



FONDATION

JURA CH
RÉPUBLIQUE ET CANTON DU JURA

14 AOÛT 2020

OFFICE DES SPORTS

Fondation O₂

Rue de l'Avenir 23
2800 Delémont

t 032 544 16 10
info@fondationo2.ch
www.fondationo2.ch

23, rue du Banné
CP 1476
2900 Porrentruy 1

t 032 420 34 50
f 032 420 34 51
ocs@jura.ch
www.jura.ch/ocs

Delémont, le 10 août 2020

Ce dossier est traité par :

Tania Schindelholz, +41 (0)32 544 16 17, tania.schindelholz@fondationo2.ch

Midi Actif 2020-2021

Madame, Monsieur,

La Fondation O₂ et l'Office des sports ont le plaisir de vous annoncer la 15^{ème} édition de **Midi actif**.

Cette année, 29 cours seront proposés à la population jurassienne, dès 16 ans et ce sur Porrentruy, Delémont ainsi qu'aux Franches-Montagnes. Les cours auront lieu selon les consignes de l'Office fédéral de la santé publique (OFSP) et sous réserve de modification ou d'annulation selon l'évolution de la pandémie.

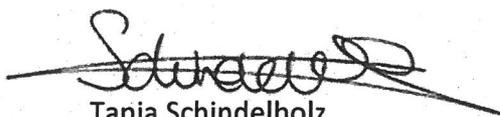
Les activités de ces deux prochaines sessions sont variées : renforcement musculaire, natation, course à pied, squash, tennis – et bien d'autres encore – sont au programme. Afin d'axer également sur la santé mentale, des activités telles que gestion du stress et sophrologie sont également proposées. Informations et inscriptions en ligne dès le **lundi 17 août 2020**.

Le programme vise à encourager les participant-e-s à découvrir de nouvelles disciplines et à poursuivre leur activité en s'inscrivant par la suite dans les clubs et sociétés de la région qui sont présentés et valorisés dans le cadre de ces cours.

Vous trouverez ci-joint la brochure relative à Midi actif ainsi que l'affiche (s'il y en a une, elle est pour vous !). Si vous en avez reçu plusieurs, c'est parce que nous comptons sur vous pour les mettre à disposition de vos collaborateurs, de vos amis, de vos connaissances, dans votre salle d'attente, votre bureau, vos guichets, votre lieu de rencontre afin que les personnes susceptibles de participer ou concernées par ces cours en soient informées.

Des renseignements peuvent être obtenus au secrétariat de l'Office des sports (032 420 34 50-56, ocs@jura.ch ou sur www.jura.ch/ocs) et à la Fondation O₂, auprès de Mme Tania Schindelholz, cheffe de projet pour le programme alimentation & activité physique (032 544 16 17, tania.schindelholz@fondationo2.ch ou sur www.fondationo2.ch).

En vous remerciant d'avance de votre collaboration, nous vous transmettons, Madame, Monsieur, nos plus cordiaux messages.



Tania Schindelholz
*Cheffe de projet - Programme
alimentation & activité physique*



Vincent Pilloud
Chef de l'Office des sports

Annexes : mentionnées

midi actif



PROGRAMME 2020/21

Delémont, Porrentruy, Franches-Montagnes

Cours midi actif à choix de 12h15 à 13h15

Inscription en ligne !

A choix: session de septembre à décembre 2020 et/ou session de janvier à avril-mai 2021 (12 ou 16 cours selon les activités).

Prix: - 80 frs par activité pour la session d'automne ou de printemps de 12 cours.
- 100 frs par activité pour la session de printemps de 16 cours.

Exception: tennis à Porrentruy : 100 frs ou 120 frs selon la session choisie.
Pas de remboursement (lire les conditions générales sur internet).

Le descriptif des cours se trouve sur nos pages internet:

www.jura.ch/ocs ou www.fondationo2.ch

Contact

Office des sports
Case postale 1476
2900 Porrentruy 1
ocs@jura.ch
www.jura.ch/ocs
032 420 34 56

ATTENTION:
Inscription à une seule activité
par bulletin internet!
Délai d'inscription: 8 jours avant
le début de l'activité.
Confirmation et
informations détaillées par
l'Office des sports.



JURA CH
RÉPUBLIQUE ET CANTON DU JURA
OFFICE DES SPORTS

Delémont

LU	MA	ME	JE	VE
 Natation (techniques de nage) Piscine de La Blancherie	 Pilates Dojo Eric Haenni	 Cross- boxing Jura Fight Academy (Courroux)	 Renforcement musculaire Blancherie I	 Pilates Dojo Eric Haenni
 Cuisses-abdos-fessiers Physic Club	 Squash* La Croisée	 Yoga Dojo Eric Haenni	 Urban training Vestiaires Blancherie III	 Courir pour sa santé Vestiaires Blancherie III
 Sophrologie Pro Senectute Salle Orange	 Gymnastique pour le dos* Blancherie I			 Indoor cycling Physic Club
	 Fitness aquatique** Piscine de La Blancherie			

* uniquement session automne

** uniquement session printemps

Porrentruy

LU	MA	ME	JE	VE
 Aqua Circuit Piscine des Tilleuls petit bassin	 Basketball Oiselier B	 Cross-training Let's go fitness	 Badminton Oiselier A	 Natation (techniques de nage) Tilleuls
 Yoga Salle privée	 Pilates Banné 2	 Courir pour sa santé (parcours VITA) Vestiaires Oiselier B	 Aqua Circuit Piscine des Tilleuls petit bassin	 Course pour tous Vestiaires Tilleuls
	 Initiation au tennis TCP et TCA			 Gestion du stress Tilleuls salle de théorie
	 Gymnastique pour le dos* Tilleuls			

Franches-Montagnes

MA

 Courir pour sa santé ES Saignelégier vest.+salle	 Sophrologie ES Saignelégier salle de musique
--	--

Le programme a lieu sur deux sessions 2020-2021 selon les indications.
Sous réserve de modifications.

www.jura.ch/ocs

www.fondationo2.ch