CE PROGRAMME EST OUVERT A TOUS !
N'hésitez pas à le proposer à vos proches, voisins, enfants (dès 16 ans), parents, frères et sœurs, …

midi tonus
POUR VOTRE SANTÉ, **BOUGEZ!**

PROGRAMME PRINTEMPS 2023

Dans le but de promouvoir le mouvement auprès de la population, les Services des sports des Villes de La Chaux-de-Fonds, de Neuchâtel ainsi que la commune de Val-de-Travers, en partenariat avec les clubs sportifs, associations et autres acteurs de leurs régions, encouragent une nouvelle fois les citoyens à bouger durant la pause de midi par le biais du concept Midi Tonus. Le nouveau programme de ce printemps se déroulera du lundi 13 mars au vendredi 30 juin 2023.

Comme à l'accoutumée, Midi Tonus consiste à offrir à l'ensemble de la population, durant la pause de midi, le loisir d'exercer diverses activités physiques ou de bien-être et de découvrir une discipline durant trois mois pour un prix modique de 85 francs pour 12 leçons à Neuchâtel ou 60 francs pour 10 leçons à La Chaux-de-Fonds, au Locle ainsi qu'au Val-de-Travers. Si l'essai est concluant, chacun a ensuite la possibilité de s'inscrire dans un club ou une structure déjà en place.

Lors de cette session, le Réseau de Soins Neuchâtelois s'engage une nouvelle fois au côté de Midi Tonus dans la promotion de la santé par le sport et l'activité physique en proposant un concours par tirage au sort à l'ensemble des participants.es. Vous aurez le choix d'y prendre part ou non.

Pour prendre connaissance des différents programmes ou pour de plus amples renseignements et inscription, vous pouvez vous rendre directement sur les sites suivants :

- **La Chaux-de-Fonds et Le Locle**

  Service des sports
  Renseignements et inscriptions :
  http://www.chaux-de-fonds.ch/sports/activites-sportives/midi-tonus
  www.lelocle.ch/qualitedevie/loisirs-et-sport/midi-tonus
  Informations complémentaires : sport@ne.ch ou ☎ 032 967 62 91

- **Neuchâtel & Littoral :**

  Service des sports
  Renseignements et inscriptions : www.lessports.ch
  Informations complémentaires : ecolesdusport@ne.ch ou ☎ 032 717 77 99

- **Val-de-Travers :**

  Centre SAS
  Renseignement et inscriptions : https://espaceval.ch/midi-tonus/
  Informations complémentaire : Centre SAS, info@centresas.ch ou ☎ 078 422 25 66