



Septembre

le mois qui

bouge!

 www.ne.ch/septembrebouge
RÉPUBLIQUE ET CANTON DE NEUCHÂTEL



Le service cantonal de la santé publique et le service cantonal des sports vous invitent à découvrir **gratuitement** plusieurs activités durant le mois de septembre.



Les 10 premières personnes s'inscrivant dans l'un des 10 clubs ou écoles de danse partenaires listés ci-après recevront **un bon découverte d'une valeur de 100.-**

Les clubs et écoles qui offrent un bon découverte:

- L'école de danse Ton sur Ton de La Chaux-de-Fonds
- Le club de Lutte de Fleurier
- L'école d'Aïkido de Neuchâtel
- Le club de Kin-Ball du Locle
- L'Unihockey Club La Brévine
- Le Judo Club de Boudry
- Le club de Tchoukball du Val-de-Ruz
- L'association Tangomoon de Neuchâtel
- L'école de danse de Cernier
- Le club Béroche Ski Nordique

Certains clubs et écoles de danses ouvrent leurs portes à un grand nombre de leurs cours.

Pour des questions de place nous n'en mentionnons ici que quelques-uns.

N'hésitez donc pas à découvrir les autres offres sur les sites internet mentionnés.

Lundi 30 août

Cours de vinyasa yoga!

Le centre de danse et de bien-être Ton sur Ton vous invite à découvrir ses cours pendant une semaine.

De 17h45 à 19h00 et de 19h05 à 20h20.

Centre Ton sur Ton, Rue Jardinière 71, La Chaux-de-Fonds www.tonsurton.ch

Mardi 31 août

Cours de pilates!

De 10h30 à 11h30 et de 11h45 à 12h45.

Centre Ton sur Ton, Rue Jardinière 71, La Chaux-de-Fonds www.tonsurton.ch

Mercredi 1er septembre

Cours de yoga seniors!

De 8h30 à 9h45

Centre Ton sur Ton, Rue Jardinière 71, La Chaux-de-Fonds www.tonsurton.ch

Matin en famille!

De 9h00 à 10h00 cours pluridisciplinaire

Centre Ton sur Ton, Rue Jardinière 71, La Chaux-de-Fonds www.tonsurton.ch

La lutte c'est pour les garçons et aussi pour les filles!

Le Club de Lutte vous propose de découvrir sa discipline à travers des cours gratuits pour tous les âges sur plusieurs jours du mois de septembre.

Dès 17h00 cours pour enfants de 8 à 12 ans

Dès 18h00 cours pour adolescent-e-s de 13 à 16 ans

Dès 20h00 cours pour les 16 ans et plus.

Salle de lutte annexée à la salle de gym de Longereuse, Rue de la Place d'Armes 20, Fleurier www.anls.ch

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

L'école d'aïkido de Neuchâtel vous propose des leçons d'essai gratuites durant tout le mois de septembre.

De 18h45 à 20h10 cours aïkido pour adultes

De 20h20 à 21h20 cours de yoga japonais pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aïkido pour enfants dès 5 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Sur les ondes neuchâteloises!

Pour toutes les personnes qui ne peuvent pas suivre de cours nous proposons une série de 4 capsules avec notre partenaire, la radio régionale RTN.

Le mercredi 1er septembre à 17h00, écoutez les recommandations du Dr. Michel Hunkeler, médecin spécialiste du sport.

Jeudi 2 septembre

Du yoga pour petit-e-s et grand-e-s!

De 12h15 à 13h30 et de 17h45 à 19h00 cours de vinyasa yoga pour adultes.

De 16h00 à 17h00 cours de yoga pour enfants

Centre Ton sur Ton, Rue Jardinière 71, La Chaux-de-Fonds www.tonsurton.ch

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

De 18h45 à 20h10 cours aïkido pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aïkido pour enfants dès 5 ans

De 16h00 à 17h00 sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Danse classique pour enfants!

L'école de danse et de ballet de Cernier vous invite à découvrir ses cours pendant les 2 premières semaines du mois de septembre.

De 15h00 à 18h45

Allée des Erables 4, Cernier www.ecole@ecolededanse.ch

Vendredi 3 septembre

Du yoga pour petit-e-s et grand-e-s!

De 8h30 à 9h45, de 9h50 à 10h05 et de 12h15 à 13h30 cours de vinyasa yoga

Centre Ton sur Ton, Rue Jardinière 71, La Chaux-de-Fonds www.tonsurton.ch

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

De 12h15 à 15h15 cours aïkido pour adultes

De 8h30 à 9h30 cours de yoga japonais pour adultes

De 16h à 17h sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Danse moderne contemporaine!

L'école de danse et de ballet de Cernier vous invite à découvrir ses cours pendant les 2 premières semaines du mois de septembre.

De 16h00 à 20h30 danse moderne contemporaine adolescent-e-s et adultes

Allée des Erables 4, Cernier www.ecole@ecolededanse.ch

Rediffusion émission RTN!

Vous avez manqué la première capsule avec les conseils du Dr. Michel Hunkeler?

Vous avez la possibilité de la réécouter sur les fréquences de RTN à 16h00

ou sur notre site www.ne.ch/septembrebouge

Samedi 4 septembre

Initiation au Kin-Ball!

Le club de Kin-Ball du Locle vous invite pour une initiation de 13h30 à 15h30

Halle de Beau-Site, Collège 1, Le Locle www.swisskinball.ch/les_clubs/le_locle

Portes ouvertes Unihockey Club La Brévine!

De 10h00 à 17h00

Halle omnisports du Mannerot, La Brévine www.uhclubrevine.ch

Aïkido pour adultes!

De 8h00 à 9h00 cours découverte

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Dimanche 5 septembre

Slow up!

De 9h30 à 17h00 pour rassembler petit-e-s et grand-e-s dans la commune de Val-de-Ruz

V2R Bouge propose aux familles un moment de détente et de découverte des beautés de la commune.

Sur environ 29 km, une promenade relie plus d'une dizaine de localités, selon un tracé sécurisé et facile.

Ouverte gratuitement à tous, vélos, rollers, trottinettes, poussettes, seuls, en famille ou entre amis, cette manifestation s'organise selon 2 boucles. Elles peuvent être faites indifféremment selon son envie ou son entraînement sportif. Des ravitaillements seront régulièrement proposés tout le long du parcours afin de restaurer les participant-e-s mais surtout de créer des moments d'échanges et de convivialité.

Lundi 6 septembre

De la danse et encore de la danse!

Du classique, du flamenco, du latino en passant par le modern jazz... l'école de danse Sun Star Danse propose un grand choix de cours à découvrir pendant la semaine du 6 au 10 septembre.

De 17h00 à 18h00 initiation pour enfant dès 7 ans

De 18h00 à 19h00 atelier chorégraphique dès 12 ans

De 19h00 à 20h00 danse latine pour adultes

De 20h00 à 21h00 danse orientale pour adultes

De 20h00 à 21h00 modern jazz pour adultes

Sun Star Danse, Léopold-Robert 84, 1er étage, La Chaux-de-Fonds www.sunstardance.ch

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

De 18h45 à 20h10 cours aikido pour adultes

De 20h20 à 21h20 cours de yoga japonais pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aikido pour enfants dès 5 ans

De 16h00 à 17h00 sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Danse seniors!

L'école de danse et de ballet de Cernier vous invite à découvrir ses cours pendant les 2 premières semaines du mois de septembre.

De 10h00 à 11h00

Allée des Erables 4, Cernier www.ecole@ecolededanse.ch

Modern jazz enfants, adolescent-e-s, adultes!

L'école de danse et de ballet de Cernier vous invite à découvrir ses cours pendant les 2 premières semaines du mois de septembre

De 17h00 à 21h00

Allée des Erables 4, Cernier www.ecole@ecolededanse.ch

Mardi 7 septembre

De la danse et encore de la danse !

Du classique, du flamenco, du latino en passant par le modern jazz... l'école de danse Sun Star Danse propose un grand choix de cours à découvrir pendant la semaine du 6 au 10 septembre.

De 16h30 à 18h45 plusieurs cours et styles de danses pour les tous petits

De 19h45 à 20h45 modern jazz pour adultes

Sun Star Danse, Léopold-Robert 84, 1er étage, La Chaux-de-Fonds www.sunstardance.ch

Danse classique !

L'école de danse et de ballet de Cernier vous invite à découvrir ses cours pendant les 2 premières semaines du mois de septembre.

De 17h00 à 20h45 danse classique différents niveaux

Allée des Erables 4, Cernier www.ecole@ecolededanse.ch

Mercredi 8 septembre

Parcours Vita à Bevaix !

Le club Béroche Ski Nordique propose de découvrir ou redécouvrir la Piste Vita de Bevaix, vers le lieu-dit «le Plan-Jacot». Cette boucle de 2.5km est agrémentée d'exercices propices à l'activité physique en plein air, pour toutes et tous, de tous âges et niveaux. Cette animation sera accompagnée par des moniteurs du club et durera environ 1h.

A 18h30, petit parking au départ de la piste vita, environ 150m en-dessus de Plan-Jacot

<https://sites.google.com/site/berocheskinordique>

De la danse et encore de la danse !

De 9h15 à 10h00 baby danse dès 3 ans

De 10h15 à 11h15 mini danse 4/5 ans

De 15h00 à 16h00 jazz pour enfants dès 10 ans

De 16h00 à 18h00 flamenco pour enfants

De 17h00 à 18h00 jazz dès 14 ans

De 19h00 à 20h00 danse latino pour adultes

De 20h00 à 21h15 modern jazz pour adultes

Sun Star Danse, Léopold-Robert 84, 1er étage, La Chaux-de-Fonds www.sunstardance.ch

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s !

De 18h45 à 20h10 cours aikido pour adultes

De 20h20 à 21h20 cours de yoga japonais pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aikido pour enfants dès 5 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

La lutte c'est pour les garçons et aussi pour les filles !

Le Club de Lutte vous propose de découvrir sa discipline à travers des cours gratuits pour tous les âges sur plusieurs jours du mois de septembre.

Dès 17h00 cours pour enfants de 8 à 12 ans

Dès 18h00 cours pour adolescent-e-s de 13 à 16 ans

Dès 20h00 cours pour les 16 ans et plus

Salle de lutte annexée à la salle de gym de Longereuse, Rue de la Place d'Armes 20, Fleurier www.anls.ch

Danse classique !

L'école de danse et de ballet de Cernier vous invite à découvrir ses cours pendant les 2 premières semaines du mois de septembre.

De 13h30 à 16h45 danse classique différents niveaux

Allée des Erables 4, Cernier www.ecole@ecolededanse.ch

Sur les ondes neuchâteloises !

Pour toutes les personnes qui ne peuvent pas suivre de cours nous proposons une série de 4 capsules avec notre partenaire, la radio régionale RTN.

À 17h00, écoutez les recommandations de Monsieur Alain Cuenat, coach sportif.

Jeudi 9 septembre

De la danse et encore de la danse!

Du classique, du flamenco, du latino en passant par le modern jazz... l'école de danse Sun Star Danse propose un grand choix de cours à découvrir pendant la semaine du 6 au 10 septembre.

De 16h00 à 21h00 plusieurs cours et styles de danse pour enfants et adolescent-e-s

De 20h00 à 21h00 Hip-Hop pour adultes

Sun Star Danse, Léopold-Robert 84, 1er étage, La Chaux-de-Fonds www.sunstardance.ch

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

De 18h45 à 20h10 cours aïkido pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aïkido pour enfants dès 5 ans

De 16h00 à 17h00 sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Danse classique pour enfants!

L'école de danse et de ballet de Cernier vous invite à découvrir ses cours pendant les 2 premières semaines du mois de septembre.

De 15h00 à 18h45

Allée des Erables 4, Cernier www.ecole@ecolededanse.ch

Vendredi 10 septembre

De la danse et encore de la danse!

Du classique, du flamenco, du latino en passant par le modern jazz... l'école de danse Sun Star Danse propose un grand choix de cours à découvrir pendant la semaine du 6 au 10 septembre.

De 16h00 à 20h00 plusieurs cours et styles de danse pour enfants 6-10 ans

De 19h00 à 20h00 jazz pour adolescent-e-s et adultes

Sun Star Danse, Léopold-Robert 84, 1er étage, La Chaux-de-Fonds www.sunstardance.ch

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

De 12h15 à 15h15 cours aïkido pour adultes

De 8h30 à 9h30 cours de yoga japonais pour adultes

De 16h00 à 17h00 sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Danse moderne contemporaine!

L'école de danse et de ballet de Cernier vous invite à découvrir ses cours pendant les 2 premières semaines du mois de septembre.

De 16h00 à 20h30 danse moderne contemporaine adolescent-e-s et adultes

Allée des Erables 4, Cernier www.ecole@ecolededanse.ch

Rediffusion de l'émission sur RTN!

Vous avez manqué la 2ème capsule avec les conseils du coach sportif Alain Cuenat?

Vous avez la possibilité de la réécouter sur les fréquences de RTN à 16h00

ou sur notre site www.ne.ch/septembrebougé

Samedi 11 septembre

Balade «montée à la Roche-Devant par la Virbe» !

Le club Béroche Ski Nordique propose une randonnée pédestre depuis le littoral de la Grande Béroche en montant jusqu'à la crête du Jura au lieu-dit «La Roche-Devant», deux possibilités selon la difficulté:

- **A 9h30 au parking du Collège des Cerisiers à Gorgier**

- **A 10h30 depuis «la Taupe-à-l'ours» à Montalchez**

Toutes les infos sur <https://sites.google.com/site/berocheskinordique/>

Initiation à la lutte !

De 14h00 à 17h00

Salle de lutte annexée à la salle de gym de Longereuse, Rue de la Place d'Armes 20, Fleurier www.anls.ch

Du rock'n'roll acrobatique !

Le club de rock'n'roll acrobatique Fréquence rock Neuchâtel propose avec son équipe de compétition évoluant sur la scène nationale et internationale:

De 10h00 à 10h30 initiation

De 10h30 à 11h00 show de nos couples de danseurs

De 11h00 à 11h30 échange et discussions

Salle de sport du Collège de la promenade, Neuchâtel www.frequencerock.ch

Aïkido pour adultes !

De 8h00 à 9h00 cours découverte

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Lundi 13 septembre

Initiation au tchoukball !

Le club de Tchoukball de Val-de-Ruz vous invite à découvrir cette discipline lors d'une soirée d'initiation. De 18h30 à 20h00

Halle de gym de la Fontenelle, Cernier www.tchoukballvdr.ch

Initiation au judo !

De 18h00 à 19h15 pour enfant et adolescent-e-s de 5 à 13 ans

Judo Club Boudry, au sous-sol du collège des Esserts, Rue du collège 24, Boudry www.judo-boudry.com

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s !

De 18h45 à 20h10 cours aïkido pour adultes

De 20h20 à 21h20 cours de yoga japonais pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aïkido pour enfants dès 5 ans

De 16h00 à 17h00 sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Danse seniors !

L'école de danse et de ballet de Cernier vous invite à découvrir ses cours pendant les 2 premières semaines du mois de septembre.

De 10h00 à 11h00

Allée des Erables 4, Cernier www.ecole@ecolededanse.ch

Modern jazz enfants, adolescent-e-s, adultes !

L'école de danse et de ballet de Cernier vous invite à découvrir ses cours pendant les 2 premières semaines du mois de septembre

De 17h00 à 21h00

Allée des Erables 4, Cernier www.ecole@ecolededanse.ch

Mercredi 15 septembre

Initiation au tchoukball !

De 20h00 à 21h30

Club de Tchouk ball, Halle de gym de la Fontenelle, Cernier www.tchoukballvdr.ch

Initiation au judo !

A 16h45 (4-6 ans), 17h30 (7-9 ans), 18h45 (10-13 ans) et 20h00 (14 ans et plus).

Judo Club Boudry, au sous-sol du collège des Esserts, Rue du collège 24, Boudry www.judo-boudry.com

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s !

De 18h45 à 20h10 cours aikido pour adultes

De 20h20 à 21h20 cours de yoga japonais pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aikido pour enfants dès 5 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

La lutte c'est pour les garçons et aussi pour les filles !

Le Club de Lutte vous propose de découvrir sa discipline à travers des cours gratuits pour tous les âges sur plusieurs jours du mois de septembre.

Dès 17h00 cours pour enfants de 8 à 12 ans

Dès 18h00 cours pour adolescent-e-s de 13 à 16 ans

Dès 20h00 cours pour les 16 ans et plus.

Salle de lutte annexée à la salle de gym de Longereuse, Rue de la Place d'Armes 20, Fleurier www.anls.ch

Sur les ondes neuchâteloises !

Pour toutes les personnes qui ne peuvent pas suivre de cours nous proposons une série de 4 capsules avec notre partenaire, la radio régionale RTN.

À 17h00, écoutez les recommandations sur l'importance du mouvement chez les enfants de Madame Aline Schorch Prince, psychomotricienne.

Jeudi 16 septembre

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s !

De 18h45 à 20h10 cours aikido pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aikido pour enfants dès 5 ans

De 16h00 à 17h00 sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Vendredi 17 septembre

Initiation au tchoukball !

De 18h00 à 19h30 et de 19h30 à 21h00

Halle de gym de la Fontenelle, Cernier www.tchoukballvdr.ch

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s !

De 12h15 à 15h15 cours aikido pour adultes

De 8h30 à 9h30 cours de yoga japonais pour adultes

De 16h00 à 17h00 sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Rediffusion de l'émission sur RTN !

Vous avez manqué la 3ème capsule avec la spécialiste du mouvement Aline Schorch Prince?

Vous avez la possibilité de la réécouter sur les fréquences de RTN à 16h00

ou sur notre site www.ne.ch/septembrebougé

Samedi 18 septembre

Aïkido pour adultes!

De 8h00 à 9h00 cours découverte

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Lundi 20 septembre

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

De 18h45 à 20h10 cours aïkido pour adultes

De 20h20 à 21h20 cours de yoga japonais pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aïkido pour enfants dès 5 ans

De 16h00 à 17h00 sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Mercredi 22 septembre

Initiation «nordic walking pour toutes et tous»!

Le club Béroche Ski Nordique propose une initiation à la marche nordique. Des groupes seront formés selon les niveaux des participant-e-s, et seront accompagné-e-s par des moniteurs du club.

De 18h30 à 20h00

Rendez-vous au lieu-dit «Le Devens» à St-Aubin (à la place de pique-nique)

<https://sites.google.com/site/berocheskinordique>

La lutte c'est pour les garçons et aussi pour les filles!

Le Club de Lutte vous propose de découvrir sa discipline à travers des cours gratuits pour tous les âges sur plusieurs jours du mois de septembre.

Dès 17h00 cours pour enfants de 8 à 12 ans

Dès 18h00 cours pour adolescent-e-s de 13 à 16 ans

Dès 20h00 cours pour les 16 ans et plus.

Salle de lutte annexée à la salle de gym de Longereuse, Rue de la Place d'Armes 20, Fleurier www.anls.ch

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

De 18h45 à 20h10 cours aïkido pour adultes

De 20h20 à 21h20 cours de yoga japonais pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aïkido pour enfants dès 5 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Initiation au badminton!

De 14h00 à 20h00 au club de Badminton de la Chaux-de-Fonds

Rue du Beau-Site 11 www.bclachauxdefonds.ch/clubdesk

Sur les ondes neuchâteloises!

Pour toutes les personnes qui ne peuvent pas suivre de cours nous proposons une série de 4 capsules avec notre partenaire, la radio régionale RTN.

À 17h00, écoutez les liens qui existent entre alimentation équilibrée et activité physique avec Madame Laura Palmieri, diététicienne indépendante et référente pour la médecine du sport au RHNe.

Jeudi 23 septembre

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

De 18h45 à 20h10 cours aïkido pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aïkido pour enfants dès 5 ans

De 16h00 à 17h00 sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Vendredi 24 septembre

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

De 12h15 à 15h15 cours aïkido pour adultes

De 8h30 à 9h30 cours de yoga japonais pour adultes

De 16h00 à 17h00 sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Rediffusion de l'émission sur RTN!

Vous avez manqué la 4ème et dernière capsule avec la spécialiste de l'alimentation Laura Palmieri?

Vous avez la possibilité de la réécouter sur les fréquences de RTN à 16h00

ou sur notre site www.ne.ch/septembrebougé

Samedi 25 septembre

Flash mob de tango dans les rues de Neuchâtel...!

L'association Tangomoon présentera le plaisir envoûtant de danser du tango

à l'heure du marché de fruits et légumes.

Place du Marché et Rue du Seyon, Neuchâtel www.tangomoon.ch

Flash mob de gym!

Suivez les gymnastes de l'Association Neuchâteloise de gymnastique aux 4 coins du canton.

Pour apprendre la chorégraphie www.eurogym2022.ch

Portes-ouvertes Circo Bello!

Initiation aux arts du cirque, démonstration, buvette et petite restauration.

De 14h00 à 18h00

Centre Des Arts Du Cirque Circo Bello, Route de la combe à l'ours 2, La Chaux-de-Fonds

www.circobello.ch

Portes ouvertes aïkido!

L'école d'aïkido de Neuchâtel propose de découvrir cette discipline avec démonstration et initiation.

De 13h00 à 15h30

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Dimanche 26 septembre

3ème édition de Family Games!

Le Panathlon Family Games est organisé sur une journée. Cet événement a pour objectif de permettre aux familles, aux enfants et aux adolescent-e-s, de pratiquer et de découvrir de nombreuses activités sportives.

Au pavillon des sports, Rue de la Charrière 78, La Chaux-de-Fonds

https://panathlon-mne.clubdesk.com/family_games

Spectacle ARCADE!

A 16h00. Entrée libre, collecte, inscription via le site internet (voir signature)

Chapiteau de Circo Bello, Rue de beau-site 30, La Chaux-de-Fonds (terrain de foot à côté de la patinoire des Mélézes) www.circobello.ch

Lundi 27 septembre

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

De 18h45 à 20h10 cours aïkido pour adultes

De 20h20 à 21h20 cours de yoga japonais pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aïkido pour enfants dès 5 ans

De 16h00 à 17h00 sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Mercredi 29 septembre

La lutte c'est pour les garçons et aussi pour les filles!

Le Club de Lutte vous propose de découvrir sa discipline à travers des cours gratuits pour tous les âges sur plusieurs jours du mois de septembre.

Dès 17h00 cours pour enfants de 8 à 12 ans

Dès 18h00 cours pour adolescent-e-s de 13 à 16 ans

Dès 20h00 cours pour les 16 ans et plus.

Salle de lutte annexée à la salle de gym de Longereuse, Rue de la Place d'Armes 20, Fleurier www.anls.ch

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

De 18h45 à 20h10 cours aikido pour adultes

De 20h20 à 21h20 cours de yoga japonais pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aikido pour enfants dès 5 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch

Jeudi 30 septembre

Aïkido et autres activités pour petit-e-s et grand-e-s!

De 18h45 à 20h10 cours aikido pour adultes

De 17h30 à 18h30 cours aikido pour enfants dès 5 ans

De 16h00 à 17h00 sport et intellect pour enfants 3-7 ans

École d'Aïkido, Rue de Maillefer 11d, Neuchâtel www.dojo-ne.ch





La santé et l'activité physique, indissociables!

Pratiquer une activité physique régulière est un gage de bonne santé physique et psychique. Raison pour laquelle, nous vous encourageons grâce au programme «Septembre, le mois qui bouge!» à venir découvrir et essayer de nouvelles activités. Ce programme vous permettra d'allier activité physique, plaisir et découverte pour pimenter votre quotidien et bouger différemment dans la joie et la bonne humeur. Dans le but que cette expérience d'un jour devienne une habitude de tous les jours.

Nos partenaires médias

ARCInfo

RTN

canal alpha

