équilibre.

L'escalade développe aussi toutes ses qualités. Ce sont bien des activités très complémentaires ou la nouvelle structure **Monkey Space** et un **espace de Blocs** ont toute leur place.

O'SPART

O'Spart est un centre pluridisciplinaire de 510m2 qui va offrir plusieurs univers

- 1) Cross-fit – Equipement Rogue (leader mondial)
- 2) Squash – Equipement ASB (leader Européen)
- 3) Escalade de bloc + Monkey Space (Entre-Prises)
- 4) Street WorkOut (Calisthenics) – courses à obstacle
- 5) Haltérophilie

Monkey Space et le Cross-Fit

Monkey Space est une structure innovante créée par Entre-Prises en 2017, qui révolutionne les entraînements des grimpeurs et des gymnastes. Le concept ? Permettre à l'utilisateur de choisir ses propres parcours d'entraînement car tous les accessoires (agrès et volumes) peuvent être déplacés sans outil spécifique. Auto-portée, de base cubique et ultra modulable, la structure s'accompagne de différents types d'agrès et d'accessoires évolutifs, pour personnaliser les parcours. Monkey Space offre des possibilités d'entraînement infinies dans un cadre sécurisé et ergonomique.

Disponible en 4 formats initiaux, elle permet de développer les capacités techniques et physiques des utilisateurs, quel que soit leur niveau !

C'est un nouvel outil d'entraînement évolutif et très ludique, simple à monter qui trouve sa place facilement dans toutes les salles d'escalade, de fitness ou les centres multi-loisirs qui souhaitent enrichir l'expérience de leurs clients.

C'est donc naturellement que Monkey Space s'installe à côté des blocs d'escalade et des salles de Cross Fit à O'Spart.

INFORMATIONS SPÉCIFIQUES

Le site web Monkey Space : <http://www.monkeyspace.entre-prises.com> contient de nombreuses vidéos et photos sur les événements et entraînement Monkey Space.

La salle O'Spart <http://www.o-spart.com/>

[5 Rue du Champs du Puits](#)
[74200 Anthy, Rhone-Alpes, France](#)
[Tél. : +33 \(0\)9 86 37 98 91](#)
[Port. : +33 \(0\)6 68 31 70 83](#)

CONTACTS

INFOCÎMES : Tél. : +33 (0) 4 50 47 24 61
Anne Gery : +33 (0)6 12 03 68
95 : annegery@infocimes.com
Geneviève Cadot: +33 (0)6 700 823 38
genevieve@infocimes.com

ENTRE-PRISES SAS
Hélène Baudrand
International marketing manager Entre-Prises SAS
Mobile : +33.7.85.03.46.74 / Skype : [hbaudrand.ep](https://www.skype.com/user/hbaudrand.ep)
hbaudrand@entre-prises.com

A PROPOS D'ENTRE-PRISES :

<http://www.entre-prises.com>

Pionnier dans l'industrie des structures d'escalade, Entre-Prises (EP) conçoit, fabrique et installe des solutions sur-mesure pour le développement de pratique de l'escalade dans le monde entier.

Des murs pédagogiques aux structures complexes des compétitions internationales, les solutions EP s'adaptent à tous les niveaux de grimpeurs.

EP se pose en véritable partenaire de proximité : structures artificielles, prises & accessoires mais aussi services de maintenance, de formation et d'ouverture de voie sont des solutions "à la carte" permettant d'accompagner au mieux les clients dans leurs projets.

Partenaire de l'IFSC (fédération internationale d'escalade sportive), EP a à cœur de participer activement au développement de l'escalade pour tous.

