

Quand	Horaire	Quoi	Rendez-vous	Organisé par
TOUT LE MOIS	En semaine de 9h à 12h et de 15h à 20h	Le Fitness Leofit est ouvert gratuitement pour toutes les personnes qui participent à Esta'bouge, profitez-en!	Leofit	Leo fit <a href="https://www.leofit.ch/physio-fitness">https://www.leofit.ch/physio-fitness</a>
TOUT LE MOIS	Horaire libre	Balade musicale en libre accès afin de découvrir le programme du concert du 21 mai à 18h	Départ à l'intersection du chemin du clos et de la route de la Poya. Panneau du Ski Club, en montant le Perru	La Cécilienne Estavannens-Villars-sous-Mont
Lundi 1er mai	Toute la journée	Les petits chanteurs et chanteuses vont marcher dans le village et chanter le mois de mai.	Via l'application vous pouvez inscrire votre enfant et comptabiliser ces minutes.	
Mardi 2 mai	17h	Pose des géraniums dans le village, du grill et de la table à la chapelle	Place de jeux	SIV
Mercredi 3 mai	10h à 11h30	Gym douce pour tous	Home de l'Intyamou	Animation du Home de l'Intyamou
Jeudi 4 mai	8h	Marche: Estavannens – Dent du Chamois: Dénivelé 1'000 m, env. 3 heures de montée	Départ aux indicateurs au chemin de la Chapelle	Manuel Francey
Jeudi 4 mai	13h30 à 15h	Marche au col de la Forclaz	Aux Gottes	Fabienne Pharisa
Vendredi 5 mai	16h à 20h	Montage de la cantine	À l'école	SIV
Samedi 6 mai	Toute la journée	Journée officielle d'Esta'Bouge	À l'école dès 9h00	SIV
Dimanche 7 mai	8h à 9h	Trempe dans le Dah et Yoga	Chapelle du Dah	Laurence Jaquet
Dimanche 7 mai	9h à 16h	Démontage de la place de fête du 6 mai	À l'école	SIV
Lundi 8 mai	20h à 21h	Gym Fit avec Anita Raboud	Halle de Gym Neirivue	CS Neirivue
Mardi 9 mai	18h à 20h	VTT ou e-bike	Congrain	Steven Girard
Mercredi 10 mai	14h-15h	Découverte VTT enfants et collations	ETAPE	ETAPE
Mercredi 10 mai	14h45 à 16h30	Thé dansant	Home de l'Intyamou	Animation du Home de l'Intyamou
Mercredi 10 mai	17h30	Marche et vol en parapente	Tilleul en dessous de la Chapelle	René Caille
Jeudi 11 mai	8h	Marche: Estavannens – Les Merlas : Dénivelé 1'100 m, plus de 3 heures de montée	Départ aux indicateurs au chemin de la Chapelle	Manuel Francey
Jeudi 11 mai	De 18h30 à 19h45	Portes ouvertes au Stand de tir dès 12 ans (moins de 16 ans accompagné)	Stand de Tir, entrée à la porte côté Stand	Société de Tir
Vendredi 12 mai	8h30	Balade sur les hauts d'Estavannens	A l'école	Liliane Caille
Vendredi 12 mai (annulé si orage)	18h à 19h45	Balade avec des chèvres de 4km et de 200m de dénivelé, sentier forestier.	Fond du Perru	Catherine Décrind
Samedi 13 mai	14h à 15h	Balade tranquille à plat ouverte à tous les âges	Pont de Fer de la Sarine	Nathalie Pythoud
Samedi 13 mai	14h à 17h	Parcours d'obstacles VTT pour enfants et plus grands	Place de jeux	Céline Paulin et Sébastien Blattmann
Dimanche 14 mai	9h30 à 10h30	Yoga, relaxation et pour les plus courageux une trempette dans le Dah	À la chapelle du Dah	Nathalie et Marion Pythoud
Lundi 15 mai	8h45 à 11h	Marche matinale	ETAPE	ETAPE
Mardi 16 mai	18h30 à 20h30	Marche en montagne avec Jean-Paul Borcard	Disponible sur notre site internet	CS Neirivue
Mardi 16 mai	14h	Sortie à Vélo électrique avec les Senior+, Inscription jusqu'au 13 mai au 079.767.68.38	Bâtiment de l'édilité à Enney	Marcel Blanc
Mercredi 17 mai	17h30	Dent du Chamois 700m dénivelé	Ski club	Séverine Girard
Jeudi 18 mai	9h	Marche: Ski-Club – La Fayère – Ski-Club : dénivelé 600 m, env.2 heures de montée	Départ 9h du chalet du ski-club	Manuel Francey
Vendredi 19 mai	19h à 20h	Bougez avec Okenawa, mouvement et prévention dans l'ostéoporose	Cour d'école d'Estavannens	Benoît Fellay (biologiste, laboratoire HFR) et Mélanie Léma (spécialiste en Sport-Santé)
Samedi 20 mai	14h à 15h	Balade tranquille à plat ouverte à tous les âges	Pont de Fer de la Sarine	Nathalie Pythoud
Dimanche 21 mai	18h	Concert chœur mixte: une balade musicale est proposée tout le mois afin de découvrir le programme du concert	Le concert est à l'église à 18h, la balade commence à l'intersection du chemin du clos et de la route de la Poya, elle peut se faire durant tout le mois	La Cécilienne Estavannens-Villars-sous-Mont
Lundi 22 mai	18h30 à 19h30	Initiation au Taekwondo	Terrain de foot	Marion Pythoud
Mardi 23 mai	18h à 20h	VTT ou e-bike	Congrain	Steven Girard
Mercredi 24 mai	14h à 15h	Découverte VTT enfant et collation	ETAPE	ETAPE
Mercredi 24 mai	18h	Découverte de l'ancien sentier qui va aux Rosys d'en bas depuis la Pierre à Pointu. Dénivelé 600 m, env. 2 heures de montée	départ aux indicateurs au chemin de la Chapelle	François Caille
Jeudi 25 mai	9h30	Marche découverte d'un sentier en forêt "Riau de Ferrand" adapté aux seniors et aux tous petits	À l'église	Manuel Francey
Jeudi 25 mai	20h à 21h30	Cardio Gainage avec Jérôme	Halle de Gym Neirivue	CS Neirivue
Vendredi 26 mai	8h45 à 11h	Marche matinale	ETAPE	ETAPE
Vendredi 26 mai	17h30 à 21h30	Concours interne du CS Neirivue (disciplines : saut en longueur, lancée et sprint) , les enfants de 3 à 16 ans sont amenés à participer.	Terrain de foot à Grandvillard, restauration possible.	CS Neirivue
Samedi 27 mai	8h jusqu'en fin d'après-midi	Entretien des sentiers: Repas organisé inscription chez François Caille au 079 560 46 22 si possible avant le 25 mai	Rendez-vous à l'école	SIV
Mardi 30 mai	20h à 21h	Soirée chaises musicales	Rendez-vous à l'école salle des sociétés	Société musique
Mercredi 31 mai	13h30	Randonnée Seniors+, adaptée pour tous	Terrain de Foot à Estavannens	Evelyne et André Dubath
Mercredi 31 mai	20h à 22h	Badminton	Halle de Gym Neirivue	Société de Badminton de Neirivue
Mercredi 31 mai	18h30 à 20h30	Match de foot des familles	Terrain de Foot à Estavannens	Marc Jaquet

Le matériel à prendre pour chaque activité est disponible sur notre site internet. Ceci est le programme de base, les activités sont également à jour sur notre site internet : <https://www.duelintercommunalcoop.ch/communes/estavannens-17176#events>