Informations & contact

Page Facebook : Passeport Santé Genève

Association VIVA

« Valoriser et intégrer pour vieillir autrement »
Av. Louis-Bertrand 7-9, 1213 Petit-Lancy

Coordinatrices du projet :
Alison Hirt et Tamara Caprani
Renseignements au **077 407 85 74** ou **022 792 51 43**

Association Cité générations

Route de Chancy 98, 1213 Onex

Avec la collaboration de

A. Briffaz / AJ Movement / ARCV / Association Pervenches / P. Clemente / Gym Seniors GE / D. McCrae / MyPhysio / Physionomade

Avec le soutien de

REPUBLIQUE ET CANTON DE GENEVE
POST TENEBRAS LUX

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Passeport Santé

Lancy, Onex & Co.

Tous les mardis dès 8h45

Activités physiques gratuites pour les seniors

facile

assez facile

sportif

= Activité au sol

Mardi 10 juin (9h-10h)
Yoga
Alexandra Briffaz
Parc Chuit
Ch. des Erables
1213 Petit-Lancy
Tram 14, bus 21, 40, 42 : Petit-Lancy-Place

Mardi 17 juin (9h-10h)
Gym Cardio
ARCV
Parc Chuit
Ch. des Erables
1213 Petit-Lancy
Tram 14, bus 21, 40, 42 : Petit-Lancy-Place

Mardi 24 juin (9h-10h)
Balade faunistique et floristique
David McCrae
Départ : Mairie de Lancy
Rte du Grand-Lancy 41
1212 Grand-Lancy
Tram 15, bus 43 : Lancy-Mairie

Mardi 1 juillet (9h-10h)
Gym du dos
Pily Clemente
Parc Brot
Ch. Charles-Borgeaud 27
1213 Onex
Tram 14, bus 2, 40, 42, 43 : Onex-Salle-Communale

Mardi 8 juillet (9h-10h)
Pilates
AJ Movement
Place de jeux de Bernex
Angle ch. du Signal et ch. de Calabry
1233 Bernex
Tram L et 47 : Bernex-Eglise

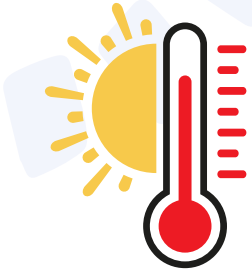
Mardi 15 juillet (9h-10h)
Marche sportive
Physionomade
Départ : Aigues-Vertes
Rte de Chèvres 29
1233 Bernex
Bus 43 : Aigues-Vertes

Mardi 22 juillet (9h-10h)
Entraînement urbain
Association Pervenches
Quartier de la Chapelle
Rte de La-Chapelle
1212 Grand-Lancy
Bus 43 : La-Chapelle

Mardi 5 août (9h-10h)
Danses dynamiques
Gym Seniors
Parc En-Sauvy
Av. du Curé-Baud
1212 Grand-Lancy
Tram 15 : Curé-Baud

Mardi 12 août (9h-11h)
Gym douce
suivie d'un brunch festif
MyPhysio
Parc Chuit
Ch. des Erables
1213 Petit-Lancy
Tram 14, bus 21, 40, 42 : Petit-Lancy-Place

Prévoyez des chaussures et vêtements confortables, ainsi qu'un chapeau ou une casquette



Pour votre sécurité, les activités seront annulées en cas de vague de chaleur
-
Renseignements au 077 407 85 74

Participation à au moins la moitié des activités = 1 cadeau

Informations & contact

Page Facebook : Passeport Santé Genève

Association VIVA

« Valoriser et intégrer pour vieillir autrement »
Av. Louis-Bertrand 7-9, 1213 Petit-Lancy

Coordinatrices du projet :
Alison Hirt et Maria Diamantoudi
Renseignements au **077 407 85 74** ou **022 792 51 43**

Association Cité générations

Route de Chancy 98, 1213 Onex

Avec la collaboration de

AJ Movement / P. Clemente / Gym Seniors GE /
Hosukwan/ D. McCrae / MyPhysio / Physionomade

Avec le soutien de

REPUBLIQUE ET CANTON DE GENEVE
POST TENEBRAS LUX

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

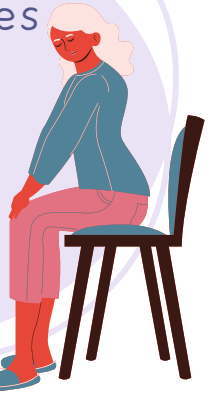
Passeport Santé

Contemplatif

Tous les mercredis dès 8h45

Activités physiques gratuites pour les seniors

Toutes les activités sont adaptées pour les personnes à mobilité réduite !



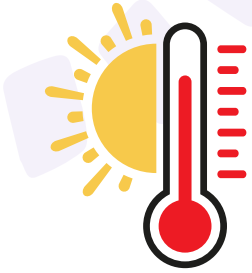
Mercredi 11 juin (9h-10h)
Marche douce "découverte de la nature"
David McCrae
Parc Chuit
Ch. des Érables
1213 Petit-Lancy
Tram 14, bus J, K, 21 :
Petit-Lancy-Place

Mercredi 18 juin (9h-10h)
Gym du dos
Pily Clemente
Espace Gaimont
Ch. de Gaimont 9
1213 Petit-Lancy
Tram 14 : Quidort

Mercredi 25 juin (9h-10h)
Pilates
AJ Movement
Parc Chuit
Ch. des Érables
1213 Petit-Lancy
Tram 14, bus J, K, 21 :
Petit-Lancy-Place

Mercredi 2 juillet (9h-10h)
Gym mobilité et équilibre
Gym Seniors GE
Parc En-Sauvy
Av. du Curé-Baud
1212 Grand-Lancy
Tram 15 : Curé-Baud

Mercredi 9 juillet (9h-10h)
Marche "l'intelligence et la beauté des arbres"
David McCrae
Parc de la Mairie
Ch. Charles-Borgeaud
1213 Onex
Tram 14, Bus 2, 40, 42, 43 :
Onex-Salle Communale



Pour votre sécurité, les activités seront annulées en cas de vague de chaleur
-
Renseignements au 077 407 85 74

Mercredi 16 juillet (9h-10h)
Danses du monde
Gym Seniors
Parc En-Sauvy
Av. du Curé-Baud
1212 Grand-Lancy
Tram 15 : Curé-Baud

Mercredi 23 juillet (9h-10h)
Qi gong
Hosukwan
Parc Brot
Rte de Chancy 111
1213 Onex
Tram 14, Bus J, K, 2, 43 :
Onex-Salle communale

Mercredi 6 août (9h-10h)
Atelier "se relever"
Physionomade
Parc En-Sauvy
Av. du Curé-Baud
1212 Grand-Lancy
Tram 15 : Curé-Baud

Participation
à au moins la moitié
des activités = 1 cadeau

Prenez une gourde !

Exceptionnellement
MARDI 12 août (9h-11h)
Gym douce
suivie d'un brunch festif
MyPhysio
Parc Chuit
Ch. des Érables
1213 Petit-Lancy

Prévoyez des chaussures et vêtements confortables, ainsi qu'un chapeau ou une casquette

Informations & contact

Page Facebook : Passeport Santé Genève

Association VIVA

« Valoriser et intégrer pour vieillir autrement »
Av. Louis-Bertrand 7-9, 1213 Petit-Lancy

Coordinatrice du projet :
Alison Hirt
Renseignements au **077 407 85 74** ou **022 792 51 43**

Association Cité générations

Route de Chancy 98, 1213 Onex

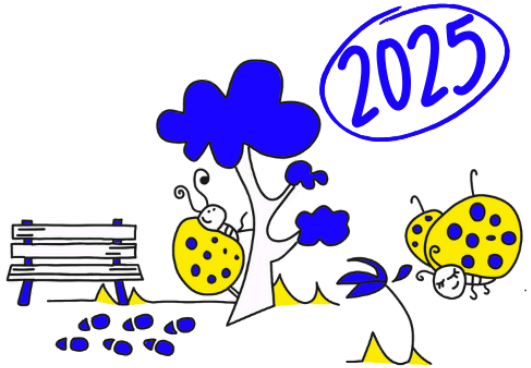
Avec la collaboration de

A. Briffaz / Gym Seniors GE / Hosukwan / K. Lorenzini / D. McCrae / Physionomade / R. Pinazo

Avec le soutien de

REPUBLIQUE ET CANTON DE GENEVE
POST TENEBRAS LUX

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



Passeport Santé

Rive Gauche

Tous les vendredis dès 8h45

Activités physiques gratuites pour les seniors

facile

assez facile

sportif

= Activité au sol

Vendredi 13 juin (9h-10h)
"Autour du ballon"
Gym Seniors
Parc de l'Ancienne Mairie
Rue de Genève 75
1225 Chêne-Bourg
Tram 12, 17, bus 31, 32 : Peillonnex
Tram 12, 17 : Graveson

Vendredi 20 juin (9h-10h)
Zumba Gold
Raquel Pinazo
Parc Sismondi
Rte du Vallon 8
1224 Chêne-Bougeries
Tram 12, 17 : Grange-Falquet
Bus 34 : Parc Stagni

Vendredi 27 juin (9h-10h)
Marche "Découverte du patrimoine arboricole"
David McCrae
Départ : Parc Stagni
Rte du Vallon 8
1224 Chêne-Bougeries
Tram 12, 17 : Grange-Falquet
Bus 34 : Parc Stagni

Vendredi 4 juillet (9h-10h)
Atelier équilibre
Physionomade
Parc des EMS Eynard-Fatio et Le Nouveau Prieuré
Ch. du Pré-du-Couvent
1224 Chêne-Bougerie
Bus 1, 9 : Clos du Môlan

Vendredi 11 juillet (9h-10h)
Qi gong
Hosukwan
Parc de la Mairie
Rte de Vandoeuvres 104
1253 Vandoeuvres
Bus 33, 38 : Vandoeuvres
ou parking à la mairie

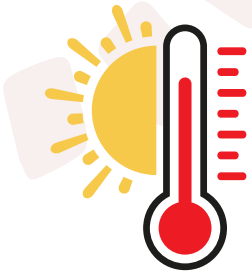
Vendredi 18 juillet (9h-10h)
Marche sportive
Physionomade
Départ : Place Communale
Angle Route de Frémis et Rue de Graman
1241 Puplinge
Bus 31, 37 : Puplinge-Mairie

Vendredi 25 juillet (9h-10h)
Atelier "Se relever"
Physionomade
IEPA Les Jardins de Mona
Ch. Etienne-Chennaz 10
1226 Thônex
Tram 12, 17 : Moillesulaz
Bus 32, 37 : Tronchet

Vendredi 8 août (9h-10h)
Marche "Sur les pas de Louis Favre et Henry Correvon"
Kaarina Lorenzini
Départ : Place de la Gare
Av. Edouard-Baud
1225 Chêne-Bourg
Bus 31, 32, 37, 38 : Chêne-Bourg-Gare-Place

Vendredi 15 août (9h-11h)
Yoga
Suivie d'un brunch festif
Alexandra Briffaz
Parc Sismondi
Rte du Vallon 8
1224 Chêne-Bougeries
Tram 12, 17 : Grange-Falquet
Bus 34 : Parc Stagni

Prévoyez des chaussures et vêtements confortables, ainsi qu'un chapeau ou une casquette



Pour votre sécurité, les activités seront annulées en cas de vague de chaleur
-
Renseignements au 077 407 85 74

Participation à au moins la moitié des activités = 1 cadeau