



PASSEPORT SPORTIF

Connaître et pratiquer
une (nouvelle) activité physique

- ★ Une année entière
- ★ Une activité différente chaque mois
- ★ Pratique hebdomadaire - quatre fois
- ★ Adaptée aux possibilités de chacun-e

- Découverte
- Initiation
- Plaisir
- Convivialité
- Bien-être

- ★ DECOUVRIR
- ★ OSER FAIRE LE PAS
- ★ S'INSCRIRE
- ★ RENCONTRER

Aucune notion obligatoire. Gratuit.

Toute l'année : Tennis de table – Danse/Rythmes de danse

Renseignements

sport@seniorsnyon.ch, 079 368 88 39
nyon.ch/seniors

Avec le soutien de la



Programme de la saison 2021/2022 (peut être sujet à modification)

Septembre 2021 : Cirque/équilibre

Mardis 7, 14, 21 et 28, à 10h
À l'Elastique Citrique, Rue des Marchandises 11

Octobre 2021 : Entraînement urbain

Mercredis 6, 13, 20 et 27, à 9h30
Rendez-vous au stade de Colovray

Novembre 2021 : Orientation

Mardis 2, 9, 16 et 23, à 10h
Rendez-vous au stade de Colovray

Décembre 2021 : Badminton

Mercredis 1, 8, 15 et 22, à 13h
À l'école de Gai-Logis (Chemin des Plantaz 15)

Janvier 2022 : Ice Stock

Mardis 11, 18 et 25 janvier et mardi 1^{er} février, à 9h30
À la patinoire de Rive

Février 2022 : Pétanque

Mardis 8, 15 et 22 février et mardi 1^{er} mars, à 9h30
Au boulo-drome de Nyon (Route du Stand 17)

Mars 2022 : Disc-golf

Mardis 8, 15, 22 et 29, à 10h
Rendez-vous au stade de Colovray

Avril 2022 : Nordic Walking

Lundis 4, 11, 18 et 25, à 9h30
Rendez-vous au stade de Colovray

Mai 2022 : Qi Gong

Mardis 3, 10, 17 et 24, à 9h30 - Lieu à confirmer

Juin 2022 : Gymnastique douce

Mardi 31 mai et mardis 7, 14 et 21 juin, à 9h30 - Lieu à confirmer

Juillet 2022 : Piscine

Mardi 28 juin et mardis 5, 12 et 19 juillet, à 9h30
Piscine de Colovray