

# BOUGE!

Programme des activités physiques

# 2020

## Février

- 2** **Dimanche Sportif**  
Montolý
- 7** **Tournoi de Broomball**  
Grand-Champ, patinoire
- 8** **Tournoi de hockey**  
Grand-Champ, patinoire

## Mars

- 19** **Mérites Sportifs Régionaux**  
Théâtre de Nyon-Marens
- 22** **Mois de la santé et du bien-être**  
Lancement du programme à la salle communale
- 29** **Dimanche Sportif**  
Grand-Champ

## Avril

- 5** **Dimanche Sportif**  
Perrerets
- 5** **Sunday Training**  
Perrerets
- 26** **Gland Spring Run**  
Course à pied 1, 2, 5, 10 km  
Montolý



## Juin

- 7** **Bike Walk & Brunch**  
Gland
- 7** **Urban plogging**  
Gland
- 27** **Summer Party**  
La Falaise
- 28** **Tournoi Street Foot et Basket**  
Grand-Champ

## Mai

- 10** **La Suisse Bouge**  
En Bord
- 16** **Fête du Skatepark**  
En Bord

Urban Training



## Août



Été à la Falaise

Urban Training

## Juillet

- 17** **Sport City Tour Yoga**  
Gland

Été à la Falaise

Urban Training



## Septembre

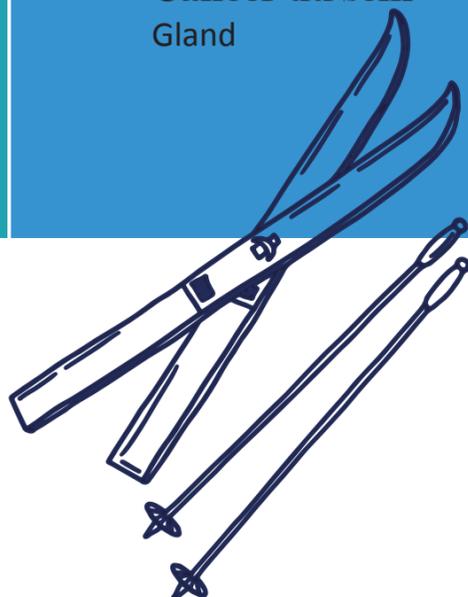
- 26** **Gland Ça Marche**  
Grand-Champ
- 26** **Tir de l'Amitié**  
Grand-Champ



Urban Training

## Octobre

- 4** **Matinée Cancer du sein**  
Gland



## Novembre

- 6** **Inauguration Patinoire**  
Grand-Champ
- 8** **Dimanche Sportif et Ski Training**  
Grand-Champ
- 21** **Bubble foot sur glace**  
Grand-Champ

## Décembre

- 13** **Dimanche Sportif**  
Grand-Champ
- 13** **Ski Training**  
Grand-Champ

+ Toute l'année

**Soirées Sport'Ouvertes**  
Mauverney



Cité de l'énergie  
Gland  
European energy award

Service de la Population SPOR  
Grand'Rue 38 - 1196 Gland  
Tél. : +41 22 354 04 48  
E-mail : sport@gland.ch

Gland  
VILLE DE

2020

Programme des activités physiques

**BOUGE !**

[www.gland.ch/sports](http://www.gland.ch/sports)

INSCRIPTIONS  
&  
INFORMATIONS

# BOUGE !

Suite à la parution, en 2019, du premier programme annuel des événements liés au sport et à la santé organisés par la Ville de Gland, voici la version pour l'année 2020, améliorée et élargie.

Les activités sportives gratuites mises en place par la Ville de Gland rencontrent un immense succès, tout comme d'ailleurs bon nombre d'autres événements qui vous sont proposés à vous, citoyennes et citoyens glandois, et auxquels vous participez toujours en masse et avec enthousiasme. C'est donc en toute logique que nous vous proposons à nouveau de telles animations, qui favorisent très largement ce que la Municipalité a mis en avant dans le cadre de son programme de législature : le vivre ensemble.

Parallèlement, les infrastructures sportives continuent de se développer et une nouvelle salle de sport sera à disposition de nos sociétés locales en 2020, aux Perrerets.

Profitez ainsi de bouger tout au long de l'année 2020 avec nous et continuez d'en parler autour de vous, afin de promouvoir encore plus la belle dynamique de votre Ville !

La Municipalité

## Connaissez-vous ?



[www.sportcitytour.ch](http://www.sportcitytour.ch)



[www.facebook.com/BougeSorsGland](http://www.facebook.com/BougeSorsGland)



[www.facebook.com/Patinoiredegland](http://www.facebook.com/Patinoiredegland)



[www.gland.ch/dimanchessportifs](http://www.gland.ch/dimanchessportifs)



[www.gland.ch/skitraining](http://www.gland.ch/skitraining)

### Sport City Tour

Cette application localise facilement les chemins sportifs à Gland et vous aide à vous entraîner en vous proposant des exercices disponibles sur l'application et expliqués en vidéo.

### Bouge & Sors !

La nouvelle page facebook dédiée aux activités sportives et culturelles de la Ville de Gland.

### Glisse !

La patinoire de la Ville de Gland a évolué cette année en s'offrant une nouvelle identité visuelle et un programme d'activités.

### Les dimanches sportifs

Un dimanche par mois, de fin octobre à avril les enfants sont invités à venir découvrir les nombreux sports proposés par les clubs de la Ville de Gland.

### Ski training

Sessions d'entraînements pour les activités hivernales telles que le ski, la randonnée ou la raquette à neige pour tous les niveaux dès 13 ans.