

coop



DUEL

INTERCOMMUNAL

**Dynamique
et active**

BEX

la ville sportive

du 1er mai au 1er juin 2025
notre commune participe !

DUEL INTERCOMMUNAL
CHAQUE MINUTE COMPTE !

www.duelintercommunalcoop.ch/zip/1880

coop

groupe mutuel

UN PROJET DE
suisse.bouge

DURANT TOUT LE MOIS DE MAI

Les sociétés suivantes ouvrent leurs cours habituels et vous proposent de cumuler des minutes durant tout le mois de mai.

La foulée bellerine

🕒 LE JEUDI (sauf le 15 mai) 18h00 ou 18h45

Course à pied

Piste Vita

Public : dès 10 ans

🕒 SAMEDI 3 MAI 09h00

Trail 8 à 12 km

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : plusieurs niveaux

🕒 DIMANCHE 11 MAI 09h00

Trail 8 à 15 km

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : niveaux moyens à expérimentés

🕒 DIMANCHE 25 MAI 09h00

Trail 8 à 15 km

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : niveaux moyens à expérimentés

SFEP

🕒 MERCREDIS 7, 14, 21, 28 MAI - 14H30 > 15H30

Gym danse fun

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : 8 à 12 ans - tenue de sport, baskets d'intérieur

🕒 JEUDIS 1^{ER}, 8, 15, 22 MAI - 20H15 > 21h30

Danse contemporaine

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 15 ans

AIKIDO CLUB BEX

🕒 LUNDIS 5, 12, 19, 26 MAI - 19H30 > 21H00
JEUDIS 1^{ER}, 8, 15, 22 MAI - 19H30 > 21H00

Aikido Self Défense

DojoPré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans - tenue de sport, pieds nus

VEN 9 & SAM 10 MAI



Matériel de récolte des déchets disponible
à la Commune de Bex le 9 mai 2025

Gants et sacs poubelles
gratuits.

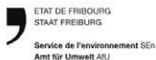
Impacts sur la nature

Les déchets sauvages polluent le sol, les plantes et les eaux.
Leur durée de vie dans l'environnement est très longue :

- mégot : 2 ans
- bouteille en plastique : 450 ans
- bouteille en verre : 4'000 ans
- pile électrique : 7'500 ans

Impacts économiques

En Suisse, le coût du nettoyage s'élève à environ 200 millions
de francs par an, dont les 3/4 sont supportés par les communes.



SAMEDI 10 MAI

🕒 14H00 > 16h00 **E-bike**

Commission des sports

Place du Marché

Public : dès 14 ans

Matériel : parcours VTT électrique, casque obligatoire

DIMANCHE 11 MAI

🕒 10H00 > 13h00 **Challenge Randonnée**

Commission des sports

Parking Tanner aux Plans-sur-Bex

Public : tout niveau, enfants bons marcheurs, sans poussettes
Matériel : chaussures de marche, boisson, petit ravitaillement
Randonnée Les Plans-Bovonne. Possibilité de pic-niquer à l'arrivée. La descente se fait à pied.

🕒 09H00 > 10h30 **Trail 8 à 15 km**

La foulée bellerine

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : niveaux moyens à expérimentés

LUNDI 12 MAI

🕒 09h00 > 10h00 **Pilates**

Ecole de danse L'Alternative

Stand de Vauvrise

Public : dès 16 ans
Matériel : habits de sport, tapis de gym

🕒 10h30 > 11h30 **Yoga**

Mandala Yoga

Stand de Vauvrise

Public : tout public
Matériel : habits de sport, tapis de gym

🕒 15h00 > 16h00 **Danse assise**

Résidence Grande Fontaine

Rte de l'Infirmierie 17-19

Public : tout public, adapté aux tout-petits
Chorégraphie guidée sur fond musical en étant assis
Inscription obligatoire au 024 463 91 69

🕒 16h30 > 17h30 **Gym enfantine**

SFEP

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : 4 à 6 ans
Matériel : tenue de sport

LUNDI 12 MAI

🕒 16h30 > 17h30 **Modern-Jazz**

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 8 à 11 ans

Matériel : tenue de sport, cheveux attachés

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 17h30 > 18h30 **Modern-Jazz**

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 12 à 14 ans

Matériel : tenue de sport, cheveux attachés

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 17h30 > 19h30 **Initiation au foot**

FC Bex

Stade du Relais

Public : 17h30-18h30 : 5 à 9 ans / 18h30-19h30 : 10 à 14 ans

Matériel : tenue de sport

Informations : info@fc-bex.ch

🕒 17h30 > 19h00 **Course à pied + jeux**

Ski-Club Bex

Piste Vita

Public : dès 8 ans

Matériel : baskets, tenue de sport

🕒 18h00 > 20h00 **Initiation au BMX**

BMX Club Chablais

Piste de bicross, Rte des Mines de sel

Public : dès 6 ans

Matériel : BMX ou VTT, genouillères, coudières et gants

🕒 18h00 > 19h00 **Initiation au karaté**

Shotokan karaté

Salle de la Servanne

Public : dès 12 ans

Matériel : tenue de sport - le karaté se pratique pieds nus

LUNDI 12 MAI

🕒 18h00 > 19h00 **Zumba**

C. Cannistra

Route des Tioleires 8

Public : dès 14 ans

Matériel : tenue de sport, baskets d'intérieur

Inscription & informations au 079 209 54 53

🕒 18h30 > 19h45 **Modern-Jazz**

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 15 à 20 ans

Matériel : tenue de sport, cheveux attachés

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 18h30 > 20h00 **Marche**

Commission des sports

Piste Vita

Public : dès 16 ans

Matériel : tenue de sport, chaussures de marche

🕒 19h00 > 20h30 **Foot en salle**

FSG Bex

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 15 ans

Matériel : tenue de sport, baskets d'intérieur

🕒 19h00 > 19h45 **CIRCL-Mobility**

C. Cannistra

Route des Tioleires 8

Public : dès 16 ans

Matériel : tapis de gym

Remarque : Circl Mobility est une méthode d'exercice axée sur l'amélioration de la mobilité articulaire, la flexibilité et la stabilité corporelle.

Elle utilise des mouvements circulaires pour renforcer les articulations, augmenter la flexibilité, et développer la stabilité. Cette approche favorise également la relaxation, la concentration et le bien être mental.

Inscription au 079 209 54 53

🕒 19h30 > 21h00 **Aikido - self-défense**

Aikido Club Bex

Dojo du Pré-de-la-Cible 4

Public : dès 16 ans

Matériel : tenue de sport, pieds nus

MARDI 13 MAI

🕒 10h30 > 11h15 **Gym douce**

Résidence Grande Fontaine

Rte de l'Infirmierie 25

Centre d'accueil temporaire Dolce Vita

Public : tout public
adapté aux tout-petits

Inscription obligatoire au 024 463 91 69

🕒 15h00 > 16h30 **Pétanque**

Résidence Grande Fontaine

Rte de l'Infirmierie 19

Public : dès 7 ans
Remarque : boules de pétanques plus légères

🕒 16h30 > 17h30 **Danse classique**

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 8 à 10 ans
Matériel : tenue de sport, cheveux attachés

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 16h45 > 17h45 **Gym en salle**

Gym Âge d'Or

Salle de gym de la Servanne

Public : de 40 à 93 ans
Matériel : habits confortables, baskets d'intérieur

🕒 17h00 > 18h00 **Gym Parents-Enfants**

FSG Bex

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : de 2 à 4 ans, accompagné d'un parent
Matériel : tenue de sport

🕒 17h30 > 18h30 **Danse classique**

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 11 à 12 ans
Matériel : tenue de sport, cheveux attachés

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 18h00 > 20h00 **Badminton**

Commission des sports

Salle de gym de la Servanne

Public : 18h00-19h00 : 8 à 16 ans / 19h00-20h00 : dès 16 ans
Matériel : tenue de sport, baskets

MARDI 13 MAI

🕒 18h15 > 20h00 **Basketball**

Commission des sports

Terrain de sport de la Servanne

Public : 18h15-19h00 : 11 à 13 ans / 19h00-20h00 : 14 à 16 ans

Matériel : tenue de sport, baskets

🕒 18h30 > 20h00 **Initiation à la rame**

Pontonniers

Domaine du Rhône

Public : dès 12 ans

Matériel : bonnes chaussures résistantes à l'eau

🕒 18h40 > 19h50 **Aikido - self-défense**

Aikido Club Bex

Dojo du Pré-de-la-Cible 4

Public : dès 16 ans

Matériel : tenue de sport, pieds nus

Informations et inscriptions au 079 241 57 49

🕒 19h00 > 20h00 **Multi-sports**

FSG Bex

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : 7 à 16 ans

Matériel : tenue de sport, baskets

🕒 19h00 > 21h30 **Football américain**

Monthey Rhinos

Terrain des Ilettes - Av. Simplon 100E - Monthey

Public : dès 15 ans

Matériel : chaussures à crampons (style football) ou baskets

Informations : 076 415 62 21 Patrick Catillaz

🕒 19h30 > 20h30 **Zumba Fitness**

FSG Bex

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans - mixte - cardio intensif

Matériel : tenue de sport - baskets pour intérieur

🕒 21h30 > 22h30 **Balade au clair de lune**

Commission des sports

Centre sportif de la Servanne

Public : dès 16 ans

Matériel : chaussures de marche et tenue de sport, lampe frontale

MERCREDI 14 MAI

🕒 09h00 > 12h00 Randonnée T2

CAS Argentine

Piste Vita

Public : tout public

Matériel : chaussures de marche, bâtons de marche si nécessaire

Infos : 450m de dénivelé, 10 km, 3h sur la commune de Bex

Inscriptions au 079 505 64 09 Emile Vittoz jusqu'au 12 mai

🕒 10h15 > 11h15 Danse classique

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : adultes débutants

Matériel : tenue de sport, cheveux attachés

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 13h00 > 15h00 Tennis

Club de tennis de Bex

Terrain de tennis Pré-de-la-Cible

Public : 13h00-14h00 : 6 à 10 ans / 14h00-15h00 : 10 à 16 ans

Matériel : tenue de sport, casquette, baskets

Inscription obligatoire au 079 464 21 04

Uniquement par beau temps

🕒 13h30 > 15h00 / 15h30 > 17h00 Escape Room

Epic Quest Sàrl

Route des Tioleires 8

Public : 8 à 15 ans

Inscription obligatoire au 079 434 10 13 ou contact@epic-quest.ch

🕒 14h00 > 17h00 Initiation au lancer de hache

AXERS

Route de Massongex 4

Public : dès 10 ans, accompagné par un adulte responsable

Matériel : chaussures fermées

Inscription obligatoire : bex@axers.net (préciser heure souhaitée)

🕒 14h00 > 15h00 Eveil initiation à la danse

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 4 à 7 ans

Matériel : habits de sport, cheveux attachés

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

MERCREDI 14 MAI

🕒 14h30 > 15h30 **Gym Danse Fun**

SFEP

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : 8 à 12 ans

Matériel : tenue de sport, baskets d'intérieur

🕒 15h00 > 16h00 **Marche**

Résidence Grande Fontaine

Route de l'Infirmier 19

Public : ouvert à tous, marche adaptée à des personnes âgées et aux tout-petits, tour du quartier avec quelques pauses

🕒 15h15 > 18h15 **Hip Hop**

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 15h15-16h15 : 7 à 8 ans (initiation)
16h15-17h15 : 9 à 10 ans / 17h15-18h15 : 11 à 12 ans

Matériel : habits de sport, cheveux attachés, baskets d'intérieur

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 16h30 > 17h00 **CrossFit Kids**

CrossFit Nox

Route de l'Aérodrome 3

Public : 5 à 8 ans

Matériel : tenue de sport, baskets, gourde

Infos et inscription obligatoire au 078 695 70 58

🕒 16h30 > 18h30 **Cirque, jonglage, équilibre, aérien**

Ecole de cirque Snick

Route des Courtraits 28 - Halle 16

Public : tout public

Matériel : habits confortables

🕒 17h00 > 18h00 **Body-soft**

FSG Bex

Centre sportif de la Servanne

Public : dès 55 ans

Matériel : tenue de sport, tapis de sport et linge

🕒 17h30 > 18h30 **CrossFit Teens**

CrossFit Nox

Route de l'Aérodrome 3

Public : 9 à 15 ans

Matériel : tenue de sport, baskets, gourde

Infos et inscription obligatoire au 078 695 70 58

🕒 18h00 > 19h30 / 20h00 > 21h30 **Escape Room**

Epic Quest Sàrl **Route des Tioleires 8**

Public : dès 16 ans
Inscription obligatoire au 079 434 10 13 ou contact@epic-quest.ch

🕒 18h00 > 19h00 **Zumba Ado**

FSG Bex **Centre sportif Pré-de-la-Cible**

Public : dès 10 ans
 Matériel : tenue de sport, baskets
Informations au 079 209 54 53

🕒 18h00 > 19h00 **Zumba Gold**

FSG Bex **Salle de la Servanne**

Public : dès 35 ans
 Matériel : tenue de sport, baskets pour l'intérieur

🕒 18h15 > 19h15 **Hip Hop**

Ecole de danse L'Alternative **Rte des Courtraits 8**

Public : dès 13 ans
 Matériel : habits de sport, cheveux attachés, baskets d'intérieur
Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 19h00 > 21h00 **Beach-Volley**

Volley-Détente **Centre sportif de la Servanne**

Public : dès 16 ans
 Matériel : tenue de sport, baskets d'intérieur ou extérieur selon le lieu
Informations et inscription au 079 449 58 59, en cas de mauvais temps déplacé au Centre sportif Pré-de-la-Cible

🕒 19h00 > 20h30 **Tai-Jitsu**

Ecole de Tai-jitsu du Chablais **Dojo du Pré-de-la-Cible 4**

Public : dès 12 ans
 Matériel : tenue de sport ou kimono
Informations au 079 325 91 35

MERCREDI 14 MAI



19h30 > 21h30

Grimpe en salle

CAS Argentine

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans

Matériel : tenue de sport

Inscription au 079 436 74 48



19h30 > 20h30

Strong

FSG Bex

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans, cardio intensif, entraînement HIIT (haute intensité)

Matériel : tenue de sport, tapis de gym, gourde



19h30 > 20h30

Pilates

Ecole de danse L'Alternative

Stand de Vauvise

Public : dès 16 ans

Matériel : tapis de gym

INFOS GÉNÉRALES

En principe, les activités se déroulent **par tous les temps**, mais certaines d'entre elles **peuvent être annulées** en fonction de conditions météorologiques défavorables. En cas de **grosses chaleurs**, prendre de quoi s'hydrater !

Votre participation aux activités n'entraîne **aucune obligation d'adhésion** aux sociétés qui les mettent sur pied.

Chaque participant doit être **personnellement assuré** contre les accidents. Attention : certaines activités nécessitent une **inscription préalable**, merci d'en tenir compte.

Images : Des photos seront prises durant toute la semaine, si vous ou votre enfant ne désirez pas être pris en photo, merci de nous en informer avant l'activité. Ces photos seront publiées sur les réseaux sociaux ainsi que le site de la Suisse Bouge.



Un t-shirt souvenir sera offert aux personnes qui auront participé **AU MINIMUM à 3 activités (2 activités pour les 4 - 6 ans)** sur des jours différents + **au GO FOR FIVE** les 17 et 18 mai.

MERCREDI 14 MAI



🕒 13H30 > 15h00 **TrekMines Mines Aventures**

Les Mines de Sel de Bex

dans les Mines de Sel de Bex

Public : dès 8 ans, les enfants et les jeunes de moins de 18 ans doivent être accompagnés d'un adulte responsable (prenant également part au Trekmines), réservé aux personnes non claustrophobes.

Matériel : Souliers de marches - habits peu dommages (température à l'intérieur de la Mine est d'environ 17°C) - lampe frontale - petit en-cas pour la pause

Infos : environ 3 km - Dénivellation 180 m. en galerie
Durée du parcours : 3h30

Rendez-vous à 13h15 sur le Site du Bouillet

Infos et inscription obligatoire au 079 636 55 18 jusqu'au 9 mai 2025 - 30 personnes maximum

Ce parcours TrekMines commence par la montée à pied (env. 20 min.), à travers la forêt du Fondement, jusqu'à la Galerie du Coulat. Puis, le trekking se poursuit par le parcours de l'étage du Coulat et une visite des galeries et des étages d'exploitation du 18ème siècle : de Graffenried, St-Louis ainsi que la Chambre de la Roue. Le retour se fait par le Grand Escalier, et la sortie par la Galerie du Bouillet à bord du train des mineurs.



JEUDI 15 MAI

🕒 09h00 > 11h00 Marche

SFEP

Stand de Vauvrise

Public : dès 15 ans
Matériel : tenue de sport, baskets
Informations au 079 793 31 34

🕒 14h00 > 15h00 Marche

Résidence Grande Fontaine

Rte de l'Infirmier 25
Centre d'accueil temporaire Dolce Vita

Public : ouvert à tous, adapté aux tout petits
tour du quartier avec quelques pauses

🕒 16h00 > 18h00 Danse contemporaine enfants

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : 16h00-17h00 : 8 à 10 ans / 17h00-18h00 : 11 à 12 ans
Matériel : tenue de sport, cheveux attachés
Inscription obligatoire au 079 363 93 66

🕒 17h00 > 19h00 Unihockey

Commission des sports

Centre sportif de la Servanne

Public : 17h00-18h00 : 8 à 11 ans / 18h00-19h00 : 12-14 ans
Matériel : tenue de sport, baskets
Inscription obligatoire au 079 787 53 58

🕒 17h45 > 19h15 Aikido self-défense

Aikido Club

Dojo Pré-de-la-Cible 4

Public : 9 à 15 ans
Matériel : tenue de sport, pieds nus
Information et inscription au 079 241 57 49

🕒 18h00 > 19h00 Gym senior fit

SFEP

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : seniors
Matériel : tenue de sport, baskets
Informations au 079 380 27 69

🕒 18h00 > 19h00 **Initiation au karaté**

Shotokan Karaté

Salle de la Servanne

Public : dès 12 ans

Matériel : tenue de sport, pieds nus

🕒 18h00 > 19h00 **Country Line Dance**

Rodéo Line Dancers

Route des Tioleires 8

Public : dès 16 ans

Matériel : gourde, chaussures d'intérieur

Inscription obligatoire au 079 330 21 88

🕒 18h30 > 19h30 **Course à pied**

La foulée bellerine

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 10 ans

Matériel : tenue selon météo, baskets de course

Informations au 079 349 45 17

🕒 18h30 > 19h30 **CrossFit Team**

CrossFit Nox

Route de l'Aérodrome 3

Public : de 16 à 70 ans

Matériel : tenue de sport, baskets, gourde

Inscription obligatoire au 078 695 70 58

🕒 18h30 > 20h30 **Vélo VTT et électrique**

Cyclophile

Grande Salle

Public : dès 18 ans

Matériel : VTT ou vélo électrique, casque

Inscription et informations au 079 258 84 13

🕒 19h00 > 21h00 **Pétanque**

Commission des sports

Stand de Vauvaise

Public : ouvert à tous

Matériel : si vous avez du matériel de pétanque, prenez-le

JEUDI 15 MAI

🕒 19h00 > 19h45 **Zumba Step**

FSG Bex

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans, cardio intensif

Matériel : tenue de sport, baskets, gourde

Informations au 079 261 62 93

🕒 19h30 > 21h00 **Aikido self-défense**

Aikido Club

Dojo Pré-de-la-Cible 4

Public : dès 16 ans

Matériel : tenue de sport, pieds nus

Information et inscription au 079 241 57 49

🕒 19h45 > 20h30 **Evolution-Body**

FSG Bex

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans

Matériel : tenue de sport, baskets, gourde, poids (1 ou 2 kg), linge

Informations au 079 261 62 93

🕒 20h15 > 21h30 **Danse contemporaine**

SFEP

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 15 ans

Matériel : tenue de sport

SOUTIENS



VENDREDI 16 MAI

🕒 05h00 > 06h00 Réveil matinal, marche, course

Commission des sports

Stand de Vauvrise

Public : dès 14 ans, tous niveaux

Matériel : tenue de sport, baskets, lampe frontale
petit-déjeuner sur place après l'effort

🕒 09h00 > 10h00 Pilates

Ecole de danse L'Alternative

Stand de Vauvrise

Public : dès 16 ans

Matériel : habits de gym tapis de gym

🕒 09h00 > 09h45 CIRCL-Mobility

C. Cannistra

Route des Tioleires 8

Public : dès 16 ans

Matériel : tapis de gym

Remarque : Circl Mobility est une méthode d'exercice axée sur l'amélioration de la mobilité articulaire, la flexibilité et la stabilité corporelle. Elle utilise des mouvements circulaires pour renforcer les articulations, augmenter la flexibilité, et développer la stabilité. Cette approche favorise également la relaxation, la concentration et le bien être mental.

Inscription au 079 209 54 53

🕒 13h30 > 15h00 Cross des écoles

Ecole primaire de Bex

Stade du Relais (terrains de foot)

Public : élèves de 2H à 6H

Venez nombreux les encourager !

En cas de mauvais temps, renvoyé au 23 mai 2025

🕒 17h00 > 21h00 Tennis libre

Tennis Club Bex

Terrains de tennis Pré-de-la-Cible

Public : tout public

Matériel : tenue de sport, baskets, raquette

🕒 17h30 > 18h30 Danse contemporaine

Ecole de danse L'Alternative

Rte des Courtraits 8

Public : dès 12 ans (ado)

Matériel : tenue de sport, cheveux attachés

Inscription obligatoire au 079 363 93 66

SAMEDI 17 MAI

🕒 08h00 > 20h00 **Tournoi d'unihockey**

Association B-Events

Centre sportif Pré-de-la-Cible

Public : dès 16 ans

Matériel : tenue de sport, baskets d'intérieur

Info et inscription: assoc.bevents@gmail.com

🕒 14h00 > 17h00 **Monocycle et vélo originaux**

Ecole de cirque Snick

Route des Courtraits 28 - Halle 16

Public : tout public

Matériel : habits confortables

SAMEDI 17 ET DIMANCHE 18 MAI

GO FOR FIVE

Parcours ludique d'environ 5 km ouvert à tous (pas adapté aux poussettes). Venez avec votre famille, amis et les compagnons à 4 pattes sont les bienvenus.

Un parcours adapté pour les seniors et les personnes à mobilité réduite sera mis en place.

Samedi : Départ libre de 9h00 à 12h00

Dimanche : Départ libre de 9h00 à 11h00

Récompense à l'arrivée

Lieu : Collège de la Servanne

Infos : 079 787 53 58 / 079 636 55 18 / 079 209 54 53

LA COMMISSION SPORTS DE BEX



Laure, Karim et Linda ne figurent pas sur la photo.

La Commission Sports vous donne rendez-vous les

21 juin

dans le cadre de **Bex en Fête**

(course à pied avec obstacles, pour tous les enfants
jusqu'à 12 ans)

13 septembre

pour le **Grand Prix du Châtel**

(course à pied jusqu'à 15 ans)

Les infos suivront sur les pages
Facebook et Instagram **Bex-Bouge**



COMMISSION **SPORTS**
COMMUNE DE BEX

Des activités sportives pour tous !

pour tous les âges - pour tous les niveaux

De quoi s'agit-il ?

Le « Duel intercommunal Coop » est un programme national destiné à encourager l'activité physique et une alimentation saine dans les communes.

Du 1^{er} mai au 1^{er} juin 2025, les communes organisent des manifestations de sport et d'activités physiques pour la population.

Les communes actives sont réparties en 4 catégories selon leur nombre d'habitants. Dans chaque catégorie, la commune avec le plus de minutes de mouvement sur son compte, se verra récompensée et recevra le titre de « La commune de Suisse qui bouge le plus ».

Du 1^{er} mai au 1^{er} juin 2025

comptabilisez des minutes de mouvement en vous connectant sur l'application durant la pratique de vos activités individuelles.



Téléchargez l'app



BEX

la ville sportive

Accumulez des minutes du 1^{er} mai au 1^{er} juin



COMMISSION SPORTS
COMMUNE DE BEX

Avec le concours des sociétés sportives bellerines