



Ethias 15 km de Liège Métropole
ou Baloise Antwerp 10 Miles

Préparez-vous dès maintenant avec ces 8 conseils d'entraînement

- ① avant de commencer un programme, faites-vous examiner par un médecin
- ② augmentez progressivement la durée en alternant avec quelques minutes de marche
- ③ une demi-heure d'exercice par jour est préférable que quatre heures par jour
- ④ pour vérifier votre fréquence cardiaque, utilisez un cardiofréquencemètre
- ⑤ évitez le surmenage en augmentant la fréquence de vos courses jusqu'à ce que vous puissiez courir environ trois fois par semaine, puis augmentez progressivement la durée de votre entraînement
- ⑥ courir sur un sol souple plutôt que dans la rue pour réduire le risque de surmenage
- ⑦ si vous ne pouvez plus parler normalement en courant, c'est que vous courez trop vite
- ⑧ s'étirer après chaque séance d'entraînement

allez-vous courir avec desco ?

En tant qu'installateurs fidèles, nous vous offrons, selon la coutume annuelle, l'inscription aux plus grandes courses à pied de notre pays : les 15 km de Liège Métropole et les Antwerp 10 Miles. Un endroit où déposer votre matériel à l'avance et et vous recevrez en plus un tee-shirt de course desco.

dimanche 14 avril 2024

Ethias 15 km de Liège Métropole

Les 15 km de Liège Métropole offrent un programme très complet et mettent en valeur les charmes et les richesses de Liège. Vous avez le choix entre 4 courses à pied (15, 7, 3 km et courses pour enfants), 2 randonnées (21 et 6 km) et 2 trails (42 et 21 km).



participer à Liège

scanner le code QR, choisissez «je m'inscris», choisissez votre parcours et rejoindre le groupe le code est **DESC10008**
inscription jusqu'au 01/04/2024

dimanche 21 avril 2024

Baloise Antwerp 10 Miles

Le Baloise Antwerp 10 Miles est sans aucun doute le plus grand festival de course à pied du pays. Les participants ont le choix entre 10 Miles (16 km) ou la Baloise Antwerp Short Run 6,8 km. Pour les enfants de moins de 12 ans, il y a le Kids Mile (1,8 km).



participer à Anvers

scanner le code QR choisissez le parcours à l'avance et «rejoindre le groupe» le code est **DESC12743**
inscription jusqu'au 08/04/2024



attention :
inscrivez-vous rapidement !
les places sont limitées

jours de démo Spirotech

Qui est le mieux placé pour décrire les produits, techniques et matériaux ? Le fabricant, évidemment. Nous organisons les jours de démo en collaboration avec nos fournisseurs. De quoi offrir à tous nos clients des informations de qualité.

Pionnier et leader incontesté du marché de la qualité de l'eau des systèmes de chauffage et de refroidissement, Spirotech est depuis longtemps recommandé par les principaux fabricants internationaux de chaudières et de pompes à chaleur, ainsi que par les principaux installateurs et consultants dans le cadre de projets résidentiels et commerciaux. Découvrez aujourd'hui la gamme étendue qui place Spirotech à la pointe de l'innovation et de la performance.



Dison	6 février	13-17 h
Liège Ans	8 février	8-17 h
Lier	13 février	8-12 h
Lummen	22 février	8-17 h
Malmedy	6 février	8-12 h

Mons	1 février	13-17 h
Namur Jambes	13 février	8-12 h
Turnhout	6 février	8-12 h
Wijnegem	20 février	8-17 h

la campagne d'épargne est définitivement terminée !

les points desco restent encore valables jusqu'au 01 mars 2024

Notre campagne d'épargne, par laquelle nous récompensons nos clients avec une série d'incitations, est terminée. **Les points desco restent valables jusqu'au 1er mars 2024**, après quoi ils n'ont plus aucune valeur. Vous pouvez encore les échanger dans les magasins de vins de qualité Magnus ou les donner à l'association Make-a-Whish. Plus d'infos auprès de votre représentant desco ou dans un point de vente desco près de chez vous.



Pipelife Master3Plus
gamme rénovée



En plus des tuyaux lisses de 3 et 5 m, nous élargissons la gamme de tuyaux Master3Plus en y ajoutant des tuyaux manchonnés en petites longueurs. La nouvelle gamme de tuyaux manchonnés est disponible pour les diamètres 32 à 110 mm et dans des longueurs unitaires de 0,50 m à 2 m, en complément des raccords manchonnés de 15 et 25 cm.

Les tuyaux manchonné Master3Plus, comme les tuyaux lisses existants, sont constitués de 3 couches qui garantissent l'insonorisation. Notre technologie de pointe améliore la qualité de vie générale et augmente la valeur de votre propriété en éliminant complètement la pollution sonore provenant des pièces ou appartements voisins.

Le joint d'étanchéité en EPDM graissé à double lèvres et la bague intérieure bleue assurent une étanchéité parfaite et reflètent la qualité de Master3Plus.

actualités de notre e-shop

enregistrer et gérer des articles

Les articles ou compositions fréquemment commandés peuvent être enregistrés en tant que favoris. De cette façon, vous n'avez pas à continuer à les chercher. Dans l'aperçu des favoris, vous pouvez comparer les articles ou les ajouter à un panier. Il est possible de sauvegarder plusieurs paniers. Par exemple, vous pouvez créer et remplir un panier différent pour chaque chantier, entrepôt ou fourgon.

Vous créez vous-même votre liste de favoris et elle disparaît en la supprimant. Vous pouvez également créer vous-même des paniers et les faire disparaître en passant

commande ou en les supprimant. Votre top 100 est une liste de favoris distincte que vous pouvez convertir en panier et ensuite en devis ou en commande. La vie peut être aussi simple.

Copier votre commande ou votre devis dans un nouveau panier est un jeu d'enfant. Cliquez sur « panier » sur la page de détail et la boutique en ligne remplira un nouveau panier avec tous les articles en stock et de référence de la commande concernée. Le numéro de commande est repris en référence comme nouveau nom de panier. Facile et pratique.