

coop



DUEL

INTERCOMMUNAL

**Dynamique
et active**

BEX

la ville sportive

du 1er mai au 2 juin 2024
notre commune participe !

DUEL INTERCOMMUNAL
BATTONS NOTRE RECORD DE
530'328 MINUTES DE 2023 !

www.duelintercommunalcoop.ch/zip/1880

coop

groupe mutuel

UN PROJET DE
suisse.bouge

Partenaires médias:

Le Matin
Dimanche

24heures

NOUVEAUTÉ 2024 !

Cette année, les sociétés suivantes ouvrent leurs cours habituels et vous proposent de cumuler des minutes durant tout le mois de mai.

FSG Bex

🕒 **LE MARDI** 19h30 > 20h30

Zumba Fitness Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans, cardio intensif

🕒 **LE MERCREDI** 17h00 > 17h45

Body-Soft Centre sportif de la Servanne

Public : dès 55 ans - PAS DE COURS LE 22 MAI

🕒 **LE MERCREDI** 18h00 > 19h00

Zumba Gold Centre sportif de la Servanne

Public : dès 35 ans - PAS DE COURS LE 22 MAI

🕒 **LE JEUDI** 19h00 > 19h45

Zumba STEP Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans - PAS DE COURS LE 23 MAI

🕒 **LE JEUDI** 19h45 > 20h30

Evolution Body Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans - PAS DE COURS LE 23 MAI

SFEP

🕒 **LE LUNDI** 18h00 > 19h00

Gym danse fun Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : 7 à 11 ans

🕒 **LE JEUDI** 20h15 > 21h15

Danse contemporaine Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 15 ans

La Foulée Bellerine

🕒 LE JEUDI 18h30 > 19h30

Parcours Vita

Piste Vita

Public : ouvert à tous
Informations au 076 349 45 17

Commission des sports / Foulée Bellerine

🕒 LE LUNDI 18h30 > 19h30

Marche / Course à pied Centre sportif de la Servanne

Public : ouvert à tous

Aikido Club

🕒 LE LUNDI ET LE JEUDI 19h30 > 21h00

Aikido self-défense Dojo du Pré-de-la-Cible 4

Public : dès 16 ans

Gym d'Or

🕒 LE MARDI 16h45 > 17h45

Gym en salle Centre sportif de la Servanne

Public : de 40 à 93 ans

Un tournoi de pétanque inter-sociétés sera organisé durant le mois de mai



COUP de BALAI



7 mai
2024

Rejoignez nos jeunes en vous inscrivant :

commune@bex.ch

L'opération de ramassage des déchets dans les rues de Bex se terminera sur la Place du Marché, où des zones de tris seront installées pour les déchets récoltés.

Dans le cadre de cette opération, du matériel (gants et sacs poubelles) sera disponible à la Commune de Bex.

INFOS GÉNÉRALES

En principe, les activités se déroulent **par tous les temps**, mais certaines d'entre elles **peuvent être annulées** en fonction de conditions météorologiques défavorables. En cas de **grosses chaleurs**, prendre de quoi s'hydrater !

Votre participation aux activités n'entraîne **aucune obligation d'adhésion** aux sociétés qui les mettent sur pied.

Chaque participant doit être **personnellement assuré** contre les accidents. Attention : certaines activités nécessitent une **inscription préalable**, merci d'en tenir compte.

Images : Des photos seront prises durant toute la semaine, si vous ou votre enfant ne désirez pas être pris en photo, merci de nous en informer avant l'activité. Ces photos seront publiées sur les réseaux sociaux ainsi que le site de la Suisse Bouge.



Un t-shirt souvenir sera offert aux personnes qui auront participé **AU MINIMUM à 3 activités (2 activités pour les 4 - 6 ans)** sur des jours différents + **au GO FOR FIVE** (parcours autour du Montet) le samedi 1er ou le dimanche 2 juin.

SAMEDI 4 MAI

🕒 14h00 > 16h00 **E-bike parcours VTT électrique**

Commission des sports

Place du Marché

Public : dès 14 ans

Matériel : casque obligatoire - VTT électrique

DIMANCHE 5 MAI

🕒 09h00 > 11h00 **Trail route (7 à 10 km)**

La Foulée Bellerine

Pré-de-la-Cible

Public : plusieurs niveaux

Informations au 076 349 45 17

MARDI 7 MAI

🕒 18H30 > 20h00 **Balade canine**

Commission des sports

Stand de Vauvrisse

Public : dès 16 ans, prendre son toutou...

JEUDI 23 MAI

🕒 21H30 > 22h30 **Balade au clair de lune**

Commission des sports

Stand de Vauvrisse

Public : dès 16 ans

Matériel : lampe frontale, chaussures de marche

SAMEDI 25 MAI

🕒 09h00 > 22h00 **Tournoi de unihockey**

Association B-Events

Centre sportif de la Cible

Public : dès 16 ans

Matériel : canne d'unihockey, tenue de sport, baskets d'intérieur

Restauration et bar **Inscription : assoc.bevent@gmail.com**

DIMANCHE 26 MAI

🕒 10h00 > 13h00 **Randonnée / Trail**

Commission des sports / Foulée Bellerine

Usine de Peuffeyre

Randonnée : tous niveaux, enfants bons marcheurs sans poussette

Matériel : chaussures de marche, boisson, petit ravitaillement.

Essayez de porter du rouge et/ou du blanc

Trail : coureurs

Peuffeyre > Pont-de-Nant par les gorges, possibilité de pique-niquer à l'arrivée. La descente peut se faire en transports publics

Infos : 079 636 55 18 / 079 787 53 58 / 079 209 54 53

LUNDI 27 MAI

🕒 09h00 > 10h00 Pilates

Ecole de danse L'Alternative

Stand de Vauvrisse

Public : dès 16 ans
Matériel : tapis de gym

🕒 13h30 > 14h15 CIRCL-Mobility

Commission des sports

Stand de Vauvrisse

Public : dès 16 ans
Matériel : tapis de gym
Remarque : Circl Mobility est une méthode d'exercice axée sur l'amélioration de la mobilité articulaire, la flexibilité et la stabilité corporelle. Elle utilise des mouvements circulaires pour renforcer les articulations, augmenter la flexibilité, et développer la stabilité. Cette approche favorise également la relaxation, la concentration et le bien être mental.

🕒 16h30 > 17h30 Modern-Jazz

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 8 à 10 ans
Matériel : tenue de sport, cheveux attachés
Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 16h30 > 17h30 Gym enfantine

SFEP

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : 4 à 6 ans
Matériel : tenue de sport, baskets

🕒 16h30 > 17h30 Parents-Enfants

SFEP

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : 2.5 à 4 ans, avec un parent
Matériel : tenue de sport

🕒 17h30 > 18h30 Modern-Jazz

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 11 à 12 ans
Matériel : tenue de sport, cheveux attachés
Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 17h30 > 19h30 Initiation au foot

FC Bex

Stade du Relais

Public : 17h30-18h30 : 5 à 9 ans / 18h30-19h30 : 10 à 14 ans
Matériel : tenue de sport
Informations : info@fc-bex.ch

🕒 18h00 > 19h00 Gym danse fun

SFEP Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : 7 à 11 ans
Matériel : tenue de sport, baskets

🕒 18h00 > 20h00 Initiation au BMX

BMX Club Chablais Piste de bicross, Rte des Mines de sel

Public : dès 6 ans
Matériel : BMX ou VTT, genouillères, coudières et gants

🕒 18h00 > 19h00 Initiation au karaté

Shotokan karaté Salle de la Servanne

Public : dès 12 ans
Matériel : tenue de sport - le karaté se pratique pieds nus

🕒 18h30 > 19h45 Modern-Jazz

Ecole de danse L'Alternative Rte des Courtraits 8

Public : 13 à 16 ans
Matériel : tenue de sport, cheveux attachés
Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 18h30 > 20h00 Marche

Commission des sports Piste Vita

Public : dès 8 ans
Matériel : tenue de sport, chaussures de marche

🕒 19h30 > 21h00 Aikido - self-défense

Aikido Club Bex Dojo du Pré-de-la-Cible 4

Public : dès 16 ans
Matériel : tenue de sport, pieds nus
Informations et inscription obligatoire au 079 241 57 49 jusqu'au 26 mai 2024

🕒 19h30 > 20h30 Répétition de défilé

Union Instrumentale Rue du Signal 8

Public : tout public

MARDI 28 MAI

🕒 09h00 > 09h45 **CIRCL-Mobility**

Commission des sports

Stand de Vauvrisse

Public : dès 16 ans
Matériel : tapis de gym
Remarque : Circl Mobility est une méthode d'exercice axée sur l'amélioration de la mobilité articulaire, la flexibilité et la stabilité corporelle. Elle utilise des mouvements circulaires pour renforcer les articulations, augmenter la flexibilité, et développer la stabilité. Cette approche favorise également la relaxation, la concentration et le bien être mental.

🕒 15h00 > 15h45 **Danse assise**

Résidence Grande Fontaine

Rte de l'Infirmierie 17-19

Public : ouvert à tous
Inscription obligatoire au 024 463 91 69

🕒 16h30 > 17h30 **Danse classique**

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 8 à 10 ans
Matériel : tenue de sport, cheveux attachés
Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 16h45 > 17h45 **Gym en salle**

Gym Âge d'Or

Salle de gym de la Servanne

Public : de 40 à 93 ans
Matériel : habits confortables, baskets d'intérieur

🕒 17h00 > 18h00 **Gym Parents-Enfants**

FSG Bex

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 2 ans, avec un parent
Matériel : tenue de sport

🕒 17h30 > 18h30 **Danse classique**

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 11 à 12 ans
Matériel : tenue de sport, cheveux attachés
Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 18h00 > 19h00 **Badminton**

Commission des sports

Salle de gym de la Servanne

Public : 10 à 16 ans
Matériel : tenue de sport, baskets

🕒 18h00 > 19h00 Gym enfantines

FSG Bex Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : 4 à 6 ans
Matériel : tenue de sport

🕒 18h00 > 19h30 Gym petites

FSG Bex Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : 6 à 9 ans
Matériel : tenue de sport

🕒 18h40 > 19h50 Aikido - self-défense

Aikido Club Bex Dojo du Pré-de-la-Cible 4

Public : dès 16 ans
Matériel : tenue de sport, pieds nus
Informations et inscription obligatoire au 079 241 57 49 jusqu'au 26 mai 2024

🕒 18h15 > 19h00 Basketball

Commission des sports Terrain de sport de la Servanne

Public : 11 à 16 ans
Matériel : tenue de sport, baskets

🕒 19h00 > 20h00 Badminton

Commission des sports Centre sportif de la Servanne

Public : dès 16 ans
Matériel : tenue de sport, baskets

🕒 19h30 > 20h30 Zumba Fitness

FSG Bex Centre sportif Pré-de-la-Cible - salle 1

Public : dès 16 ans - mixte
Matériel : tenue de sport - baskets pour intérieur ou extérieur selon météo

🕒 20h00 > 21h00 Gainage et renforcement

Ski-Club Bex Centre sportif de la Servanne

Public : dès 16 ans - mixte
Matériel : tenue de sport
Remarque : travail au sol et ballon thérapeutique, tout niveau

MERCREDI 29 MAI

🕒 09h00 > 10h00 Pilates

Ecole de danse L'Alternative

Stand de Vauvrisse

Public : dès 16 ans
Matériel : tapis de gym

🕒 10h30 > 11h30 Danse classique

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : adultes débutants
Matériel : tenue de sport, cheveux attachés
Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 13h00 > 15h00 Tennis

Club de tennis de Bex

Terrain de tennis Pré-de-la-Cible

Public : 13h00-14h00 : 6 à 10 ans / 14h00-15h00 : 10 à 16 ans
Matériel : tenue de sport, casquette, baskets
Inscription obligatoire par SMS au 079 464 21 04
Uniquement par beau temps

🕒 13h30 > 14h00 CrossFit kids

CrossFit Nox

Route de l'Aérodrome 3

Public : 4 à 7 ans
Matériel : tenue de sport, baskets, gourde
Infos et inscription obligatoire au 078 695 70 58

🕒 14h00 > 17h00 Initiation au lancer de hache

AXERS

Route de Massongex 4

Public : dès 10 ans, accompagné par un adulte responsable
Matériel : chaussures fermées
Inscription obligatoire à bex@axers.net, merci de préciser l'heure souhaitée

🕒 14h00 > 16h00 Grimpe en salle

CAS Argentine

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : 14h00-15h00 : 6 à 10 ans / 15h00-16h00 : 10 à 16 ans
Matériel : tenue de sport, baskets d'intérieur
Inscription obligatoire au 079 271 96 53

🕒 14h00 > 15h30 Lance incendie et coordination

Jeunes Sapeurs Pompiers (JSP) des Salines

Cour d'école du BAP

Public : 12 à 16 ans
Initiation à la lance et jeux de coordination
Inscription au 079 228 65 23 ou jsp@jsp-salines.ch

🕒 14h30 > 16h30 Beach Volley

Le Minot Terrain de beach volley de la Servanne

Public : 10 à 18 ans
Matériel : tenue de sport

🕒 15h00 > 16h00 Marche

Résidence Grande Fontaine Route de l'Infirmierie 19

Public : ouvert à tous, marche adaptée à des personnes âgées et aux tout petits

Inscription obligatoire au 024 463 91 69

🕒 15h00 > 16h00 Eveil initiation à la danse

Ecole de danse L'Alternative Rte des Courtraits 8

Public : 4 à 7 ans
Matériel : habits de sport, cheveux attachés

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 15h00 > 17h00 Initiation roller/biathlon

Ski-club Bex Cour d'école de la Servanne

Public : 8 à 16 ans
Matériel : rollers, casque
Remarque : activité avec arrivée libre entre 15h et 17h
durée de l'activité env. 30 min.

Renseignements au 078 620 27 90

🕒 16h15 > 19h15 Hip Hop

Ecole de danse L'Alternative Rte des Courtraits 8

Public : 16h15-17h15 : 8 à 10 ans / 17h15-18h15 : 11 à 12 ans
18h15-19h15 : dès 13 ans

Matériel : habits de sport, cheveux attachés

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 17h00 > 17h45 Body-soft

FSG Bex Centre sportif de la Servanne

Public : dès 55 ans
Matériel : tenue de sport - tapis de gym

🕒 17h30 > 18h30 CrossFit Teens

CrossFit Nox Route de l'Aérodrome 3

Public : 8 à 15 ans
Matériel : tenue de sport, baskets, gourde
Infos et inscription obligatoire au 078 695 70 58

MERCREDI 29 MAI

🕒 18h00 > 19h00 **Zumba Ado**

FSG Bex

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 10 ans

Matériel : tenue de sport, baskets

Informations au 079 209 54 53

🕒 18h00 > 19h00 **Zumba Gold**

FSG Bex

Salle de la Servanne

Public : dès 35 ans

Matériel : tenue de sport, baskets pour l'intérieur

🕒 19h30 > 21h30 **Grimpe en salle**

CAS Argentine

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans

Matériel : tenue de sport

Inscription au 079 436 74 48

🕒 19h00 > 21h00 **Beach-Volley**

Volley-Détente

Centre sportif de la Servanne

Public : dès 16 ans

Matériel : tenue de sport, baskets d'intérieur ou extérieur selon le lieu

Informations et inscription au 079 449 58 59, en cas de mauvais temps déplacé au Centre sportif Pré-de-la-Cible

🕒 19h00 > 20h30 **Tai-Jitsu**

Ecole de Tai-jitsu du Chablais

Dojo du Pré-de-la-Cible 4

Public : dès 12 ans

Matériel : tenue de sport ou kimono

Informations au 079 325 91 35

🕒 19h30 > 20h30 **Strong**

FSG Bex

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans, cardio intensif, entraînement HIIT (haute intensité)

Matériel : tenue de sport, tapis de gym, gourde

🕒 19h30 > 20h30 **Pilates**

Ecole de danse L'Alternative

Stand de Vauvrisse

Public : dès 16 ans

Matériel : tapis de gym

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

MERCREDI 29 MAI



🕒 13H15 > 17H30 **TrekkMines Mines Aventures**

Les Mines de Sel de Bex

dans les Mines de Sel de Bex

Public : dès 8 ans, les enfants et les jeunes de moins de 18 ans doivent être accompagnés d'un adulte responsable (prenant également part au Trekkmines).

Matériel : Souliers de marches - habits peu dommages (température à l'intérieur de la Mine est d'environ 17°C) - lampe frontale - petit en-cas pour la pause

Infos : environ 3 km - Dénivellation 180 m. en galerie
Durée du parcours : 3h30

Rendez-vous à 13h15 sur le Site du Bouillet

Infos et inscription obligatoire au 079 636 55 18 jusqu'au 27 mai 2024 - 30 personnes maximum

Ce parcours TrekkMines commence par la montée à pied (env. 20 min.), à travers la forêt du Fondement, jusqu'à la Galerie du Coulat. Puis, le trekking se poursuit par le parcours de l'étage du Coulat et une visite des galeries et des étages d'exploitation du 18ème siècle : de Graffenried, St-Louis ainsi que la Chambre de la Roue. Le retour se fait par le Grand Escalier, et la sortie par la Galerie du Bouillet à bord du train des mineurs.



JEUDI 30 MAI

09h00 > 11h00 Marche

SFEP

Stand de Vauvrisse

Public : dès 15 ans
Matériel : tenue de sport, baskets
Informations au 079 793 31 35

10h30 > 11h30 Gym debout

Résidence Grande Fontaine

Route de l'Infirmierie 17-19

Public : ouvert à tous, adapté aux tout petits
Inscription obligatoire au 024 463 91 69

15h00 > 16h30 Pétanque

Résidence Grande Fontaine

Route de l'Infirmierie 17-19

Public : ouvert à tous, adapté aux tout petits
Matériel : tenue de sport, baskets
Inscription obligatoire au 024 463 91 69

16h30 > 17h30 Danse classique

Baresic Ivana

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 10 ans
Matériel : tenue de sport
Inscription obligatoire au 077 421 61 47

16h45 > 17h45 Danse contemporaine enfants

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 8 à 11 ans
Matériel : tenue de sport, cheveux attachés
Inscription obligatoire au 079 363 93 66

17h30 > 19h30 Unihockey

Commission des sports

Centre sportif de la Servanne

Public : 17h30-18h30 : 8 à 11 ans / 18h30-19h30 : 12-14 ans
Matériel : tenue de sport, baskets
Inscription obligatoire au 079 787 53 58

17h30 > 18h30 CIRCL-Mobility

Commission des sports

Stand de Vauvrisse

Public : dès 16 ans Matériel : tapis de gym
Remarque : Circl Mobility est une méthode d'exercice axée sur l'amélioration de la mobilité articulaire, la flexibilité et la stabilité corporelle. Elle utilise des mouvements circulaires pour renforcer les articulations, augmenter la flexibilité, et développer la stabilité. Cette approche favorise également la relaxation, la concentration et le bien être mental.

🕒 17h45 > 18h45 **Danse classique**

Ecole de danse L'Alternative Rte des Courtraits 8

Public : dès 13 ans (ados)
 Matériel : tenue de sport, cheveux attachés
Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 18h00 > 19h00 **Gym senior fit**

SFEP Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : seniors
 Matériel : tenue de sport, baskets
Informations au 079 380 27 69

🕒 18h30 > 19h30 **Course à pied**

La Foulée Bellerine Piste Vita

Public : dès 10 ans
 Matériel : tenue selon météo, baskets de course
Informations au 079 349 45 17

🕒 18h30 > 19h30 **CrossFit en Team de 2**

CrossFit Nox Route de l'Aérodrome 3

Public : dès 16 ans, en team de 2 (Bring your friend)
 Matériel : tenue de sport, baskets, gourde
Inscription obligatoire au 078 695 70 58

🕒 17h45 > 19h15 **Aikido self-défense**

Aikido Club Dojo Pré-de-la-Cible 4

Public : 9 à 13 ans
 Matériel : tenue de sport, pieds nus
Information et inscription au 079 214 57 49 jusqu'au 29 mai

🕒 17h45 > 19h00 **Slackline et jeux d'équilibre**

Commission des sports Stand de Vauvrisse

Public : 7 à 11 ans
 Matériel : tenue de sport légère, baskets
Informations au 079 565 46 28

🕒 18h00 > 19h00 **Initiation au karaté**

Shotokan Karaté Salle de la Servanne

Public : dès 12 ans
 Matériel : tenue de sport, pieds nus

JEUDI 30 MAI

🕒 18h30 > 20h30 Vélo VTT et électrique

Cyclophile

Grande Salle

Public : dès 18ans

Matériel : VTT ou vélo électrique, casque

Inscription et informations au 079258 84 13

🕒 19h00 > 21h00 Pétanque

Commission des sports

Châtel-sur-Bex

Public : ouvert à tous

Matériel : si vous avez du matériel de pétanque, prenez-le

🕒 19h00 > 19h45 Zumba Step

FSG Bex

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans, cardio intensif

Matériel : tenue de sport, baskets, gourde

Informations au 079 261 62 93

🕒 19h45 > 20h30 Evolution-Body

FSG Bex

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans

Matériel : tenue de sport, baskets, gourde

Informations au 079 261 62 93

🕒 19h30 > 21h00 Aikido self-défense

Aikido Club

Dojo Pré-de-la-Cible 4

Public : dès 16 ans

Matériel : tenue de sport, pieds nus

Information et inscription au 079 214 57 49 jusqu'au 29 mai

🕒 20h15 > 21h15 Danse contemporaine

SFEP

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 15 ans

Matériel : tenue de sport

SOUTIENS

VENDREDI 31 MAI

🕒 05h00 > 06h00 Réveil matinal, marche, course

Commission des sports

Stand de Vauvrise

Public : dès 14 ans, tous niveaux

Matériel : tenue de sport, baskets, lampe frontale
petit-déjeuner sur place après l'effort

🕒 09h00 > 10h00 Pilates

Ecole de danse L'Alternative

Stand de Vauvrise

Public : dès 16 ans

Matériel : habits de gym tapis de gym

🕒 10h30 > 11h15 Gym douce

La Résidence Grande Fontaine

Centre d'accueil temporaire
Route de l'Infirmier 25

Public : ouvert à tous et
adapté aux tout petits

Inscription obligatoire au 024 463 91 69

🕒 13h30 > 15h00 Cross des écoles

Ecole primaire de Bex

Stade du Relais (terrains de foot)

Public : élèves de 2H à 6H

Venez nombreux les encourager !

En cas de mauvais temps, renvoyé au 7 juin

🕒 17h30 > 18h30 Danse contemporaine

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : dès 12 ans (ado)

Matériel : tenue de sport, cheveux attachés

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 20h00 > 21h00 Modern-Jazz

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : adultes débutants, dès 16 ans

Matériel : tenue de sport, cheveux attachés

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

SAMEDI 1^{ER} JUIN

 **18h30 > 20h30** **Tournoi Multisport**

Le Minot

Centre sportif de la Servanne

Public : 10 à 18 ans

Matériel : tenue de sport, baskets d'intérieur

DIMANCHE 2 JUIN

09h30 > 11h30 **Trail 10 km**

La Foulée Bellerine

Pont de la Gryonne

Public : plusieurs niveaux

Informations au 076 349 45 17

SAMEDI 1^{ER} ET DIMANCHE 2 JUIN

GO FOR FIVE AUTOUR DU MONTET

Parcours ludique d'environ 5 km ouvert à tous (pas adapté aux poussettes). Venez avec votre famille, amis et les compagnons à 4 pattes sont les bienvenus.

Un parcours adapté pour les seniors et les personnes à mobilité réduite sera mis en place.

Samedi : Départ libre de 9h00 à 12h00

Dimanche : Départ libre de 9h00 à 11h00

Récompense à l'arrivée

Lieu : Place du Marché

Infos : 079 787 53 58 / 079 636 55 18 / 079 209 54 53

LA COMMISSION SPORTS DE BEX



La Commission Sports vous donne
rendez-vous le

22 juin

dans le cadre de **Bex en Fête**.

Elle y organisera une course à pied avec
obstacles, pour tous les enfants
jusqu'à 12 ans.

Les infos suivront sur la page
Facebook **Bex-Bouge**.



COMMISSIONSPORTS
COMMUNE DE BEX

Des activités sportives pour tous !

pour tous les âges - pour tous les niveaux

De quoi s'agit-il ?

Le « Duel intercommunal Coop » est un programme national destiné à encourager l'activité physique et une alimentation saine dans les communes.

Du 1^{er} mai au 2 juin 2024, les communes organisent des manifestations de sport et d'activités physiques pour la population.

Les communes actives sont réparties en 4 catégories selon leur nombre d'habitants. Dans chaque catégorie, la commune avec le plus de minutes de mouvement sur son compte, se verra récompensée et recevra le titre de « La commune de Suisse qui bouge le plus ».

Du 1^{er} mai au 2 juin 2024

comptabilisez des minutes de mouvement en vous connectant sur l'application durant la pratique de vos activités individuelles.



Téléchargez l'app



BEX

la ville sportive

Accumulez des minutes du 1^{er} mai au 2 juin