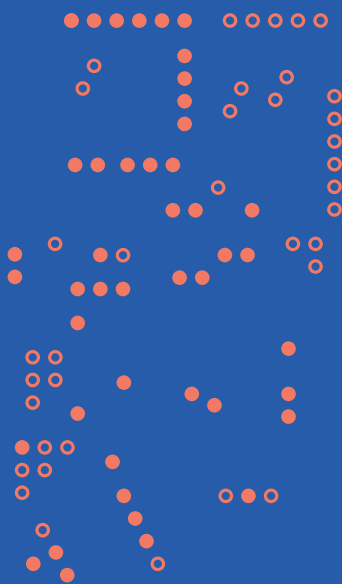
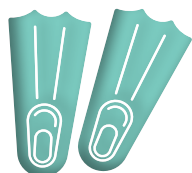


INSTALLATIONS SPORTIVES

HIVER
2025-26



MEYRIN.ch



**ACTIVITÉS
EN PLEIN AIR :
PÉTANQUE ET
COURSE
À PIED**

4

**O
T
I
D
E**



**PISCINE
LIVRON**

5



**PATI-
NOIRE**

6



**LE SAUNA ET
LE SPORT, UN
DUO GAGNANT
POUR L'HIVER**

7



**MAISON-
NEX**

8



**BOULO-
DROME,
ACCÈS
LIBRE**

10



**SKI ET
SURF**

11

Chère population meyrinoise,

Avec l'hiver reviennent les envies de bouger, de se dépasser ou simplement de profiter d'un moment actif, en solo ou à plusieurs. Ce prospectus saisonnier rassemble toutes les informations sur les infrastructures sportives communales et les possibilités qui s'offrent à vous durant les mois les plus froids.

Au fil des pages, vous découvrirez un aperçu des activités à pratiquer en intérieur ou en extérieur : piscine couverte, patinage, tennis, squash, minigolf, course à pied, workout et plus encore.

Pour cette édition, deux articles proposent des conseils et des idées pour entretenir sa motivation en hiver : le sauna, précieux allié de la récupération et du bien-être, ainsi que la course à pied et la pétanque, qui se pratiquent même quand le thermomètre descend.

Chaque personne peut ainsi composer un programme selon ses envies, ses habitudes et son rythme. Qu'il s'agisse d'un défi personnel ou simplement d'un moment de détente, l'essentiel est de garder le plaisir en mouvement.

La Commune se réjouit de voir les installations s'animer tout au long de l'hiver et vous souhaite une saison dynamique, épanouissante et riche en découvertes !

Laurent Tremblet
Maire



ACTIVITÉS EN PLEIN AIR : LA COURSE À PIED ET LA PÉTANQUE

Quand les températures baissent, il est parfois tentant de rester chez soi. Pourtant, les activités extérieures conservent de nombreux atouts, même en hiver : elles permettent de maintenir sa forme, de profiter de la lumière naturelle et de préserver un bon moral.

Courir en toute sécurité

La course à pied est idéale pour activer la circulation et renforcer le système immunitaire. Avant de partir, pensez à bien vous échauffer et à adapter votre équipement : portez des vêtements respirants et une couche coupe-vent, sans oublier bonnet et gants. En cas de neige ou de verglas, mieux vaut prévenir que guérir : privilégier d'autres formes d'activité ou rester au chaud. La sécurité avant tout !

La pétanque, version hivernale

Accessible et conviviale, la pétanque se pratique toute l'année. En hiver, quelques ajustements permettent de continuer à jouer confortablement à l'extérieur : pensez à dégager le terrain pour éviter les zones glissantes et à porter des chaussures qui adhèrent bien au sol. Avant de commencer, échauffez vos poignets et vos épaules avec quelques rotations : cela aide à garder précision et souplesse dans les lancers.

Entre deux parties, gardez les mains au chaud et pensez à bien vous hydrater, même par temps froid. La pétanque sollicite l'équilibre, la coordination et la concentration, tout en restant accessible à tous les niveaux. C'est l'occasion de se retrouver entre amis ou en famille, de bouger en douceur et de profiter de l'air frais, tout en partageant un moment convivial.

PISCINE DE LIVRON

📍 De-Livron 2 ☎ 022 782 81 83 🚗 14/57 Forumeyrin

EN BREF

Piscine couverte • Bassin 25 m

HORAIRES

15 septembre 2025 – 12 mai 2026

Lu, je, ve 11h30 – 13h30 * jeudi et 16h – 20h30 •

ma 7h30 – 13h30, 16h – 21h30 * • me 7h30 – 20h30 •

sa 12h – 14h, 14h – 17h ** • di 9h – 17h

Sortie des bassins 20 min avant la fermeture

* Fond à 1m20 ** Jeux flottants + fond à 1m20

TARIFS

Adulte

1x → 6.50 10x → 45.- saison → 110.- / 45.-² / 40.-³

Réduit (6 – 17 ans, étud., chô., AVS-AI)¹

1x → 2.50 10x → 20.- saison → 55.- / 20.-² / 15.-³

Support d'abonnement (carte) → 5.-

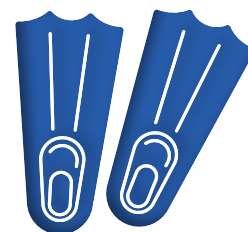
¹ Présentation d'un justificatif valable

² Tarif contribuables (population résidente et contribuables de la commune taxés sur leurs revenus, sur présentation d'un justificatif)

³ Tarif préférentiel contribuables (18 août – 12 septembre 2025)

PROMOTION !

Bénéficiez d'un tarif préférentiel en achetant votre abonnement du 18 août au 12 septembre 2025 !



Les abonnements, valables pour la piscine de Livron et la patinoire, sont en vente auprès du guichet multiservices de la Mairie, sur présentation d'une pièce d'identité et d'un justificatif de domicile (facture SIG par ex.) ou de l'employeur pour les contribuables. Toute demande d'abonnement de saison pour un tiers doit être accompagnée d'une photo. Si vous êtes déjà en possession d'une carte d'abonnement, présentez-vous avec celle-ci. Elle est recyclable et sera reprogrammée pour la saison d'hiver.

Durant les périodes de vacances scolaires, les horaires sont modifiés. Veuillez vous référer au journal « Meyrin-Ensemble », au site internet de la Commune ou aux écrans de communication.

NOUVEAU ! — Vente en ligne pour les entrées individuelles ! Plus d'informations sur www.meyrin.ch/fr/tarifs-piscines-et-patinoires.

PATINOIRE DES VERGERS

📍 Louis-Rendu 📞 022 782 13 00 📄 14 Vaudagne
57 Vernes

HORAIRES

6 octobre – 2 novembre 2025 et 2 – 29 mars 2026

PATINOIRE INTÉRIEURE

Lu, ma, je 10h – 16h • me 12h – 16h • ve 10h – 16h,
20h30 – 22h30 • sa, di 12h30 – 16h30

Hockey libre*

Di 11h – 12h15

3 novembre 2025 – 1^{er} mars 2026

PATINOIRES INTÉRIEURE + EXTÉRIEURE

Lu 10h – 16h45 • ma 10h – 17h30 • me 9h – 17h30 •
je 10h – 17h30 • ve 10h – 18h, 20h – 22h30 •
sa 12h30 – 17h30 • di 11h – 20h30

Hockey libre*

Lu, ve 13h45 – 15h15 • ma, je 10h – 10h45 •
sa 14h30 – 16h • di 14h15 – 16h15

* Casque obligatoire

TARIFS

Entrée / abo → voir Piscine de Livron (tarifs communs)

Location des patins → 3.-

FÊTE DE LA GLACE • SWISS ICE HOCKEY DAY —

Rendez-vous dimanche 2 novembre 2025 ! Entrée gratuite
et location des patins à demi-prix (1.50).

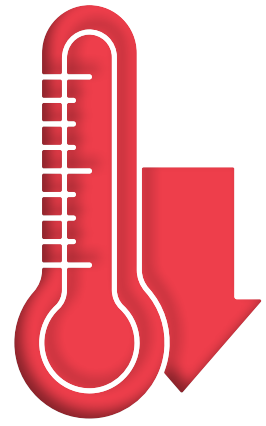


École de patinage et de hockey : sous le patronage de la Commune, les clubs organisent des cours d'initiation à prix préférentiels. Contactez le **Club des Patineurs de Meyrin** (www.cpmeyrin.ch) ou le **Club des Patineurs Artistiques de Meyrin** (www.cpameyrin.ch).

Patinage libre : attention aux accidents ! Nous vous recommandons de porter un casque.

Selon la météo et en fonction des entraînements du Club des Patineurs de Meyrin, le public sera dirigé vers la piste extérieure ou intérieure. Durant les vacances scolaires, les horaires sont modifiés. Veuillez vous référer au journal « Meyrin-Ensemble », au site internet de la commune ou aux écrans de communication.

6-7



LE SAUNA ET LE SPORT, UN DUO GAGNANT POUR L'HIVER

Après une séance de sport intense, rien de tel qu'un passage au sauna pour récupérer et se détendre. La chaleur sèche, qui atteint généralement entre 70 et 90°C, procure de nombreux bienfaits physiques et psychiques, particulièrement appréciés en hiver.

Détente, circulation et récupération

Le sauna aide d'abord à détendre les muscles sollicités pendant l'effort. La chaleur favorise la circulation sanguine, ce qui accélère l'élimination des toxines et réduit les courbatures. C'est aussi un excellent moyen de relâcher les tensions accumulées et de prévenir certaines raideurs articulaires.

Sur le plan mental, le sauna contribue à diminuer le stress et à améliorer la qualité du sommeil, deux atouts précieux lorsque les journées raccourcissent et que l'énergie baisse. Pour profiter pleinement de ses bienfaits, il est recommandé de bien s'hydrater avant et après la séance et de limiter le temps passé dans la cabine (10 à 15 minutes maximum par passage).

Le sauna peut s'intégrer facilement à votre routine sportive : après une session de workout, de squash ou de natation, il offre un moment de détente bienvenue. Il suffit d'écouter son corps et de respecter quelques précautions pour en faire un allié de votre récupération et de votre bien-être hivernal.

→ **Pour vous réchauffer après l'effort, cap sur le sauna de Maisonnex (infos en p. 9) !**

MAISONNEX

📍 Berne 5 📞 022 782 91 31 📠 18 / 67 / 68 CERN

Abonnement 022 782 91 31 ou centre.sportifmaisonnex@meyrin.ch

TENNIS

1^{er} octobre 2025 – 31 mars 2026, tous les jours 7h – 22h

Adulte année → 580.-

Adulte (heures creuses)¹ année → 380.-

Couple (marié/pacsé)² année → 1'000.-

Réduit (étud./chôm./AVS-AI)² année → 440.-

Junior (6 – 17 ans)^{1,2} année → 350.-

Location court¹ 1h → 30.- 11× 1h → 300.-

Invité¹ 1h → 15.-

Support d'abonnement (carte) → 5.-

¹ Semaine 7h – 11h30, 14h – 18h, 20h – 22h, w-e 7h – 22h

² Présentation d'un justificatif valable

i 4 courts intérieurs en terrain Greenset Confort® • Halle couverte tempérée • Abonnement annuel (365 jours) • Réservation par Internet (abonnés) • Réservation au coup par coup pour 1h selon disponibilités • Tennis juniors, mini-tennis, cours collectifs et privés pour adultes

8-9

SQUASH

1^{er} octobre 2025 – 31 mars 2026, tous les jours 7h15 – 22h15

Adulte hiver → 250.- / 180.-³ année → 500.- / 360.-³

Adulte (heures creuses)¹ hiver → 180.- / 120.-³

année → 360.- / 240.-³

Couple (marié/pacsé)² hiver → 360.- / 300.-³

année → 720.- / 600.-³

Réduit (étud./chôm./AVS-AI)² hiver → 100.-

année → 200.-

Junior (6 – 17 ans)^{1,2} hiver → 60.- année → 120.-

Location court¹ 45 min → 30.- 11× 45 min → 300.-

Invité¹ 45 min → 15.-

Support d'abonnement (carte) → 5.-

¹ Semaine 7h15 – 11h45, 14h – 17h45, 20h – 22h15, w-e 7h15 – 22h15

² Présentation d'un justificatif valable

³ Tarif contribuables, sur présentation d'un justificatif valable

i 4 courts • Réservation par internet (abonnés) • Réservation au coup par coup pour 45 min selon disponibilités • Cours collectifs et privés • Squash juniors, baby-squash, cours collectifs et privés pour adultes

SAUNA

1^{er} octobre 2025 – 31 mars 2026

♀ lu, me, ve 9h – 18h ♂ ma, je 9h-18h et sa 9h – 17h

Adulte 1× → 10.- 12× → 100.- hiver → 120.-

Support d'abonnement (carte) → 5.-

MINIGOLF

Toute l'année (selon météo), 9h – 18h (week-end 17h)

Tarif unique Parcours 18 trous → 3.-

i 18 pistes aux difficultés diverses • Zone herbeuse ombragée • Pour toute la famille

COURSE À PIED

1^{er} octobre 2025 – 31 mars 2026, lu-ve 9h – 18h (sa 17h)

Tarif unique Saison (casier, vestiaire et douche) → 30.-

PARCOURS MESURÉS — 3 parcours dans la nature : 9,370 km / 6,720 km / 3,410 km
→ Lattes 71 & Berne 5, 24 / 24h



Les horaires, le règlement interne et les conditions d'utilisation sont détaillés dans un document séparé, disponible auprès du centre sportif de Maisonnex et sur le site www.meyrin.ch/sports.

Les activités des clubs **TC Meyrin** et **Squash Club** (leçons, tournois, activités seniors, etc.) ne sont pas comprises dans les tarifs : chaque personne abonnée est invitée à adhérer au club pour y participer.

BOULO- DROME DES ARBÈRES

📍 Ouchettes 18 🚗 14 Vaudagne, 57 Vernes

EN BREF

Intérieur : 12 terrains de pétanque, 2 terrains de longue

• Extérieur : 10 terrains de pétanque • Quelques plages horaires sont réservées aux clubs, selon planning affiché sur place

HORAIRES

Ouvert toute l'année

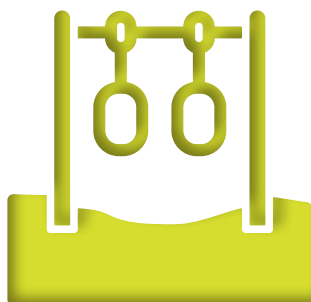
Tous les jours dès 10h

TARIF

Accès libre pour la population meyrinoise

Location casier

1 an → 54.-



ACTIVITÉS EN ACCÈS LIBRE

STADE D'ATHLÉTISME — Anneau d'athlétisme de 300 m, terrain synthétique polyvalent football, basketball, volleyball, badminton • Éclairé le soir → Lattes 71, 8h – 21h

PARCOURS MESURÉS — 3 parcours dans la nature : 9,370 km / 6,720 km / 3,410 km
→ Lattes 71 & Berne 5, 24 / 24h



i Pour la saison : casier, vestiaire et douche en page 9!

WORKOUT — Espace urbain de musculation et de détente

• Éclairé le soir → Prulay / Vaudagne, 8h – 21h

SPORT POUR TOUS — Beach volley, slackline, arbre à basket, sport en plein air → Vaudagne 24, 8h – 21h

SAMEDIS DE SKI & SURF

📍 Haute-Savoie 📅 5 samedis (janvier – mars 2026)

EN BREF

Les enfants sont sélectionnés et classés par degré. Ils sont encadrés toute la journée par des monitrices et moniteurs qualifiés. Pour les « débutants I » (n'ayant jamais chaussé de ski), nous nous réservons le droit d'annuler l'inscription au bout de deux séances si nous constatons que l'enfant n'est pas suffisamment à l'aise pour progresser avec l'ensemble du groupe. Le cas échéant, les cours restants seront remboursés. Priorité d'inscription aux enfants habitant Meyrin et Cointrin. Nombre de places limité. Par leur inscription, les participants s'engagent à être présents aux cinq sorties.

DATES & HORAIRES

10, 24, 31 janvier, 14 février, 7 mars 2026

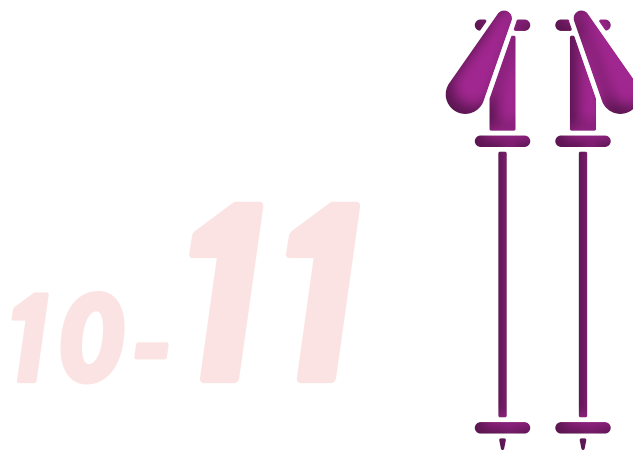
Départ 7h25 – 7h45, selon lieux définis

TARIF

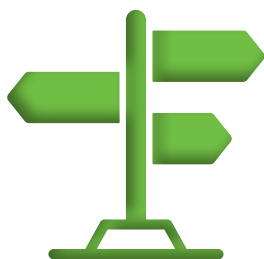
→ **CHF 210.-** la série des 5 samedis. Le prix comprend : transport en car • leçons de ski ou de surf • accompagnement et surveillance des participants durant toute la journée • remontées mécaniques • encadrement sanitaire en cas de besoin • repas chaud à midi

INSCRIPTION

Inscrivez-vous jusqu'au 28 novembre 2025 sur notre site www.meyrin.ch/ski.



Les cours de ski et de surf pour enfants de 8 à 15 ans sont organisés par le **Ski Club de Meyrin**, sous le patronage de la commune de Meyrin. Il incombe à chaque enfant d'être équipé de son matériel personnel en bon état et d'être assuré contre les accidents.



PISCINE DE LIVRON

📍 De-Livron 2 🚶 14, 57 Forumeyrin

PATINOIRE DES VERGERS

📍 Louis-Rendu 🚶 14 Vaudagne, 57 Vernes

CENTRE SPORTIF DE MAISONNEX

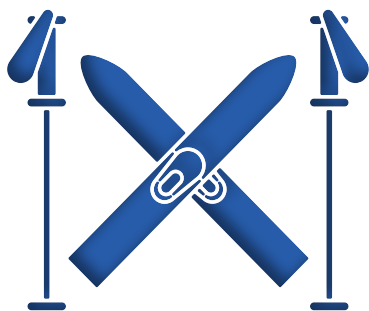
📍 Berne 5 🚶 18/67/68 CERN

BOULODROME DES ARBÈRES

📍 Ouchettes 18 🚶 14 Vaudagne, 57 Vernes

ATHLÉTISME, WORKOUT

- 📍 Lattes 71 (stade d'athlétisme)
- 📍 Lattes 71 & Berne 5 (parcours mesurés)
 - 📍 Prulay / Vaudagne (workout)
 - 📍 Vaudagne 24 (sport pour tous)



Tous les prix s'entendent en CHF,
TVA comprise. Les parkings aux abords
des centres sportifs sont payants 7/7 jours.
Imaginé & réalisé par CO Créations sàrl.

Mairie de Meyrin
Service des sports
Rue des Boudines 2
1217 Meyrin
022 782 82 82
meyrin.ch/sports
sports@meyrin.ch