



# coop

## Duel intercommunal

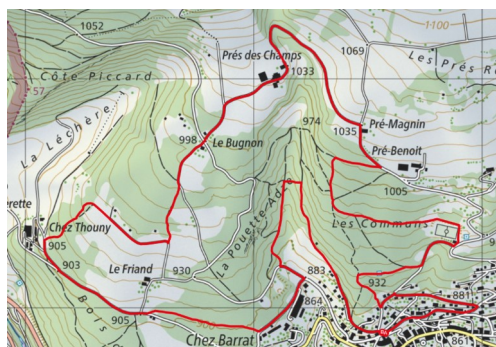


Le « Duel intercommunal Coop » est le plus grand programme national **gratuit** destiné à encourager l'activité physique au sein de la population, mise en place par l'Office fédéral du sport en 2005.

Cette initiative se déroule sur le mois de mai. Durant cette période chacune et chacun peut accumuler des minutes de mouvement pour sa commune et ainsi l'aider à remporter le titre de "la commune de Suisse qui bouge le plus".

Pour soutenir ta commune et accumuler des minutes de mouvement :

- **tu peux télécharger l'app gratuite.** Avec la fonction de chrono de l'app, tu enregistres les minutes de toutes tes activités sportives accomplies durant le mois de mai!
- **tu peux participer aux activités proposées si-dessous :**



Durant tout le mois, découvre le parcours cross de 8km des Courses des Lions préparé et offert par le Ski-Club.

|                 | Horaires      | Activité                                  | Lieu / RDV                 | Offert par       |
|-----------------|---------------|---|----------------------------|------------------|
| Lundi 9 mai     | 17h15 - 19h00 | Entraînement de foot pour les 11-12 ans   | Terrain de sport           | FC Val-Bal       |
|                 | 19h00 - 20h00 | Pilates dès 16 ans                        | Vieux-Collège              | Manon Leresche   |
| Mardi 10 mai    | 16h30 - 18h30 | Tennis – Plaisir de jeux pour les enfants | Terrain de sport           | Tennis Club      |
|                 | 19h00 - 20h30 | Entraînement de foot pour les +17 ans     | Terrain de sport           | FC Val-Bal       |
| Mercredi 11 mai | 16h30 - 18h00 | Entraînement de foot pour les 5-8 ans     | Terrain de sport           | FC Val-Bal       |
|                 | 12h00 - 13h00 | Zumba                                     | Parking CeVi               | Cindy Leresche   |
| Jeudi 12 mai    | 17h30 - 19h00 | Entraînement de foot pour les 13-17 ans   | Terrain de sport           | FC Val-Bal       |
|                 | 18h00         | VTT/VTT électrique                        | La Cure                    |                  |
| Vendredi 13 mai | 19h30 - 20h30 | Mélody Fit                                | CeVi*                      | Karin Nicolet    |
|                 | 18h15 - 19h30 | Entraînement de foot pour les 9-10 ans    | Terrain de sport           | FC Val-Bal       |
| Lundi 16 mai    | 17h30 - 18h45 | Gym garçon 7-11 ans                       | CeVi                       | Amis-Gym         |
|                 | 19h00 - 20h00 | Gym grandes filles 10-15 ans              | CeVi                       | Amis-Gym         |
| Mardi 17 mai    | 20h00 - 22h00 | Volleyball dès 16 ans                     | CeVi                       | Amis-Gym         |
|                 | 17h00 - 18h00 | Hip-Hop                                   | Cours de l'école           | Violaine Murugan |
|                 | 17h00 - 18h00 | Gym mini-mixte 4-5 ans                    | CeVi                       | Amis-Gym         |
|                 | 18h00 - 20h00 | Gym agrès dès 10 ans                      | CeVi                       | Amis-Gym         |
| Mercredi 18 mai | 20h15 - 22h00 | Gym mixte dès 16 ans                      | CeVi                       | Amis-Gym         |
|                 | 9h30 - 11h00  | Marche senior                             | La Cure                    | J-B. Leresche    |
|                 | 18h00 - 19h00 | Basket enfants 9-15 ans                   | CeVi                       | Amis-Gym         |
| Jeudi 19 mai    | 19h00 - 20h00 | Basket adultes dès 16 ans                 | CeVi                       | Amis-Gym         |
|                 | 9h00 - 10h00  | Gym parents-enfants                       | CeVi                       | Amis-Gym         |
|                 | 16h15 - 17h30 | Gym petites filles 7-10 ans               | CeVi                       | Amis-Gym         |
|                 | 18h00 - 20h00 | Découverte du stand de Tir                | Stand de Tir de la Léchère | Amis Tireurs     |
| Vendredi 20 mai | 18h00 - 20h00 | Athlétisme 8-20 ans                       | Terrain de sport           | Amis-Gym         |
|                 | 20h00 - 22h00 | Badminton                                 | CeVi                       | Amis-Gym         |
|                 | 19h00 - 21h00 | Initiation uni-hockey dès 16 ans          | CeVi                       | Jeunesse         |

\*CeVi = Centre Villageois

Plus d'informations et d'activités sur [www.duelintercommunalcoop.ch](http://www.duelintercommunalcoop.ch) ou auprès de Sonia Guédât 079 / 772 93 68

