



Duel intercommunal

"Duel intercommunal Coop" : la Suisse bouge du 1^{er} mai au 1^{er} juin 2025

Le plaisir de bouger pour toutes et tous ! Que l'on soit jeune ou moins jeune, sportif-ve ou plutôt tranquille, chaque minute compte. Participe à cette belle fête du mouvement et aide à faire de ta commune "la commune de Suisse qui bouge le plus" !

Cours en portes ouvertes durant le mois de mai

Lundis 5, 12, 19	12 h 45 - 13 h 30
Lundis 5, 12, 19, 26	18 h - 19 h 10
Lundis 5, 12, 19, 26	17 h 30 - 19 h
Lundis 5, 12, 19, 26	RDV 17 h 45
Lundis 5, 12, 19, 26	18 h 15 - 19 h 30
Lundis 5, 12, 19, 26	19 h 30 - 21 h
Mardis 6, 13, 20	13 h 30 - 14 h 15
Mardis 6, 13, 20	17 h 30 - 22 h
Mardis 6, 13, 20, 27	12 h 15 - 13 h 15
Mardis 6, 13, 20, 27	9 h 30 - 10 h 30
Mercredi 7	13 h 30 - 16 h 30
Mercredi 7	17 h 30 - 18 h 30
Mercredis 7, 14, 21	7 h 30 - 8 h 45
Mercredis 7, 14, 21	10 h 15 - 11 h 15
Mercredis 7, 14, 21	18 h - 21 h
Mercredis 7, 14, 21	18 h - 19 h 10
Mercredis 7, 14, 21	18 h 15 - 19 h 30
Mercredis 7, 14, 21	19 h 30 - 21 h
Mercredis 7, 14, 21	18 h 30 - 19 h 30
Mercredis 7, 14, 21	19 h 15 - 20 h 30
Mercredi 14	17 h 30 - 18 h 30
Mercredis 14, 21	17 h - 19 h
Mercredi 21	17 h 30 - 18 h 30
Mercredi 28	17 h 30 - 18 h 30
Jeudis 8, 15, 22	19 h 15 - 20 h 30
Jeudis 8, 15, 22	17 h 30 - 19 h
Jeudis 8, 15, 22	RDV 18 h
Jeudis 15, 22	19 h - 20 h 15
Jeudis 8, 15, 22	20 h - 21 h
Jeudis 8, 15, 22	RDV 14 h
Vendredis 9, 16, 23	16 h - 17 h
Dimanche 4, 11, 18	11 h - 12 h 30
Dimanche 4, 11, 18	10 h - 11 h

Aquagym, prof : 120 cm, piscine d'Hauterive
Yoga Adultes, par YogaMoves, salle Montmirail (Espace Perrier)
Judo, par club d'Hauterive, dès 10 ans et adultes [suivre balisage]
Nordic Walking, à la Prise Gaudet (Hauterive), départ à 18 h
Karaté contact, pour enfants, Centre de Gym et Arts martiaux (CGAM)
Karaté contact, pour adultes, CGAM, Cornaux
Aquagym, prof : 200 cm, piscine d'Hauterive
Tennis de table, Cité Martini (à l'Espace Perrier) [suivre le balisage]
Yoga Adultes, Ma Parenthèse Yoga, Saint-Blaise
Pilates & Stretching, pour séniors, Pil'Life Danse, Marin
Beach-volley, journée d'initiation, plage de Saint-Blaise
Streetworkout, par Didier De Oliveira, RDV à Saint-Blaise, au port
Yoga Adultes, Ma Parenthèse Yoga, Saint-Blaise
Yoga Seniors, Ma Parenthèse Yoga, Saint-Blaise
Tennis de table, Cité Martini (à l'Espace Perrier) [suivre le balisage]
Yoga Seniors, par YogaMoves, salle Montmirail (Espace Perrier)
Karaté contact, pour enfants, CGAM, Cornaux
Karaté contact, pour adultes, CGAM, Cornaux
Gym, par Anim'Enges, Pavillon ou salle communale (en cas de pluie)
Ballet Fitness/Cardio Dance, Pil'Life Danse, Marin
Streetworkout, par Barbara André, RDV à Marin, vers le Troglo
Tennis, club d'Hauterive derrière le Centre sportif
Streetworkout, par Didier De Oliveira, RDV à Marin, vers le Troglo
Streetworkout, par Barbara André, RDV à Saint-Blaise, au port
Danse HIP HOP ado-adultes, Pil'Life Danse, Marin
Judo, par club d'Hauterive, pour enfants de 6-12 ans [suivre balisage]
VTT avec Anim'Enges RDV au Pavillon
Yoga Adultes, Ma Parenthèse Yoga, Saint-Blaise
Gym Hommes, salle de gym du Centre Sportif d'Hauterive
Nordic Walking, départ et balade selon info [voir site]
Yoga Aérien, pour enfants dès 8 ans, Pil'Life Danse, Marin
Yoga Adultes, Espace Graine d'Or, Grand'Rue 1, Saint-Blaise
Yoga en plein air par YogaMoves, plage de Saint-Blaise vers le club Ichtus

Sur Inscription

Samedi 10 mai	Dès 9 h	Marche communale [toutes les informations sont en ligne] À l'arrivée : farandole de pizzas à gogo au P'tit four à Wavre Inscriptions : M. Eymann / 077 513 59 79
Samedi 31	RDV 13 h 45	Golf de Vöens , initiation au golf, début 14 h précise Inscriptions : secretariat@golfdeneuchatel.ch
Mercredi 14	14 h - 16 h	Après-midi Multi-sport (en cas de météo favorable) Foot par les trois clubs (FC Hauterive, FC Marin, FC Saint-Blaise) et autres activités, telles que tennis de table, badminton etc. Minimum 8 pers. dès 8 ans Inscriptions : M. Eymann / 077 513 59 79
Mercredi 14	14 h 30 - 15 h 30	Yoga Enfants 7-11 ans , min. 5 pers / Ma Parenthèse Yoga
Mercredi 14	16 h - 17 h	Yoga Enfants 4-6 ans , min. 5 pers / Ma Parenthèse Yoga
Jeudi 15, 22	17 h 30 - 18 h 45	Yoga Adultes , min. 5 pers / Ma Parenthèse Yoga Inscriptions : contact@maparentheseyoga.com / 076 783 48 40
Samedi 24	9 h 30 - 12 h 30	Basket 3x3 dans la cours du collège de Vigner. Viens t'amuser et relever le défi Catégorie : Parents & enfants / Mini moins de 12 ans / Ado 12-16 ans / Adultes dès 16 ans Inscription : https://forms.gle/sCA2dwqHyfirdyhPA

Sur appels

1 ^{er} au 31	En semaine	Tennis de Saint-Blaise Contact : M. Ripamonti 032 753 74 53 / 079 419 13 96
Mardis 6, 13, 20	19 h – 20 h	Gym Tonic Laténa Pilate dans la salle de gym du collège de Vigner Cours donné par M. Giovannacci Christian 079 208 72 75
Vendredi 9, 16 23	8 h 30	Gym Tonic Laténa aux Fourches (cours en extérieur par tous les temps) Cours donné par Mme Barbara André 079 258 20 29
Lundis 5, 19, 26	17 h	Paddle Initiation avec assistance zone du port à Saint-Blaise vers Ichthus Contact : Mme Nevis Adatte 079 651 66 13

En self scanning

Télécharger l'appli et sélectionnez « Commune de Laténa » et c'est parti !

Du 1 ^{er} mai au 1 ^{er} juin	Selon vos disponibilités et envies VTT, jogging, balades (avec poussettes, avec enfants, avec chiens), etc. Zurich parcoursvita. Élansez-vous sur les trois parcours (Hauterive / Saint-Blaise / Marin) Toute autre discipline selon vos inspirations	
Du 1 ^{er} mai au 1 ^{er} juin	Fitness Fit-4u Ch. des Deleyes 16, Saint-Blaise. Accès gratuit aux appareils de musculation. Divers cours (spinning, CAF, etc.) Détails sous : www.fit-4u.ch	
Du 1 ^{er} mai au 1 ^{er} juin	Afin de favoriser la natation. Accès gratuit au bassin de natation au Centre sportif d'Hauterive pour les habitant-es de Laténa durant les heures d'ouverture au public. Horaires sous commune-latena.ch/page/piscine	
Du 1 ^{er} mai au 1 ^{er} juin	Balade en forêt avec petit quizz organisé par le Service Forestier de la commune de Laténa Info sur les sites : commune-latena.ch et www.duelintercommunalcoop.ch/communes	
Ponctuel :		
Mercredi 7	8 h30 – 11 h 30	Matinées multi sport des écoles de Saint-Blaise classes de 4 ^e , 5 ^e et 6 ^e
Vendredi 9	8 h30 – 11 h 30	Matinées multi sport des écoles de Saint-Blaise classes 1 ^{re} , 2 ^e et 3 ^e
Jeudi 15	14 h – 16 h	Sortie des résidents du Home Beaulieu

Partenaires et contacts :

Anim'Enges : VTT (Bryan Burhin / 078 608 85 14) et Gym (Michel Vesco 032 757 20 11)
Aquagym / www.aquation.ch
Beach-volley / www.beachvolley-neuchatel.ch
Centre de gym et d'arts Martiaux / www.cgam-ne.ch
Club de Tennis de Table de Marin (Pierre-André Rubeli / 077 430 86 36)
FC Hauterive / www.fc-hauterive.ch
FC-Marin Sports / www.fcmarin.ch
FC St-Blaise / www.fcsaintblaise.ch
Fitness Fit-4u / www.fit-4u.ch
Golf de Vöens / www.golfdeneuchatel.ch/fr
Gym Hommes Hauterive / <https://sghh.jimdofree.com>
Gym Tonic Laténa : Pilates (Christian Gionannacci / 079 208 72 75) et extérieur (Barbara André / 079 258 20 29)

Judo club Hauterive / www.judo-hauterive.ch
Ma parenthèse yoga / www.maparentheseyoga.com
Marin Basket Club / www.marin-basket.ch
Nordic walking Hauterive / www.nordicwalkingclubhauterive.ch
Pil'Life Danse / www.pillife-danse.com
Service forestier de Laténa / commune-latena.ch
Streetworkout / (Barbara André / 079 258 20 29 ; Didier De Oliveira / 079 337 26 81)
Tennis club Hauterive / www.tchauterive.com
Tennis-club de Saint-Blaise / tcsblaise.ch
YogaMoves / www.yogamoves.ch

**Notre défi 2025, battre les
157'666 minutes de 2024 !**

**TÉLÉCHARGE
L'APP**

