VILLE DE lodève
PORTE DE LA MÉDITERRANÉE

PARC MUNICIPAL
SALLE RAMADIER
LODÈVE

4 au 8 JUIN 2025

Cap SUR LE SPORT, LE JEU ET LA SANTÉ

JOUE, BOUGE, RESPIRE !

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

Les Cités éducatives

Sport Herault

Club Omnisports du Lodévois

Maisons Sport Santé

Sport Santé Lodévois Larzac

Lodévois & Larzac
Communauté de Communes

VILLE DE lodève
PORTE DE LA MÉDITERRANÉE

MERCREDI 4 JUIN

FÊTE DU JEU ET DU SPORT

Les associations seront présentes de
> 10h00 à 12h30 et de 13h00 à 17h00
> GRATUIT ET OUVERT À TOUS
> Parc Municipal - Buvette sur place

HÉRAULT SPORT

La tour d'escalade - Grimpe sur la tour !

Rugby gonflable - Marque l'essai le plus loin possible sur la structure gonflable

Radar vitesse hand - Teste ta force avec un radar de vitesse

Tir au laser - Seras-tu précis avec les carabines laser ?

Parcours moteurs - Parcours moteurs pour les enfants

TWIRLING BATON

Démonstrations et initiations de twirling

VÉLO CLUB LODÉVOIS

Circuit de type 4X - Circuit vélo/Minis défis. Venez avec votre vélo et casque. Prêt de vélo possible !

RATPACK TRIATHLON

Révision de gammes - Teste tes gammes en triathlon !

TÊT' EN L'AIR DANSE VOLTIGE - 13H30-17H

Atelier danse voltige - Accroche toi, ça va décoller !

PARCI PARLÀ ESCALADE

Tyrolienne - Tyrolienne entre les arbres

LE FER ROULANT

Initiation de boules Lyonnaises

RCO

Découverte du rugby - Teste le rugby pour tous et toutes !

L'ÉCHIQUIER LUTÉVAIN

Échecs - Découvre et joue avec l'Échiquier Lutévain

CLUB OMNISPORT PLAISIR PERFORMANCE

Activité physique pré natale et post natale de 0 à 2 ans - Initiations sportives pour les parents et les bébés ! - **10h00 à 12h00**

LE CHAMP DES POSSIBLES

Stand de discussions et d'échanges

CÉLINE LEFÈVRE, DANSEUSE HIP HOP / CONTEMPORAIN

Mouvement et danse au musée - Enfants
À partir de 8 ans - Inscription à l'Espace Luteva - **10h00 à 11h00**

LA COMPAGNIE DES JEUX

Découverte du monde des jeux
Expo : Pourquoi on joue ? De l'antiquité à nos jours.

HORS LES MURS

La roulotte à jeux libres - 10h00 - 12h30

COLLECTIF À ÉCRIRE COMPAGNIE COLLECTIVE B - 10H30 À 11H30

Atelier de danse, de musique et de jeux libres - Pour les tous petits sous les arbres.

TERRE CONTACT

Four à pizza - 15h30 à 17h30

CINÉMA LUTEVA - VIA SEDNA - 18H00

Aller au Groenland à la voile pour ouvrir une voie dans une face de plus de 1000 mètres, rêve de la grimpeuse Caro North.

JEUDI 5 JUIN

Savoir rouler à vélo - Les classes de CE1 des écoles lodévoises participeront à leur 2ème séance d'apprentissage du vélo sur le parc !

CÉLINE LEFÈVRE, DANSEUSE ET PRATICIENNE DE SHIATSU

Mouvement et danse au musée - Ados et adultes - Inscription à l'Espace Luteva - **10h00**

CINÉMA LUTEVA - LES SORCIÈRES DE L'ORIENT - 18H00

L'histoire incroyable d'une équipe féminine de volley-ball dans les années 60

VENDREDI 6 JUIN

JOURNÉE SPORT ENSEMBLE SPORT SANTÉ & RENCONTRES HAND-FAUTEUIL

Venez découvrir et tester gratuitement les différentes activités physiques adaptées, jeux, et sports proposés par les partenaires de la Maison Sport santé du Lodévois Larzac.

> 08h30 à 12h30 et 13h00 à 16h00
> Espace Lutéva, Parvis Lutéva, Salle Ramadier, Parc Municipal
> GRATUIT ET OUVERT À TOUS !

MAISON SPORT SANTÉ DU LODÉVOIS

Marche Nordique douce, Marche Nordique-Santé, Hand-fit santé
- Club Omnisports du Lodévois et le Comité Départemental de Randonnée Pédestre de l'Hérault

Arts Martiaux - Budo-santé avec l'école de Budo traditionnel de Lodève

Tir à l'arc sur cibles et "Soft Arcs" - Comité Départemental de Tir à l'Arc de l'Hérault

Hand à 4, radar, jeu de l'oie-Santé
- Comité Départemental de Handball de l'Hérault

Basket 3x3 et panier adapté - Basket club de Lodève et le Comité Départemental de Basket-ball de l'Hérault

Sport-Boules, point et tir sur cible
- Fer Roulant Lodévois

Vélos d'appartement et initiations à l'équilibre - Vélo Club Lodévois

Gymnastique douce - Espace Socioculturel Luteva - **13h00 à 16h00**

Rencontres de hand-fauteuil - Athlétic Club Lodévois Handball - **salle Ramadier**

Espace connecté avec Kahoot, rameurs, Aqua-fitbag et Blazepod - Hérault Sport

Dragon-boat - Gignac Canoé kayak

Exposition du Comité Département Olympique et Sportif de l'Hérault

Ateliers Prévention - Comité de l'Hérault de la Ligue contre le Cancer, Commission Santé du Pays Coeur d'Hérault, Nutrition et Diététique par la MSSLL, Mutuelle Mutami, Mission Locale Jeunes, Communauté Professionnelle Territoriale de Santé

Stands - Clinique du Souffle « La Vallonie », Le Comptoir Médical, E.B.E l'Abeille Verte, ASA Gendarmerie et Caisse Nationale Militaire de Sécurité Sociale, Comité Départemental France-Alzheimer de l'Hérault

Parcours ludique réglementé sur les stands pour les **élèves** (écoles primaires, collège, lycée, établissements médico-sociaux)

12h30 - Inauguration Officielle des 9èmes Journées Sport Ensemble / Sport Santé

19h00 - Conférence : Bouger, c'est vital pour la Santé : "Osons le Sport autrement"
- Animée par Gérard Perreau-Bezouille, ancien président de la Fédération Française des Clubs Omnisports et coauteur du livre "Osez le Sport Autrement", le Dr Olivier Coste, médecin conseil de la DRAJES-Occitanie, et le Pr Michel Dauzat, référent Sport Santé de la MSSLL-
Salle Frêche du Lycée Joseph Vallot

19h00 - Présentation de la Maison Sport Santé du Lodévois Larzac - par son Président, Jean Pierre Combes et les Drs Michel Canac, Françoise Martin-Dupé, Frédéric Pluskwa , Dominique Reboul, médecins bénévoles de la MSSLL

CINÉMA LUTEVA - OLGA - 18H00
Une gymnaste qui rêve d'or Olympique

Cap SUR LE SPORT, LE JEU ET LA SANTÉ

SAMEDI 7 JUIN

SPORT SANTÉ & MARCHE NORDIQUE

8ème Rassemblement de Marche Nordique et de marche avec bâtons
> À partir de 8h00

Pour découvrir la **marche nordique** ou la **marche avec bâtons** dans les paysages magnifiques du Lodévois et Larzac.
Accessibles à tous, depuis les débutants jusqu'aux marcheurs chevronnés.

- **Accueil** et enregistrement sur le **Parc municipal**, Boulevard Général Leclerc
- Café et cadeau de bienvenue
- **3+1 propositions** de parcours :
  > 9, 12, et 15 km
  > + 1 marche nordique-douce
- Au retour, à 13h30, repas "**Pasta-Party**" et dessert.

Inscription sur helloasso

https://www.helloasso.com/associations/club-omnisport-du-lodevois-larzac/evenements/rassemblement-de-marche-nordique-et-marche-avec-batons

CINÉMA LUTEVA - FREE TO RUN - 18H00
Retrace la lutte des femmes pour le droit à courir

DIMANCHE 8 JUIN

PORTES OUVERTES AÏKIDO

La salle Ramadier ouvre ses portes au public pour découvrir cette pratique martiale : l'aïkido.

Envie de bouger autrement ?

Découvrez l'**aïkido**, un art martial fluide et sans compétition, où l'on apprend à canaliser l'énergie, développer souplesse, équilibre et confiance en soi.
Accessible à tous, à tout âge !

- **10h à 12h et**
- **16h à 18h30**

CINÉMA LUTEVA - COPIAPÓ - 18H00
5 coéquipiers sont partis pendant un mois en autonomie complète dans la cordillère des Andes, afin de tenter d'emmener leur VTT le plus haut possible sur la planète.

Merci aux financeurs des journées