

# ACTIV'

AURA Tour

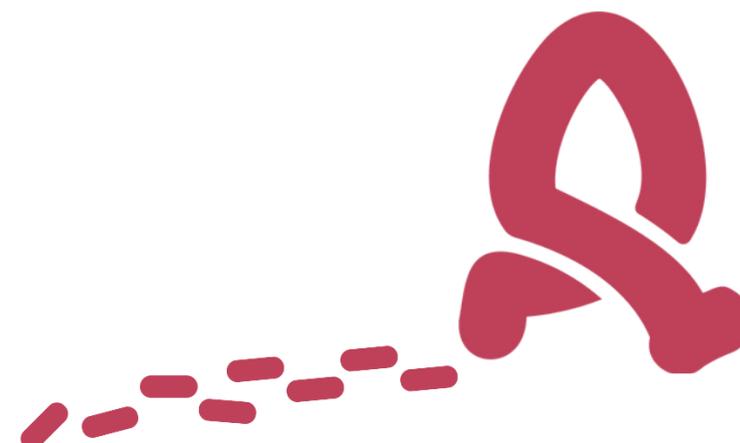


RÉGION ACADÉMIQUE  
AUVERGNE-  
RHÔNE-ALPES

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



LES  
OFFICES  
DU SPORT  
COMITÉ RÉGIONAL  
AUVERGNE-RHÔNE-ALPES



# SOMMAIRE

**01** Présentation projet

**02** Fil rouge

**03** Village

**04** Villes d'accueil

01

# PRESENTATION PROJET

## Objectif :

Dans le cadre de la Grande Cause Nationale 2024, le Comité Régional des Offices Municipaux du Sport d'Auvergne-Rhône-Alpes a été missionné par la DRAJES pour organiser le projet « Activ AURA Tour ». L'Activ AURA Tour a pour objectifs de promouvoir l'activité physique et sportive afin de lutter contre la sédentarité et de sensibiliser à la prévention santé par une pratique durable de l'activité physique. Autrement dit, l'objectif de ce projet est de faire prendre conscience que l'activité physique est nécessaire à toutes et tous et qu'il ne s'agit pas forcément de pratiquer du sport mais juste de bouger durablement, par exemple de favoriser la marche à pied sur des trajets courts comme pour aller chercher son pain.

Organisation d'une journée autour de cet objectif dans un espace plein air (pas de complexe sportif) dédié à la découverte d'activités loisirs et de bien-être. Cependant, le village ne ressemblera pas à un simple forum des associations, nous souhaitons avoir de réelles initiations découvertes où les personnes peuvent tester différentes activités dans des conditions réelles. Par exemple, pour le vélo, proposer une sortie randonnée où les personnes pourraient être accompagnées d'un guide sur une balade d'une vingtaine de minutes sur des chemins de randonnée (type forêt) autour du lieu de l'évènement.

## Un point essentiel :

L'accessibilité pour tous à un maximum d'initiations : jeunes, séniors, personnes en situation de handicap, femmes enceintes,... chacun doit pouvoir pratiquer les différentes activités proposées.



02

# FIL ROUGE



## COMMENT ?

### 1. Course d'orientation / jeu de pistes :

Suivre un parcours permettant de découvrir différents stands (initiation, bien-être, nutrition) afin de remplir un questionnaire de fin. Le questionnaire portera sur des questions de différents types (sur les stands, sur la Grande Cause Nationale, ...).

### 2. Défi collectif :

Comptabilisation de la distance parcourue par les participants à l'aide de podomètres. Un cumul de la distance totale sera affichée (+ défi entre les trois communes d'accueil : effectuer la plus grande distance).

## BUT ?

- Montrer que les trajets effectués au sein du village suffisent à faire les 30 minutes d'activités physiques par jour et qu'il n'était pas nécessaire de pratiquer de sport.
- Sensibiliser autour de la Grande Cause Nationale mais aussi du bien-être et de la nutrition .
- Animer le village tout au long de la journée.



#### Ateliers de découverte d'activités loisirs :

Toutes activités proposant du sport santé, bien-être ou loisirs (pas de compétitions).

Exemples : basket 3x3, pilâtes, stretching, croquet, marche nordique, badminton, ultimate, rugby touché, balade équestre (poney), hockey, volley assis, boccia, zumba, speedball, randonnée VAE, football, danse, gym, ...



#### Stands nutrition :

Exemples : vélo Smoothie / atelier nutrition, cours cuisine sportive, ...



#### Stands bouger durablement :

Exemples : test de forme par DRAJES, fresque du climat, recharge batterie en pédalant, test de réflexe (montrant l'importance de bouger pour garder ses réflexes car ils sont utiles dans la vie de tous les jours et notamment en conduisant), ...



#### Stands bien-être :

Exemples : entreprises faisant des quizz sur l'intérêt du sport pour le bien-être (ex : Crédit mut, Maïf, ...), yoga, croix rouge sensibilisation (sur l'importance du sport contre les maladies), bien-être en entreprise, sport en EHPAD / école, ...



#### Espaces restauration :

Exemples : bar à salade, food truck "sain", stand fruit ou fruits secs, bar à jus, ...



#### Espaces sport santé :

Exemples : présentation des activités et des actions des Maisons Sport Santé, sport sur ordonnance, ...



04

# VILLES D'ACCUEIL

42

## SAINT-JUST-SAINT-RAMBERT

Le mercredi 16 juillet 2025 à la Promenade  
du Guittay.

*Département de la Loire*



26

## MONTÉLIMAR

Le samedi 27 septembre 2025 à la base  
de loisirs de Montélimar.

*Département de la Drôme*



63

## COURNON D'Auvergne

*En attente de confirmation*

Plan d'eau de Cournon-d'Auvergne

*Département du Puy-de-Dôme*





RÉGION ACADÉMIQUE  
AUVERGNE-  
RHÔNE-ALPES

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

LES  
OFFICES  
DU SPORT

COMITÉ RÉGIONAL  
AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

AGENCE  
NATIONALE  
DU SPORT

# ACTIV'

AURA Tour

Contact :

BRAUD Elise

Chargée de projet "Activ' AURA Tour"  
Alternante

e.braud@croms-aura.fr  
04 73 35 15 53

