



**MEXICO
CITY**

GRAND ANGLE**OÙ FAIRE SON JOGGING EN VILLE**

L'omniprésence des espaces verts surprend toujours les visiteurs à Mexico. S'agissant d'une métropole vaste, peuplée et tumultueuse, personne ne s'attend vraiment à y trouver autant d'arbres et de jardins, parfaits pour un jogging. Le **BOSQUE DE CHAPULTEPEC**, le plus grand parc d'Amérique latine situé au cœur d'une ville, est idéal pour courir le matin le long de ses allées. Un parcours intéressant débute à l'entrée principale de la Puerta de Leones et monte au Castillo, perché sur un sommet qui offre une vue spectaculaire sur la ville. Il file ensuite à la fontaine de Nezahualcōyotl, passe devant le totem canadien haut en couleur, s'engage dans la Calzada del Rey, flanquée de majestueux cyprès de marais mexicain, et débouche enfin sur les deux lacs. Éviter d'y aller après 11 heures le week-end. Dans la deuxième partie du Bosque, le jogging donne l'occasion de découvrir quelques pépites, comme la fantastique fresque murale de Diego Rivera, *L'eau, origine de la vie*, ou le bas-relief monumental de la fontaine de Tlāloc, représentant le dieu de la pluie jaillissant des eaux. Le Paseo de los Compositores mène à la monumentale fontaine Xochipilli – la plus grande d'Amérique latine –, sculptée d'aigles guerriers. Le **SOPE**, situé également sur le deuxième tronçon de Chapultepec, possède deux parcours, l'un de 2 km, l'autre d'environ 1 km, ainsi qu'une ligne droite de 100 mètres pour s'entraîner à la vitesse. Les pistes, dont le revêtement est en argile, sont éclairées à l'énergie solaire. À Polanco, autour du musée d'Anthropologie, le **CIRCUITO GANDHI** propose une piste de 2,5 km complètement plane, qui alterne sol souple et parties pavées. Le **VIVERO COYOACÁN** accueille, quant à lui, environ 1 000 coureurs par jour. Le plus grand circuit, 2,1 km de sol totalement plat et souple, fait le tour du site et permet de courir au milieu de la pépinière du parc. Enfin, le secret le mieux gardé de cette mégapole verte reste sans doute l'**ESPACIO ESCULTÓRICO DE L'UNAM**, le campus de l'université nationale autonome de Mexico, ponctué de sculptures majestueuses et d'une véritable mer de pierre de lave. Autre escapade autour de la capitale : le **BOSQUE DE TALPAN**, une aire naturelle protégée de 252 hectares située au sud et disposant de 9 circuits pour coureurs, dont un parcours de montagne, une piste en argile ainsi que des chemins pavés.

BOSQUE DE CHAPULTEPEC Paseo de la Reforma, Polanco, tél. 5281 5382,

<http://chapultepec.org.mx> 1^{re} section du parc, ouvert de 5 h à 20 h, fermé le lundi ;

2^e section, ouvert 24 h/24 ; El Sops, ouvert de 6 h à 22 h

VIVERO COYOACÁN Avenida Universidad s/n, Coyoacán, www.viveroscoyoacan.gob.mx,

ouvert tous les jours de 5 h à 17 h

ESPACIO ESCULTÓRICO DE L'UNAM Circuito Mario de la Cueva, Colonia Ciudad

Universitaria, métr. Universidad, www.cultura.unam.mx, ouvert de 9 h à 18 h,

fermé le samedi et le dimanche

BOSQUE DE TALPAN Camino a Santa Teresa s/n, Tlalpan, tél. 3097 8677,

www.bosquetlalpan.org.mx

ORANGE BEAUTÉ

[Pedregal 71, Colonia Lomas de Chapultepec](#)

[Métro Auditorio](#)

[Tél. 5540 5050](tel:55405050), www.orangebeaute.com

[Ouvert de 9 h à 19 h,](#)

[fermé le dimanche et le lundi](#)

SALON DE COIFFURE ET DE BEAUTÉ

Orange Beauté est l'institut le plus convoité du quartier sélect et résidentiel de Las Lomas, aussi bien pour les femmes que pour les hommes. Le lieu se compose d'espaces bien délimités, pour la coupe de cheveux adultes ou enfants, le coiffage, la coloration, la manucure et la pédicure, ou l'épilation. Après avoir passé quinze minutes entre les mains d'une manucuriste du salon, on ressort le sourire aux lèvres et les ongles impeccablement soignés. Le personnel est particulièrement bienveillant, ce qui assure à Orange Beauté une clientèle de nombreux fidèles.

ORANGE BEAUTÉ

[Pedregal 71, Colonia Lomas](#)

[Metro Auditorio](#)

[Tél 5540 5050](tel:55405050)

www.orangebeaute.com

[Open 9am to 7pm,](#)

[closed Sunday and Monday](#)

MANICURES, HAIR SALON

Orange Beauté is the preferred beauty salon of those who live in the exclusive residential district of Las Lomas. It offers hairstyling for women, men and children, along with depilation, manicures and pedicures. After fifteen minutes with the salon's manicurist, happy clients walk away with a manicure that retains its shine for at least ten days. Orange Beauté's particularly welcoming staff is another reason for the salon's loyal following.

