

# PROGRAMME DU 26 MAI AU 2 JUIN 2018

## Samedi 26 mai: 24 Heures GYM à Cernier

06h30 - 07h30	Echauffement en plein air								
08h00 - 08h30	Aula de la Fontenelle: déjeuner du sportif (sur commande CHF 9.00)								
08h00 - 20h00	Accueil des participants, distribution et paiement sur place des bons pour le déjeuner, l'assiette fitness et la fondue								
	Centre scolaire de la Fontenelle			Ancienne halle Guillaume-Farel 4	Terrains extérieurs. Départ à la Fontenelle				
	Salle de sport double	Salle de sport simple	Espace santé						
BLOC 1 09h00 à 10h15	Initiation agrès + Airtrack jeunes et actifs Gym Peseux	Volleyball Martin Barette	Massage assis individuel 20 minutes Carole Demougin	Dance2bFIT dès 14 ans Sophie Chapatte	Initiation au Bobsleigh dès 12 ans Yann Moulinier	Target Sprint Biathlon d'été course et tir J. Bibler et R. Dirren	Initiation Tir à l'arc Franz Müggli	Nordic Walking Corinne Masini	
30'	Pause								
BLOC 2 10h45 à 12h00	Jardin découverte agrès - gym - rythmique - athlétisme - équilibre pour les plus petits - 4 à 6 ans Moniteurs FSG et Jocelyn Aumont	Rope Skipping pour tous Sandra Gillabert	Massage assis individuel 20 minutes Carole Demougin	Kids Dance2bFIT 8 à 14 ans Sophie Chapatte	Initiation au Bobsleigh dès 12 ans Yann Moulinier	Target Sprint Biathlon d'été course et tir J. Bibler et R. Dirren	Initiation Tir à l'arc Franz Müggli	Athlétisme parcours Kids Cup Gabriel Surdez Christophe Pittet	
12h30 à 13h15	Repas de midi - cantine à disposition sur place - assiettes fitness à CHF 14.00								
BLOC 3 13h30 à 14h45	Proprioception adultes Jocelyn Aumont	Athlétisme Initiation saut à la perche (en halle) Gabriel Surdez Christophe Pittet	Gymnastique acrobatique pour tous Cesare Salvadori Filka Pennisi	Massage assis individuel 20 minutes Carole Demougin	Initiation Street Dance 8 ans et plus Pil'Life Danse	Attraction bob à roulettes tous âges Yann Moulinier	Target Sprint Biathlon d'été course et tir J. Bibler et R. Dirren	Initiation Tir à l'arc Franz Müggli	Athlétisme Initiation saut à la perche Gabriel Surdez Christophe Pittet
30'	Pause								
BLOC 4 15h15 à 16h30	TRX pour tous Jocelyn Aumont	Kaïko Parkour pour tous Slakeline Therry Favre	Capoeira pour tous CTE Neuchâtel	Massage assis individuel 20 minutes Carole Demougin	Street Dance avancés 13 ans et plus Pil'Life Danse	Attraction bob à roulettes tous âges Yann Moulinier	Target Sprint Biathlon d'été course et tir J. Bibler et R. Dirren	Initiation Tir à l'arc Franz Müggli	Entraînement fonctionnel en plein air Océane Evard
17h00	Aula de la Fontenelle - repas des gymnastes du Show gymnique								
BLOC 5 17h00 à 18h15	Stretching postural Pil'Life Danse	Initiation au massage sportif Féli Pythoud	Massage assis individuel 20 minutes Carole Demougin	Breakdance pour tous Groove danceschool	Attraction bob à roulettes tous âges Yann Moulinier	Target Sprint Biathlon d'été course et tir J. Bibler et R. Dirren	Initiation Tir à l'arc Franz Müggli		
18h30	SHOW gymnique des MEILLEUR(E)S GYMNASTES NEUCHÂTELOIS								
19h30	Apéritif officiel								
BLOC 6 20h00	Aula de la Fontenelle. Fondue, sur commande, pour tous. Adulte CHF 19.00. Enfant CHF 10.00								
Inscriptions obligatoires: <a href="http://www.acng.ch">www.acng.ch</a>					Association Cantonale Neuchâteloise de Gymnastique ACNG				

## Du 27 mai au 1<sup>er</sup> juin

Date	Heure	Activités	Lieu	Organisation	Remarques
Dimanche 27 mai	11h00	Marche sur les pentes de Tête de Ran	Les Hauts-Geneveys Départ aux Gollières	Société de développement des Hauts-Geneveys	Avec petit repas - soupe aux pois
Dimanche 27 mai	14h30 - 16h30	Parcours sensoriel	Home de Landeyeux	Home médicalisé du Val-de- Ruz et Foyer de jour	Réservé: résidents et famille, personnes âgées à domicile
Lundi 28 mai	08h00 - 12h00	Tennis	Cernier - La Fontenelle Court de tennis	TC Tennis-Club Val-de-Ruz	Ouvert à tous - réservation thierry.vauthier@bluewin.ch
Lundi 28 mai	14h30 - 16h30	Aviron	Home de Landeyeux	Home médicalisé du Val-de- Ruz et Foyer de jour	Réservé: résidents et famille, personnes âgées à domicile
Lundi 28 mai	16h30 - 18h00	Gymnastique Groupe enfantine	Fontainemelon Salle de gymnastique	FSG Fontainemelon	Entrée libre - sans inscription
Lundi 28 mai	18h00 - 19h15	Danceaerobics	Vilars Collège	Sophie Chapatte	Ouvert à tous - sans inscription préalable
Mardi 29 mai	08h00 - 12h00	Tennis	Cernier - La Fontenelle Court de tennis	TC Tennis-Club Val-de-Ruz	Ouvert à tous - réservation thierry.vauthier@bluewin.ch
Mardi 29 mai	08h45 - 09h45	Danceaerobics	Savagnier Collège	Sophie Chapatte	Ouvert à tous - sans inscrip- tion préalable
Mardi 29 mai	09h50 - 10h50	Gymnastique Groupe parents-enfants	Fontainemelon Salle de gymnastique	FSG Fontainemelon	Entrée libre - sans inscription

Date	Heure	Activités	Lieu	Organisation	Remarques
Mardi 29 mai	14h30 - 16h30	Parcours d'obstacles	Home de Landeyeux	Home médicalisé du Val-de-Ruz et Foyer de jour	Réservé: résidents et famille, personnes âgées à domicile
Mardi 29 mai	17h30 - 19h00	Gymnastique Groupe jeunesse	Fontainemelon Salle de gymnastique	FSG Fontainemelon	Entrée libre - sans inscription
Mardi 29 mai	18h15 - 19h30	AirFit cross	Val-de-Ruz	AirFit Océane Evard	Dès 16 ans - inscription obligatoire <a href="http://www.airfit.club">www.airfit.club</a>
Mardi 29 mai	19h00 - 20h00	Gymnastique Groupe danse	Fontainemelon Salle de gymnastique	FSG Fontainemelon	Entrée libre - sans inscription
Mardi 29 mai	19h15 - 20h15	Danceaerobics	Chéizard-Saint-Martin Collège	Sophie Chapatte	Ouvert à tous - sans inscription préalable
Mardi 29 mai	19h30 - 20h30	Gymnastique Groupe pleine forme	Fontainemelon En extérieur - départ devant la salle de gym	FSG Fontainemelon	Entrée libre - sans inscription
Mardi 29 mai	20h30 - 21h30	Gymnastique Groupe dames	Savagnier Salle de gymnastique	FSG Savagnier	Dames dès 16 ans Sans inscription préalable
Mercredi 30 mai	08h00 - 12h00	Tennis	Cernier - La Fontenelle Court de tennis	TC Tennis-Club Val-de-Ruz	Ouvert à tous - réservation <a href="mailto:thierry.vauthier@bluewin.ch">thierry.vauthier@bluewin.ch</a>
Mercredi 30 mai	09h00 - 10h00	Danceaerobics	Dombresson Salle de spectacles	Sophie Chapatte	Ouvert à tous - sans inscription préalable
Mercredi 30 mai	14h30 - 16h30	Curling	Home de Landeyeux	Home médicalisé du Val-de-Ruz et Foyer de jour	Réservé: résidents et famille, personnes âgées à domicile
Jeudi 31 mai	08h00 - 12h00	Tennis	Cernier - La Fontenelle Court de tennis	TC Tennis-Club Val-de-Ruz	Ouvert à tous - réservation <a href="mailto:thierry.vauthier@bluewin.ch">thierry.vauthier@bluewin.ch</a>
Jeudi 31 mai	14h30 - 16h30	Patinage	Home de Landeyeux	Home médicalisé du Val-de-Ruz et Foyer de jour	Réservé: résidents et famille, personnes âgées à domicile
Jeudi 31 mai	18h00 - 19h00	Activités physiques (gym) adaptées au handicap	Les Hauts-Geneveys Salle de gym des Perce-Neige	Procap Val-de-Ruz	Portes-ouvertes. Les visiteurs peuvent découvrir et participer
Jeudi 31 mai	18h15 - 19h30	AirFit	Val-de-Ruz	AirFit Océane Evard	Dès 16 ans - inscription obligatoire <a href="http://www.airfit.club">www.airfit.club</a>
Vendredi 1er juin	08h00 - 12h00	Tennis	Cernier - La Fontenelle Court de tennis	TC Tennis-Club Val-de-Ruz	Ouvert à tous - réservation <a href="mailto:thierry.vauthier@bluewin.ch">thierry.vauthier@bluewin.ch</a>
Vendredi 1er juin	14h30 - 16h30	Tennis	Home de Landeyeux	Home médicalisé du Val-de-Ruz et Foyer de jour	Réservé: résidents et famille, personnes âgées à domicile
Vendredi 1er juin	15h30 - 16h30	Kids dance	Vilars Collège	Sophie Chapatte	Enfants de 3 à 7 ans sans inscription préalable
Vendredi 1er juin	16h30 - 17h30	Kids dance	Vilars Collège	Sophie Chapatte	Enfants de 8 à 10 ans sans inscription préalable
Vendredi 1er juin	17h30 - 18h30	Kids dance	Vilars Collège	Sophie Chapatte	Enfants de 11 à 15 ans sans inscription préalable

## Samedi 2 juin: la piscine d'Engollon fête son 50<sup>e</sup> anniversaire

10h00 à 16h00 Tournois de Beach-volley, pétanque et tennis de table

10h00 à 16h00 Initiation et conseils pratiques pour le crawl et la brasse

10h00 à 16h00 Nagez-nagez-nagez, bougez-bougez-bougez tant que vous le voulez et vos minutes d'activités compteront pour la Suisse bouge

**Ouvert à tous**

**Entrée libre** pour les personnes qui participeront aux activités de la Suisse bouge.

Organisation:

Commune de Val-de-Ruz et comité du V2R Bouge

**Randonnées pour personnes à mobilité réduite**

trois départs: 10h00 - 12h00 / 13h00 - 15h00 / 15h00 - 17h00

trois joëlettes avec des accompagnants spécialisés et formation au départ.

Pour planifier le nombre d'accompagnants nécessaires: inscriptions auprès de Just for Smiles, M. Terry Wilsher au 079 240 53 36 ou à [terence.wilsher@justforsmiles.ch](mailto:terence.wilsher@justforsmiles.ch).

**Vélo pour personnes à mobilité réduite**

trois départs: 10h00 - 12h00 / 13h00 - 15h00 / 15h00 - 17h00

Mise à disposition de quatre vélos pour les personnes en situation de handicap ou à mobilité réduite et leur famille.

Pour planifier le nombre d'accompagnants nécessaires: inscriptions auprès de Fun for all, M. Giuseppe Macri au 079 786 19 20 ou à [giuseppe-macri71@gmail.com](mailto:giuseppe-macri71@gmail.com).

Mise à disposition gratuite aux familles et institutions.

### Sponsors de la manifestation:



### Partenaires de la manifestation:

