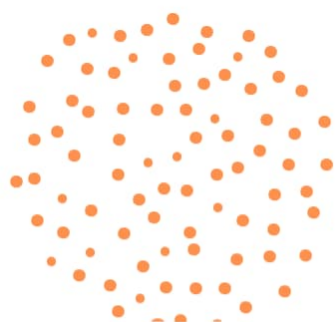




COURROUX-COURCELON BOUGE DANS LE CADRE DE LA SUISSE BOUGE

Du 1^{er} mai au 31 mai 2026

Quel que soit ton âge, chaque minute compte



→
Pour plus d'informations

LA SUISSE BOUGE EN BREF :

- C'est le plus grand programme national destiné à encourager l'activité physique au sein de la population.
- La manifestation a lieu durant le mois de mai. Durant cette période, chacune et chacun peut accumuler des minutes de mouvements pour la commune de son choix et ainsi l'aider à remporter le titre de « la commune de Suisse qui bouge le plus ».
- Lorsque la manifestation sera terminée, les 3 meilleures communes seront couronnées « commune de Suisse qui bouge le plus » et recevront un montant en espèces, offert par les sponsors Coop et Groupe Mutuel, à investir dans un projet sportif de la commune.

VOICI COMMENT ACCUMULER DES MINUTES POUR LA COMMUNE :

**TÉLÉCHARGE
L'APP**



1. Télécharge l'application gratuite du « Duel intercommunal Coop » (via le QR-Code).
2. Inscris-toi sur l'application.
3. Enregistre toutes tes minutes de mouvements, que ce soit une balade, un match de tennis, du yoga dans ton jardin, etc.

Toutes les minutes que tu accumules vont sur le compteur de la commune de ton choix et s'inscrivent également dans tes statistiques personnelles de l'application.

- **FSG - Gymnastique - parents - enfants 3 - 5 ans**
 Lundis 04, 11 et 18 mai 2026
 16h15 - Halle de gymnastique Général-Guisan 1
 Inscription auprès de M^{me} Liliane Montavon au
 079 282 68 53 ou liliane.montavon@bluewin.ch
- **FSG - Athlétisme - découverte - enfants dès 8 ans**
 Lundis 04, 11 et 18 mai 2026
 17h30 - Centre sportif Courroux
- **FSG - Gymnastique – Groupe Actives**
 Mardis 05, 12, 19 et 26 mai 2026
 18h45 - Halle de gymnastique Général-Guisan 2
- **FSG - Gymnastique – Groupe Seniors**
 Mardis 05, 12, 19 et 26 mai 2026
 20h00 - Halle de gymnastique Général-Guisan 2
- **FSG - Gymnastique – Groupe 35+**
 Mercredis 06, 13, 20 et 27 mai 2026
 18h30 - Halles de gymnastique Général-Guisan 1 & 2
- **FSG - Gymnastique – Groupe dames**
 Jeudis 07, 21 et 28 mai 2026
 20h15 - Halle de gymnastique Général-Guisan 2
- **FSG - Course à pied – Jeunesse**
 Mardis 05, 12, 19 et 26 mai 2026
 18h00 – Stade de La Blancherie - Delémont
- **FSG - Course à pied - Jeunesse**
 Jeudis 07, 21 et 28 mai 2026
 18h15 - Centre sportif Courroux

- FSG - Course à pied - Populaire adultes
Jeudis 07, 21 et 28 mai 2026
18h15 - Centre sportif Courroux
- Vélo Club Val Terbi - VTT - de 12 à 15 ans Mardis
05, 12, 19 et 26 mai 2026
17h45 - Centre sportif Courroux
- Vélo Club Val Terbi - VTT - de 8 à 11 ans Mercredis
06, 13, 20 et 27 mai 2026
17h00 - Centre sportif Courroux

DE PLUS :

Avec la commune de Courtételle, nous avons décidé de nous challenger.

Alors qu'elle sera la commune qui sera la meilleure en minutes accumulées ?

La Commission de la Vie Locale de Courroux vous invite à participer à la Suisse bouge et à enregistrer vos minutes, afin de se confronter à la commune de Courtételle.



SPONSORS DE LA SUISSE BOUGE :

