



## CRICKET

ME	13h30	Cricket - Démonstration	Dès 8 ans	Club de cricket XI stars Lancy	MQ Sous-l'Etoile
----	-------	-------------------------	-----------	--------------------------------	------------------

## CYCLISME

ME	16h30	Cyclisme - Habileté et sortie VTT	De 10 à 13 ans	Vélo-Club Lancy	École En-Sauvy
----	-------	-----------------------------------	----------------	-----------------	----------------

## ESCALADE & SPORTS DE MONTAGNE

MA	16h	Escalade de bloc - Découverte par le jeu	Dès 5 ans	Tchili Easy Learning	Parc Chuit*
	16h30	Escalade de bloc - Découverte par le jeu	Dès 5 ans	Tchili Easy Learning	Parc Chuit*
	16h30	Escalade de bloc - Initiation	De 8 à 14 ans	Genève Montagne	Parc Chuit
	17h	Escalade sur mur artificiel - Initiation	Dès 8 ans	Amis Montagnards	Av. du Petit-Lancy 54a
	17h	Présentation du programme et du club	Tous âges	Amis Montagnards	Av. du Petit-Lancy 54a
	17h	Escalade de bloc - Découverte par le jeu	De 7 à 12 ans	Tchili Easy Learning	Parc Chuit*
	18h	Escalade de bloc - Initiation	De 12 à 17 ans	Genève Montagne	Parc Chuit

\* Tchili Easy Learning : Places limitées à 8 par animation. Prendre contact avec l'association.

## FITNESS, GYM, PREPARATION PHYSIQUE & FELDENKRAIS

LU	18h	Activités physiques variées, prévention cardiovasculaire	Dès 40 ans	ARCV-Genève	Parc des Evaux ou École de la Caroline*
	18h30	Gym aero-sculpt - Tous niveaux	Dès 15 ans	Dojo Lancy-Palettes	École du Bachet-de-Pesay
	18h45	Gymfit - Tous niveaux	Dès 14 ans	Yen-Dô-Dôjô Lancy-Palettes	Dojo Etoile-Palettes

MA	9h	Gym body-sculpt - Tous niveaux	Dès 15 ans	Dojo Lancy-Palettes	École du Bachet-de-Pesay
	10h15	Gym douce - Tous niveaux	Dès 15 ans	Dojo Lancy-Palettes	École du Bachet-de-Pesay
	11h45	Gym - Tous niveaux	Dès 15 ans	Dojo Lancy-Palettes	École du Bachet-de-Pesay
	18h	Feldenkrais - Initiation	Dès 18 ans	Association Feldenkrais Lancy	École du Plateau, salle de rythmique
	18h30	Gym body-sculpt - Tous niveaux	Dès 15 ans	Dojo Lancy-Palettes	École du Bachet-de-Pesay
	19h15	Crosstraining - Tous niveaux	Dès 16 ans	Fit2Xplor	École de la Caroline, salle de rythmique
	19h30	Gym stretching - Tous niveaux	Dès 15 ans	Dojo Lancy-Palettes	École du Bachet-de-Pesay
	20h	Gymnastique dames, renforcement - Tous niveaux	Dès 18 ans	Gym Tonic Lancy	CO des Grandes-Communes

ME	18h	Activités physiques variées, prévention cardiovasculaire	Dès 40 ans	ARCV-Genève	Parc des Evaux ou École de la Caroline*
	18h30	Zumba - Tous niveaux	Dès 15 ans	Dojo Lancy-Palettes	École du Bachet-de-Pesay
	18h45	Gymfit - Tous niveaux	Dès 14 ans	Yen-Dô-Dôjô Lancy-Palettes	Dojo Etoile-Palettes
	19h15	Gym douce - Gym générale et cardio	Dès 55 ans	Gym douce de Lancy	École de la Caroline, salle de gymnastique

JE	17h	Gym douce, stretching, relaxation - Tous niveaux	Dès 18 ans	Gym pour le dos	École du Plateau, 3 <sup>ème</sup> étage**
	20h	Cross training, condition physique - Tous niveaux	Dès 15 ans	Yamabushi	Rte de Chancy 28

VE	18h30	Gym aero-sculpt - Tous niveaux	Dès 15 ans	Dojo Lancy-Palettes	École du Bachet-de-Pesay
	18h45	Gymfit - Tous niveaux	Dès 14 ans	Yen-Dô-Dôjô Lancy-Palettes	Dojo Etoile-Palettes

\* ARCV : Les cours auront lieu du 25 au 29.08.2025 au Parc des Evaux et du 1<sup>er</sup> au 05.09.2025 à l'École de la Caroline.  
 \*\*Gym pour le dos : Possibilité de venir seulement regarder le cours. Plus d'information au 078 823 09 42.

## GYMNASTIQUE, CHEERLEADING

ME	13h30	Cheerleading'	De 8 à 12 ans	Geneva Lights Cheerleading Club	École du Plateau
VE	16h30	Gymnastique parents-enfants	De 2 à 4 ans	FSG Lancy	Salle omnisports du Petit-Lancy
SA	13h30	Cheerleading'	De 8 à 12 ans	Geneva Lights Cheerleading Club	École de la Caroline
	15h30	Cheerleading'	De 15 à 20 ans	Geneva Lights Cheerleading Club	École de la Caroline

▲ 1 Portés en groupe, gymnastique, sauts, danse

## TENNIS, TENNIS DE TABLE, PADEL

LU	17h30	Tennis de table - Initiation	Dès 9 ans	ZZ-Lancy	École En-Sauvy
MA	18h	Tennis, mise à disposition d'un terrain	Dès 18 ans	Tennis Club Lancy-Fraisiers	Av. du Curé-Baud 84
ME	13h	Baby ping - Initiation	Dès 6 ans	ZZ-Lancy	École En-Sauvy
	14h15	Tennis de table - Initiation	Dès 9 ans	ZZ-Lancy	École En-Sauvy
	15h45	Tennis de table - Initiation	Dès 12 ans	ZZ-Lancy	École En-Sauvy
	16h30	Padel - Initiation	Dès 18 ans	Tennis Club Lancy-Fraisiers*	Av. du Curé-Baud 84
VE	17h30	Tennis de table - Initiation	Dès 9 ans	ZZ-Lancy	École En-Sauvy
SA	14h	Tennis, mise à disposition d'un terrain	Tous âges	Lancy Tennis Club	Ch. de la Solitude 9

▲ \* Tennis Club Lancy-Fraisiers : inscription préalable par email. 4 personnes maximum par session de padel.

## PÊCHE

ME	11h	Présentation du club et initiation	Tous âges	Club Lancéen de Pêche Sportive en Mer	Ch. de la Vendée 33
----	-----	------------------------------------	-----------	---------------------------------------	---------------------

## TIR

MA	17h	Tir sportif à air comprimé - Initiation	Dès 10 ans	Arquebuse Genève	Stand de Tir Saint-Georges
ME	10h	Ball-trap - Initiation	Dès 16 ans	BTC Ball Trap Club de Genève*	Rte du Pont-Butin 2
	17h	Tir sportif à air comprimé - Initiation	Dès 10 ans	Arquebuse Genève	Stand de Tir Saint-Georges
SA	10h	Ball-trap - Initiation	Dès 16 ans	BTC Ball Trap Club de Genève*	Rte du Pont-Butin 2

▲ \* Sur inscription

## YOGA & PILATES

LU	9h45	Yoga - Tous niveaux	Dès 15 ans	Yogart	Salle Michel Simon*
	12h15	Yoga - Tous niveaux	Dès 15 ans	Yogart	Salle Michel Simon*
	14h30	Hatha yoga - Seniors	Dès 50 ans	Terra Move	Av. Curé-Baud 47**
	18h15	Pilates, gym au sol	Dès 18 ans	Terra Move	Av. Curé-Baud 47**
	19h	Yoga, respiration, méditation	Dès 25 ans	Yoginimage Yoga	Rte de Saint-Julien 80***
	19h15	Yin yoga, relâchement et respiration	Dès 18 ans	Terra Move	Av. Curé-Baud 47**

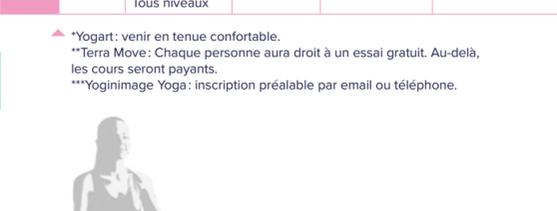
MA	8h45	Yoga	Dès 20 ans	Yoginimage Yoga	Rte de Saint-Julien 80***
	10h	Yoga senior et chaise	Dès 60 ans	Yoginimage Yoga	Rte de Saint-Julien 80***
	12h30	Yoga	Dès 20 ans	Yoginimage Yoga	Rte de Saint-Julien 80***

ME	18h	Pilates, gym au sol	Dès 18 ans	Terra Move	Av. Curé-Baud 47**
	19h15	Yoga, posture, respiration et auto-massage	Dès 18 ans	Terra Move	Av. Curé-Baud 47**

JE	9h	Pilates, gym au sol	Dès 18 ans	Terra Move	Av. Curé-Baud 47**
	12h15	Pilates, cours sur machines	Dès 18 ans	Terra Move	Av. Curé-Baud 47**
	12h30	Yoga	Dès 20 ans	Yoginimage Yoga	Rte de Saint-Julien 80***
	18h30	Yoga - Tous niveaux	Dès 14 ans	Yen-Dô-Dôjô Lancy-Palettes	Dojo Etoile-Palettes
	19h15	Pilates, gym au sol	Dès 18 ans	Terra Move	Av. Curé-Baud 47**
	20h30	Yoga japonais	Dès 18 ans	Dojo de Genève	École Céréssole, Salle de rythmique

VE	9h	Hatha Yoga, yoga d'éveil	Dès 18 ans	Terra Move	Av. Curé-Baud 47**
	12h15	Pilates, cours sur machines	Dès 18 ans	Terra Move	Av. Curé-Baud 47**
	14h	Gymnastique et pilates - Tous niveaux	De 18 à 75 ans	Gymnastique Pilates Dames	Salle Michel Simon

▲ \*Yogart: venir en tenue confortable.  
 \*\*Terra Move: Chaque personne aura droit à un essai gratuit. Au-delà, les cours seront payants.  
 \*\*\*Yoginimage Yoga: inscription préalable par email ou téléphone.



## CONTACTS DES ASSOCIATIONS

**1212 SINGTO MUAY THAI GYM**  
 M. David Infante  
 079 375 84 31  
 singtomuaythai@hotmail.com

**AMIS MONTAGNARDS**  
 M. Andrea Picco ou M. Emmanuel Rossi  
 079 904 59 52 ou 079 772 98 16  
 alpinisme@amis.ch ou info@amis.ch  
 amis.ch

**AQUATRaining**  
 M. Sébastien Cogne  
 079 449 31 16  
 info@aquatraining.com

**ARQUEBUSE GENÈVE**  
 Mme Nancy Duppenhaler  
 079 213 96 35  
 C50@arquebuse.ch  
 arquebuse.ch

**ASSOCIATION DE RÉADAPTATION CARDIO-VASCULAIRE (ARCV-GENÈVE)**  
 Mme Marie-Antoinette Gaudin  
 079 541 37 48 ou 022 792 10 97  
 info@arcv-ge.ch  
 arcv-ge.ch

**ASSOCIATION FELDENKRAIS LANCY**  
 Mme Laura Fontana  
 079 208 24 04  
 laura.niquille@bluewin.ch  
 ge-feldenkrais.ch

**ASSOCIATION SWISS-URAL CRÉAGROUP ÉCOLE DE DANSE «GUZEL»**  
 Mme Guzel Usmanova Gobet  
 076 375 34 92  
 ecolededanseguzel@gmail.com  
 guzel.ch

**BTC BALL TRAP CLUB DE GENÈVE**  
 Mme Aurélie Morisod  
 079 232 47 70  
 aurelie.morisod@bluewin.ch  
 btc-ge.ch

**CLUB DE CRICKET XI STARS LANCY**  
 M. Raja Hafeez ou Mme Véronique Zoller  
 079 292 96 80  
 rajarhafeez@yahoo.com  
 ge11stars.com

**CLUB LANCEEN DE PÊCHE SPORTIVE EN MER**  
 M. Antonio Montefusco  
 079 624 34 05  
 president@clpm.ch

**DANSE OR**  
 Mme Carole Barbarino  
 079 122 44 02  
 carollbarbarino@gmail.com  
 mqplateau.com

**DOJO DE GENÈVE**  
 M. Chadi Sawaya  
 078 845 60 90  
 info@dojodegeneve.ch  
 dojodegeneve.ch

**DOJO LANCY-PALETTES**  
 M. Mikael Antunes Farinha  
 022 342 78 30  
 info@dojopalettes.ch  
 dojopalettes.ch

**ÉCOLE DE UNIHOCKEY**  
 M. Roberto Mezquita  
 076 532 06 96  
 ecoledeunihockey@gmail.com  
 ecoledeunihockey.com

**FIT2XPLOR**  
 M. David Favez  
 076 382 05 20  
 info@fit2xplor.ch  
 fit2xplor.ch

**FSG LANCY**  
 Mme Sabine Nobs  
 079 275 69 74  
 admin@fsglancy.ch  
 fsglancy.ch

**FUKENTO/WINTOKYORI**  
 M. Vincent Weber  
 079 203 60 21  
 weber.vincent@tpg.ch

**GENEVA LIGHTS CHEERLEADING CLUB**  
 Mme Laetitia Panchaud  
 076 615 45 55  
 cheersport.gva@gmail.com  
 genevalightscheerleading.ch

**GYM DOUCE DE LANCY**  
 Mme Gabriela Martin  
 076 224 74 59  
 gm10960@gmail.com

**GYMNASTIQUE PILATES DAMES**  
 Mme Cornélie Wirth  
 079 449 29 58  
 cornelie.vonpressentin@gmail.com

**GYM POUR LE DOS**  
 Mme Isabelle Lasserre  
 078 823 09 42  
 i.lasserre@infomaniak.ch

**GYM TONIC LANCY**  
 Mme Brigitte Zenoni  
 079 427 40 41  
 thin0608@gmail.com

**IPPON KARATE CLUB TIVOLI**  
 M. Vincent Longagna  
 078 817 20 93  
 longagna@infomaniak.ch  
 karatetivoli.ch

**JUDO KWAI LANCY**  
 M. Stéphane Fischer  
 077 421 15 67  
 contact@judokwailancy.ch  
 judokwailancy.ch

**LANCY FOOTBALL CLUB**  
 M. Kraiem Seifallah  
 078 350 48 48  
 lancyfc.ch

**LANCY NATATION**  
 M. Kilian Hervé  
 022 794 54 30  
 info@lancy-natation.com  
 lancy-natation.ch

**LANCY PLAN-LES-OUATES BASKET**  
 Mme Estelle Rosa-Grataloup  
 079 319 65 15  
 info@lancyplobasket.ch  
 lancyplobasket.ch

**LANCY TENNIS CLUB**  
 M. Stanley Robertshaw  
 078 205 82 40  
 info@lancytennisclub.ch

**LANCY VOLLEY BALL CLUB**  
 Mme Jolanda Flück  
 079 760 52 32  
 info@lancyvbc.ch  
 lancyvbc.ch

**SALSA STYLE**  
 M. Alexandre Grubacic  
 079 153 60 53  
 info@salsastyle.ch  
 salsastyle.ch

**TCHILI EASY LEARNING**  
 078 232 74 78  
 association@tchili.ch  
 tchili.ch

**TCHOUKBALL CLUB LANCY**  
 M. Daniel Buschbeck  
 078 680 15 14  
 lancy@tchoukballgeneve.ch  
 tchoukballgeneve.ch

**TENNIS CLUB LANCY-FRAISIERS**  
 M. Claude Berchet  
 079 203 73 77  
 info@tcfraisiers.ch  
 tcfraisiers.ch

**TERRA MOVE**  
 M. Cyrille Rose  
 079 820 87 22  
 info@terramove.ch  
 terramove.ch

**VELO-CLUB LANCY**  
 M. Eric Schütz  
 077 436 38 00  
 es@git.ch  
 vlancy.ch

**VOVINAM LANCY CLUB**  
 M. Cong-Hoa Pham  
 079 479 72 77  
 vshoa@vovinam-geneve.ch  
 vovinam-geneve.ch

**YAMABUSHI**  
 M. Killian Emery  
 079 951 79 10  
 info@yamabushi.ch  
 yamabushi.ch

**YEN-DÔ-DÔJÔ LANCY-PALETTES**  
 M. Christian Vuissa  
 079 675 09 30  
 info@yendo-dojo.ch ou  
 christian.vuissa@span.ch  
 yendo-dojo.ch

**YOGART**  
 Mme Nicole Meylan  
 076 615 82 89  
 nicole.meylan.63@gmail.com  
 yogart.limdif.com

**YOGINIMAGE YOGA**  
 Mme Caroline von Burg  
 078 854 44 83  
 contact@yoginimage.ch  
 yoginimage.ch

**ZZ-LANCY**  
 M. Michel Martinez  
 079 903 04 86  
 michel.martinez@zz-lancy.ch  
 zz-lancy.ch

## CONTACTS DES ASSOCIATIONS

**GENÈVE MONTAGNE**  
 M. Sébastien Guéra  
 078 802 38 69  
 blocs@genevemontagne.ch  
 genevemontagne.ch

**LANCY PLAN-LES-OUATES HANDBALL**  
 Mme Nassira Vuillmar  
 079 295 28 39  
 secretaire@lancyplohand.ch  
 lancyplohand.ch

**LANCY TENNIS CLUB**  
 M. Stanley Robertshaw  
 078 205 82 40  
 info@lancytennisclub.ch

**LANCY VOLLEY BALL CLUB**  
 Mme Jolanda Flück  
 079 760 52 32  
 info@lancyvbc.ch  
 lancyvbc.ch

**SALSA STYLE**  
 M. Alexandre Grubacic  
 079 153 60 53  
 info@salsastyle.ch  
 salsastyle.ch

**TCHILI EASY LEARNING**  
 078 232 74 78  
 association@tchili.ch  
 tchili.ch

**TCHOUKBALL CLUB LANCY**  
 M. Daniel Buschbeck  
 078 680 15 14  
 lancy@tchoukballgeneve.ch  
 tchoukballgeneve.ch

**TENNIS CLUB LANCY-FRAISIERS**  
 M. Claude Berchet  
 079 203 73 77  
 info@tcfraisiers.ch  
 tcfraisiers.ch

**TERRA MOVE**  
 M. Cyrille Rose  
 079 820 87 22  
 info@terramove.ch  
 terramove.ch

**VELO-CLUB LANCY**  
 M. Eric Schütz  
 077 436 38 00  
 es@git.ch  
 vlancy.ch

**VOVINAM LANCY CLUB**  
 M. Cong-Hoa Pham  
 079 479 72 77  
 vshoa@vovinam-geneve.ch  
 vovinam-geneve.ch

**YAMABUSHI**  
 M. Killian Emery  
 079 951 79 10  
 info@yamabushi.ch  
 yamabushi.ch

**YEN-DÔ-DÔJÔ LANCY-PALETTES**  
 M. Christian Vuissa  
 079 675 09 30  
 info@yendo-dojo.ch ou  
 christian.vuissa@span.ch  
 yendo-dojo.ch

**YOGART**  
 Mme Nicole Meylan  
 076 615 82 89  
 nicole.meylan.63@gmail.com  
 yogart.limdif.com

**YOGINIMAGE YOGA**  
 Mme Caroline von Burg  
 078 854 44 83  
 contact@yoginimage.ch  
 yoginimage.ch

**ZZ-LANCY**  
 M. Michel Martinez  
 079 903 04 86  
 michel.martinez@zz-lancy.ch  
 zz-lancy.ch

## LIEUX

- 1 BTC Ball-Trap Club de Genève - Rte du Pont-Butin 2
- 2 CEPTA Construction - Ch. Gérard-de-Ternier 18
- 3 CO des Grandes-Communes - Ch. Gérard-de-Ternier 20
- 4 Stand de Tir Saint-Georges - Rte du Pont Butin 8
- 5 MQ du Plateau - Rte de Saint-Georges 86
- 6 École du Plateau - Av. du Plateau 40
- 7 Salsa Style - Ch. du Repos 6
- 8 École & piscine de Tivoli - Ch. du Fief-de-Chapitre 15
- 9 Maison des Amis Montagnards - Av. du Petit-Lancy 54a
- 10 Institut Florimont - Av. du Petit Lancy 37
- 11 Stade de Florimont - Ch. Du Bac 13
- 12 Parc des Evaux - Ch. François-Chavaz 110, 1213 Onex
- 13 École & piscine de la Caroline - Rue des Bossons 74
- 14 Lancy Tennis Club - Ch. de la Solitude 9
- 15 Salle omnisports de l'école du Petit-Lancy - Av. Louis-Bertrand 7
- 16 Yamabushi - Rte de Chancy 28
- 17 Parc Chuit - Ch. des Erables