

Commission culturelle et sociétés locales de Vully-les-Lacs.

Pour sa première édition, la commune de Vully-les-Lacs participe et invite ses citoyens à se mobiliser dans des activités sportives gratuites mise à disposition par ses sociétés locales.

Soyez partie prenante de cette compétition amicale contre les autres communes de la région et de Suisse.

Tentons tous ensemble de prouver à nos voisins que les Vulliérains sont non seulement de bons vivants, mais aussi de bons sportifs.

Bougez pour Vully-les-Lacs

Retrouvez les activités de la commune sur:

- duelintercommunalcoop.ch/zip/1585

Télécharge l'App!

Avec l'application mobile du «Duel intercommunal Coop» tu peux accumuler en tout temps des minutes de mouvement pour la commune de ton choix. De plus tu peux créer ton propre challenge et défier tes amis, ta famille ou tes collègues de travail.





Contact Office du tourisme Vully-les-Lacs Tél: 026 520 75 20

Email: tourisme@vully-les-lacs.ch

De quoi s'agit-il?

Durant le mois de mai, la population accumule des minutes de mouvement dans les quatres coins de la Suisse. Chaque participant peut choisir la commune pour laquelle il accumule des minutes. Plus il fait des activités, plus le compteur de sa commune augmentera. A la fin du projet, les 3 communes de chaque catégorie (selon le nombre d'habitants) avec le plus grand nombre de minutes seront couronnées «commune de la Suisse qui bouge le plus» et recevront un prix en espèces à utiliser pour un projet sportif au sein de la commune. Environ 180 communes proposent à la population des activités sportives gratuites du 1er au 31 mai.





/ully-les-Lacs

Sponsors locaux et partenaires







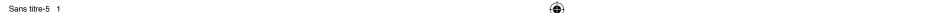






29.03.22 10:43





Duel intercommunal



Programme du 1er mai Salle de gym de Salavaux

Activité 1: Zumba Gold

Description: Mélange d'éléments d'aérobie et de mouvements de danse. Adapté à tous, plus facile que la Zumba classique.

Public: Accessible pour tous

Horaire: 10h00-10h30

Activité 2: Ski - simulation de descente

Description: Venez dévaler les pistes d'une grande étape de compétition européenne sur grand écran avec le skieur Pierre Bovet.

> Public: Accessible pour tous Horaire: 10h45-11h15

Activité 3: Zumba Fitness

Description: Prenez part à un cours de Zumba pour vous entraîner sur de la musique endiablée.

Public: Personnes actives Horaire: 11h30-12h00

Activité 4: Renforcement musculaire

Description: Exercices de renforcement

musculaire et stretching

N'oubliez pas votre tapis de gym!

Public: Accessible pour tous Horaire: 12h15-12h45

Programme du 2 au 31 mai

Yoga - Yoga with Nadia

Emplacement: Ch. du Stand 19, Lugnorre

Âge: Pour tous

2 mai 09h30-10h30 9 mai 17h30-18h30 4 mai 09h30-10h30 17h30-18h30 11 mai

Gym - Gym enfantine

Emplacement: Salle de gym de Salavaux

Âge: de 5 à 7 ans

Sur inscription: 077 491 13 35

17h00-18h00 **12 mai** 5 mai 17h00-18h00

Gym - Fun gym

Emplacement: Salle de gym de Salavaux

Âge: de 10 à 16 ans

Sur inscription: 079 447 81 26

18h00-19h30 18h00-19h30 5 mai 12 mai 18h00-19h30 26 mai 18h00-19h30 19 mai

Gym - Polysport

Emplacement: Salle de gym de Salavaux

Âge: de 10 à 16 ans

Sur inscription: 079 753 70 92

11 mai 18h00-19h00 **25 mai** 18h00-19h00

Gym - Agrès: Saut - Reck

Emplacement: Salle de gym de Salavaux

Âge: dès 6 ans

Sur inscription: 079 753 70 92 **17 mai** 17h00-19h00

Gym - Agrès: anneaux - Sol

Emplacement: Salle de gym de Salavaux

Âge: dès 6 ans

Sur inscription: 079 684 14 70 **27 mai** 18h30-20h00

Gym - Parents - enfants

Emplacement: Salle de gym de Salavaux

Âge: dès 1 an

Sur inscription: 079 206 37 37 **18 mai** 16h00-17h00

Course à pied - VullyRun

Emplacement: Salle de gym de Salavaux

Âge: Pour tous

5 mai 19h00 10km

19h00 9.8km | Parcours officiel de la course 24 mai

Badminton - Découverte encadrée

Emplacement: Salle de gym de Salavaux

Âge: Dès 9 ans

5 mai 19h30-21h00 **12 mai** 19h30-21h00

19 mai 19h30-21h00

Badminton - Jeu libre

Emplacement: Salle de gym de Salavaux

Âge: Adultes

21h00-22h30 21h00-22h30 12 mai

19 mai 21h00-22h30

Badminton - Découverte & Jeu libre Emplacement: Salle de gym de Salavaux

Âge: Pour tous

Sur inscription: laurent@Imeuwly.ch

06 mai 18h00-22h00 **13 mai** 18h00-22h00

Badminton - Tournoi populaire double 🧗

Emplacement: Salle de gym de Salavaux

Âge: Pour tous

Sur inscription: laurent@Imeuwly.ch

08h00-17h00 14 mai