Ville de Lausanne

Communiqué

Sport pour toutes et tous

Des activités Laus'Active aussi en hiver

Après sa saison de mai à octobre, le programme Laus'Active s'étend désormais toute l'année. De novembre à avril, la Ville de Lausanne propose plus de 350 activités sportives et physiques gratuites, en intérieur et en extérieur, pour bouger à son rythme et près de chez soi.

«Quand les jours raccourcissent et que les températures baissent, il est parfois plus difficile de garder la motivation. C'est pourtant un moment où bouger fait du bien, pour le corps comme pour le moral», explique Émilie Moeschler, conseillère municipale chargée des sports et de la cohésion sociale. «Ce programme a aussi pour objectif de favoriser les rencontres et de renforcer la cohésion sociale.»

Jusqu'ici organisé de mai à fin octobre, le programme Laus'Active se poursuit désormais également durant la saison froide. La population pourra pratiquer plus de 350 activités gratuites dans plus de dix disciplines différentes de novembre à avril: hockey sur glace, skateboard, pétanque, marche, balades thématiques, yoga, pilates, zumba, body combat, renforcement musculaire, danse ou encore basket libre. Les activités sont proposées sous forme d'initiations, dans un cadre souple et convivial. Certaines d'entre elles se déroulent en intérieur.

Les familles peuvent profiter d'activités réunissant parents et enfants, comme la Gym Poussette et MiniMove. Des cours d'activité physique adaptée s'adressent plus particulièrement aux femmes enceintes et en post-partum. Enfin, dans certains quartiers, des salles ouvrent leurs portes, à l'image du projet Open1010 à Praz-Séchaud, destinés aux jeunes de la 3P à la 8P, où les activités sont adaptées et encadrées par des jeunes monitrices et moniteurs.

«Permettre au plus grand nombre de pratiquer une activité physique est l'une des priorités de la Municipalité. Avec des activités gratuites et proches de chez soi, chacune et chacun peut continuer à bouger à son rythme, désormais toute l'année», conclut Émilie Moeschler.

Le programme est préparé par le Service des sports, la délégation seniors et la délégation jeunesse de la Ville de Lausanne, en collaboration avec des associations et clubs locaux: le Lausanne Skateboard Club, le MCM-Boulodrome, Urban training, les associations Nouvelles Perspectives, Femmes musulmanes de Lausanne, Girls Ice Hockey School, HappyMove, Gym Poussette et Floriane Nikles (*Qu'il fait bon marcher*).

Pour des questions de place, certaines activités nécessitent une inscription.
Informations, dates des activités et inscriptions: www.lausanne.ch/lausactive

La Municipalité de Lausanne

Pour tout renseignement complémentaire, prendre contact avec :

- **Émilie Moeschler, conseillère municipale, Direction des sports et de la cohésion sociale, tél. +41 21 315 42 01**
- **Myriam Pasche, cheffe du Service des sports, tél. +41 21 315 14 01**
- **Maëlle Böhlen, cheffe de projet, Service des sports, tél. +41 21 315 41 46**

Lausanne, le 4 novembre 2026