

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Tarifs, informations et inscriptions auprès des organisateurs santeactyv.ch/activitesvacancesete

3 - 7 JUILLET ■ 07H30 - 17H30
VACANCES ACTYV
MULTISPORTS
4-16 ANS
SPORTYCAMP
sportycamps.ch

7 - 11 AOÛT ■ 07H30 - 17H30
VACANCES ACTYV
MULTISPORTS
4-16 ANS
SPORTYCAMP
sportycamps.ch

10 - 14 JUILLET ■ 07H30 - 17H30
VACANCES ACTYV
GYM AUX AGRÈS
4-16 ANS
SPORTYCAMP
sportycamps.ch

14 - 18 AOÛT ■ 07H30 - 17H30
VACANCES ACTYV
GYM AUX AGRÈS
4-16 ANS
SPORTYCAMP
sportycamps.ch

10 - 14 JUILLET ■ 07H30 - 17H30
VACANCES ACTYV
MULTISPORTS
4-16 ANS
SPORTYCAMP
sportycamps.ch

14-18 AOÛT ■ 07H30 - 17H30
VACANCES ACTYV
MULTISPORTS
4-16 ANS
SPORTYCAMP
sportycamps.ch

17 - 21 JUILLET ■ 07H30 - 17H30
VACANCES ACTYV
MULTISPORTS
4-16 ANS
SPORTYCAMP
sportycamps.ch

10 - 14 JUILLET ■ 09h00 - 16h30
CAMPS FOOTBALL
6-13 ANS
YVERDON SPORT
yverdonsport.ch/yscamp

UN ÉTÉ AUX COULEURS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Venez bouger et vous mettre en mouvement tout au long de l'été!

Du mouvement et des activités ludiques dans les parcs, à la plage et à la piscine plein air: c'est le menu alléchant que propose le programme ActYv été 2023 de l'initiative Santé ActYv mis sur pied par le Service des sports et de l'activité physique de la Ville d'Yverdon-les-Bains et qui aura lieu du 1er juillet au 20 août 2023.

L'initiative Santé ActYv, proposée par le Service des sports et de l'activité physique, englobe différents programmes d'activités physiques libres pour toutes et tous à Yverdon-les-Bains. Le programme Santé ActYv favorise et facilite l'accès au sport et à l'activité physique dès le plus jeune âge et tout au long de la vie. En permettant de lutter notamment contre l'expansion des méfaits de la sédentarité, les prestations offertes par Santé ActYv visent à donner goût au mouvement à l'ensemble de la population et à compléter les offres des entités sportives publiques et privées.



PROGRAMME ACTYV ÉTÉ

Accessible à toutes et tous

santeactyv.ch/ete

#EnMouvementPourMaSanté

LES PARCS YVERDONNOIS S'ANIMENT !

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Avec des cours collectifs gratuits et tout public proposés par l'initiative Santé ActYv en partenariat avec Urban Training

DIMANCHES ■ 10H30 - 11H30
CIRCUIT TRAINING
02.07 / 27.08
♀ PLAGE (RDV À CÔTÉ DE LA BOXUP)
16.07
♀ PARC DU CASTRUM
30.07
♀ COLLÈGE DU CHEMINET

JEUDIS ■ 18H30-19H30
PILATES
20.07
♀ PARC DU CASTRUM
03.08
♀ COLLÈGE DU CHEMINET

JEUDIS ■ 18H30-19H30
CIRCUIT TRAINING
10.08
♀ PARC DES QUATRE-MARRONNIERS
24.08
♀ PARC DES CYGNES

JEUDI 06 JUILLET ■ 18H30-19H30
STRETCHING
♀ PLAGE (RDV À CÔTÉ DE LA BOXUP)

JEUDIS ■ 18H30-19H30
YOGA
27.07
♀ PARC D'ENTREMONT
17.08
♀ MENHIRS DE CLENDY

JEUDI 13 JUILLET ■ 18H30-19H30
CUISSES-ABDOS-FESSIERS
♀ PARC DE L'INDÉPENDANCE

DIMANCHE 06 AOÛT ■ 10H30-11H30
INTERVAL TRAINING
♀ PARC DES QUATRE-MARRONNIERS

① *Entraînements urbains gratuits avec Urban Training du 1^{er} mai au 9 octobre tous les lundis. Départs à 18H00 ou 19H00 de la Place Pestalozzi.*

Informations et inscriptions sur: urban-training.ch

DIMANCHES ■ 10H30-11H30
PILATES
09.07
♀ PARC DE L'INDÉPENDANCE
23.07
♀ PARC D'ENTREMONT
13.08
♀ MENHIRS DE CLENDY
20.08
♀ PARC DES CYGNES

SANS INSCRIPTION

COURS AQUATIQUES HEBDOMADAIRES À LA PISCINE PLEIN AIR

Cours proposés par l'initiative Santé ActYv

LUNDIS ■ 10H00 - 10H45
AQUA GYM EAU PROFONDE AVEC CEINTURE
ADOS-ADULTES-SENIORS
03.07 / 10.07 / 17.07 / 24.07 / 31.07 / 07.08
♀ FOSSE PLONGEOIR

MARDIS ■ 19H00 - 19H45
AQUA GYM
TOUT PUBLIC
04.07 / 11.07 / 18.07 / 25.07 / 08.08
♀ BASSIN NON-NAGEURS

MERCREDIS ■ 12H15 - 13H00
AQUA JEUX
TOUT PUBLIC
05.07 / 12.07 / 19.07 / 26.07 / 02.08 / 09.08 / 16.08
♀ BASSIN NON-NAGEURS

JEUDIS ■ 09H15-10H15
CONSEILS DE NAGE SENIORS
SENIORS
06.07 / 13.07 / 20.07 / 27.07 / 03.08 / 10.08 / 17.08
♀ BASSIN OLYMPIQUE

JEUDIS ■ 12H15 - 13H00
AQUA PILATES
TOUT PUBLIC
06.07 / 13.07 / 20.07 / 27.07 / 03.08 / 10.08
♀ BASSIN NON-NAGEURS

VENDREDIS ■ 12H30 - 13H00
AQUA CARDIO
ADOS-ADULTES
07.07 / 14.07 / 21.07 / 28.07 / 04.08 / 11.08
♀ FOSSE PLONGEOIR



Le tarif d'entrée à la piscine donne accès aux cours

JUILLET

MARDI 18 JUILLET ■ 19H30 - 20H30

"AB-DOS AUTREMENT"

COURS COLLECTIF // ADOS-ADULTES-SENIORS
 📍 PARC DU CASTRUM
 PAUSE PILATES

MERCREDIS ■ 14H00 - 18H00

ACTIVITÉS DIVERSES

INITIATION // TOUT PUBLIC
 05.07 / 12.07
 📍 PISCINE PLEIN AIR
 SERVICE JEUNESSE ET COHÉSION SOCIALE

MARDIS ■ 18H00 - 20H00

AVIRON

INITIATION // TOUT PUBLIC
 04.07 / 18.07
 📍 QUAI DE NOGENT 6, AU CLUB HOUSE
 UNION NAUTIQUE D'YVERDON

MARDIS ■ 09H30 - 10H30

BALADE ACTYV

COURS COLLECTIF // TOUT PUBLIC
 04.07 / 11.07 / 25.07
 📍 PLAGE (RDV À CÔTÉ DE LA BOXUP)
 SERVICE DES SPORTS ET DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

SAMEDIS ■ 10H00 - 11H30

CAPOEIRA

INITIATION // TOUT PUBLIC
 01.07 / 15.07
 📍 PLAGE (RDV À CÔTÉ DE LA BOXUP)
 CAPOEIRA YVERDON

SAMEDIS ■ 10H00 - 12H30

COACHING

INITIATION // TOUT PUBLIC
 08.07 / 15.07 / 22.07 / 28.07
 📍 AV. HALDIMAND 103, 2^e ÉTAGE
 INVICTUS STUDIO COACHING

MERCREDIS ■ 10H30 - 11H30

COFFRE À HISTOIRE

LECTURES // ENFANTS
 12.07 / 19.07
 📍 PISCINE PLEIN AIR
 BIBLIOTHÈQUE PUBLIQUE ET SCOLAIRE D'YVERDON-LES-BAINS

SAMEDI 18 JUILLET ■ 18H00 - 19H00

FASCIA TRAINING / NORDIC PROPULSING

INITIATION // ADULTES
 📍 MENCHIRS DE CLENDY
 VITATONIC - LE BIEN-ÊTRE PAR LE MOUVEMENT

SAMEDI 29 JUILLET ■ 10H00 - 11H30

FASCIA TRAINING / NORDIC PROPULSING

INITIATION // ADULTES
 📍 PLAGE (RDV À CÔTÉ DE LA BOXUP)
 VITATONIC - LE BIEN-ÊTRE PAR LE MOUVEMENT

SAMEDIS ■ 10H30 - 12H30

KICK BOXING, BOXE

INITIATION // TOUT PUBLIC
 01.07 / 08.07
 📍 RUE DES UTTINS 30
 CLUB CHAMPIONS BOXING YVERDON

MARDI 18 JUILLET ■ 18H30 - 19H30

PILATES

COURS COLLECTIF // ADOS-ADULTES-SENIORS
 📍 PARC DU CASTRUM
 PAUSE PILATES

MARDI 4 JUILLET ■ 18H00 - 19H00

SAUVETAGE

INITIATION // ADOS-ADULTES
 📍 PISCINE PLEIN AIR
 SOCIÉTÉ SUISSE DE SAUVETAGE / SECTION NORD VAUDOIS

MARDI 04 JUILLET ■ 17H00 - 19H00

SAMEDI 08 JUILLET ■ 10H00 - 12H00

STAND UP PADDLE

INITIATION // ADOS-ADULTES-SENIORS
 📍 Y-PLAGE, CH. DES GRÈVES DE CLENDY 20
 Y-PLAGE

SAMEDIS ■ 10H00 - 12H30

VOILE

INITIATION // ADOS-ADULTES
 22.07 / 29.07
 📍 PLACE D'AMARRAGE 69 SUR LA THIELLE
 Y-VOILE SÀRL

📍 Pour les activités ayant lieu à la piscine plein air, le tarif d'entrée à la piscine donne accès gratuitement aux activités.

MARDI 15 AOÛT ■ 19H30 - 20H30

"AB-DOS AUTREMENT"

COURS COLLECTIF // ADOS-ADULTES-SENIORS
 📍 PARC DU CASTRUM
 PAUSE PILATES

MERCREDIS ■ 14H00 - 18H00

ACTIVITÉS DIVERSES

INITIATION // TOUT PUBLIC
 09.08 / 16.08
 📍 PISCINE PLEIN AIR
 SERVICE JEUNESSE ET COHÉSION SOCIALE

MARDI 15 AOÛT ■ 18H00 - 20H00

AVIRON

INITIATION // TOUT PUBLIC
 📍 QUAI DE NOGENT 6, AU CLUB HOUSE
 UNION NAUTIQUE D'YVERDON

MARDIS ■ 09H30 - 10H30

BALADE ACTYV

COURS COLLECTIF // TOUT PUBLIC
 08.08 / 15.08
 📍 PLAGE (RDV À CÔTÉ DE LA BOXUP)
 SERVICE DES SPORTS ET DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

SAMEDIS ■ 10H00 - 11H30

CAPOEIRA

INITIATION // TOUT PUBLIC
 05.08 / 19.08
 📍 PLAGE (RDV À CÔTÉ DE LA BOXUP)
 CAPOEIRA YVERDON

SAMEDIS ■ 10H00 - 12H30

COACHING

INITIATION // TOUT PUBLIC
 05.08 / 12.08 / 19.08
 📍 AV. HALDIMAND 103, 2^e ÉTAGE
 INVICTUS STUDIO COACHING

VENDREDI 04 AOÛT ■ 19H00 - 20H30

GYM POUSSETTE

COURS COLLECTIF // PARENTS-BÉBÉS/ENFANTS
 📍 PLAGE (RDV À CÔTÉ DE LA BOXUP)
 GYM POUSSETTE

MARDI 15 AOÛT ■ 18H30 - 20H00

GYMNASTIQUE DAMES

INITIATION / SENIORS
 📍 SALLE DE GYM PLACE D'ARMES
 GYM YVERDON FÉMININE ET PARENTS-ENFANTS

SAMEDI 19 AOÛT ■ 11H00 - 12H00

GYMNASTIQUE PARENTS ET ENFANTS

INITIATION // PARENTS-ENFANTS
 📍 SALLE DE GYM VILLETTE
 GYM YVERDON FÉMININE ET PARENTS-ENFANTS

MARDI 15 AOÛT ■ 18H30 - 19H30

PILATES

COURS COLLECTIF // ADOS-ADULTES-SENIORS
 📍 PARC DU CASTRUM
 PAUSE PILATES

SAMEDIS ■ 10H30 - 11H30

PILATES ET MARCHÉ

INITIATION // ADULTES-SENIORS
 05.08 / 19.08
 📍 PARC DU CASTRUM
 UNISANTÉ - COURS SANTÉ

MARDI 08 AOÛT ■ 18H00 - 19H00

SAUVETAGE

INITIATION // ADOS-ADULTES
 📍 PISCINE PLEIN AIR
 SOCIÉTÉ SUISSE DE SAUVETAGE / SECTION NORD VAUDOIS

SAMEDI 05 AOÛT ■ 10H00 - 12H30

VOILE

INITIATION // ADOS-ADULTES
 📍 PLACE D'AMARRAGE 69 SUR LA THIELLE
 Y-VOILE SÀRL

LUNDI 7 AOÛT ■ 20H00 - 21H30

MERCREDI 9 AOÛT ■ 20H00 - 21H30

VOLLEYBALL

INITIATION // TOUT PUBLIC
 📍 TERRAIN BEACH-VOLLEY, LA PLAGE
 VBC EBURU

MARDI 08 AOÛT ■ 18H30 - 19H30

YIN YOGA (PRENDRE 1 TAPIS, 1 GRAND COUSSIN, 2 SERVIETTES)

COURS COLLECTIF // TOUT PUBLIC
 📍 PARC D'ENTREMONT
 COEUR LÉGER

SANS INSCRIPTION

GÉNÉRATIONS ACTYV À YVERDON-LES-BAINS _ SANTEACTYV.CH/BOUGERYVERDON



Génération en mouvement

Nouveaux cours d'activité physique intergénérationnels pour toutes et tous, de l'enfance aux senior-es

TOUT LES MERCREDIS DE 14H30 À 15H15

GÉNÉRATIONS ACTYV

05.07 / 12.07 / 19.07 / 26.07 / 02.08 / 09.08 / 16.08
 📍 PARC DES QUATRE-MARRONNIERS

COURS GRATUITS ET SANS INSCRIPTIONS ANNULÉS EN CAS DE MÉTÉO DÉFAVORABLE



ACTIVITÉS GRATUITES HORS PROGRAMME

16 JUIN - 18 AOÛT

LA DÉRIVÉE

TOUT PUBLIC
 📍 PARC DES RIVES
 LADERIVEE.CH

SAMEDI 1 JUILLET

URBAN PROJECT

TOUT PUBLIC
 📍 PARC DES RIVES
 FACEBOOK.COM/URBANPROJECT2

26 JUIN - 9 JUILLET

PARCOURS D'OBSTACLES NINJA

TOUT PUBLIC
 📍 PISCINE PLEIN AIR
 AS-WARRIORS.COM

17 JUILLET - 11 AOÛT

STAGES DE NATATION

TOUT PUBLIC
 📍 PISCINE PLEIN AIR
 CNY.CH

AOÛT