

LA GRANDE BÉROCHE **BOUGE**



la Grande
Béroche.

« Grandeur Nature »



**DU 1^{er} AU 31 MAI
PARTICIPEZ AU DUEL**



**TÉLÉCHARGEZ
L'APPLICATION**

*Pour collecter des points
pour la commune*



*Vous trouvez toutes les informations pour l'utilisation de l'application sous :
www.duelintercommunalcoop.ch/app-fr*

La Grande Béroche bouge !

Notre commune participe au « **Duel intercommunal Coop de suisse.bouge** », un programme suisse destiné à promouvoir l'activité physique au sein de la population.

Le but est de comptabiliser un maximum de « minutes de mouvement » au profit de notre commune. Pour y parvenir, c'est simple ! Entre le 1er et le 31 mai, lorsque vous exercez une activité individuelle, vous pouvez enregistrer vous-mêmes vos minutes à l'aide de l'application. Que ce soit en vous promenant, en faisant du vélo, de la randonnée, du football, du yoga ou de la course à pied, enregistrez toutes vos données et elles s'ajouteront au total communal !

N'attendez plus et téléchargez l'application en scannant le code QR et gagnons ensemble le titre de la commune la plus active de Suisse !

Exemples d'activités :

- Aller au travail à pied ou à vélo
- Aller se promener au bord du lac
- Faire des randonnées en forêt
- Visiter la commune en vélo
- Faire le Parcours Vita de la commune (Bevaix)
- Utiliser le fitness urbain de Saint-Aubin-Sauges
- Faire du football, du volley, du badminton, du yoga, de la danse, ou autre
- Commencer la journée par quelques minutes de sport

Activités proposées par la commune :

La Grande Bougeotte

Editions tout public

8 mai à 18h30 à la plage de Saint-Aubin-Sauges

15 mai à 18h30 à la plage de Saint-Aubin-Sauges

22 mai à 18h30 à la plage de Saint-Aubin-Sauges

Cours menés par Emmanuelle Membrez, coach sportive

Edition parents - enfants

9 mai à 17h30 à la salle de gymnastique de Bevaix. Pour les enfants de 2 à 6 ans, accompagnés d'un adulte

En collaboration avec les groupes parents & enfants de la FSG Bevaix et de la FSG Béroche

Edition seniors

25 mai à 10h00 à la salle de spectacles de Saint-Aubin-Sauges

Cours mené par Emmanuelle Membrez, coach sportive

Activités
gratuites !

Pour de plus amples informations, adressez-vous à : lagrandeberoche.chancellerie@ne.ch