









Lundi 21 Fuillet

A partir de 18h, dans la cour du centre de loisirs, découvrez les prestataires et les activités en dégustant un cocktail détox, puis ouverture des inscriptions.

Possibilité de s'inscrire le lendemain à 9h à l'Office de Tourisme s'il reste des places. Attention, nombre de places limité par atelier!

Toutes les activités requièrent une inscription préalable.

Certaines activités sont payantes comme précisé dans le programme!

March 22 Fuillet

17h30 Yoga

9h30 Gym WouceRendez-vous en salle Alto. Tapis de sol fourni.
Gratuit. A partir de 15 ans.

9h30 YogaRendez-vous dans la cour du centre de loisirs les Bambins.

Tapis de sol fourni. A partir de 16 ans.

9h30 SophhologieRendez-vous en salle Alto pour une séance de sophrologie revitalisante!
Gratuit. A partir de 10 ans (8 ans si accompagné)

En salle Alto. Tapis de sol fourni. Gratuit. A partir de 15 ans.

11h Renforcement En salle Alto. Tapis de sol fourni. Gratuit. A partir de 15 ans musculaire

14h Atelier de Rendez-vous en salle Alto. Gratuit. A partir de 10 ans. Création de bijoux

14h Wiététique Rendez-vous en salle Alto. Gratuit. A partir de 18 ans.

15h Balade
Rendez-vous devant l'Office de Tourisme. Gratuit.
Enfants bienvenus en tant que spectateurs.

16h Réflexologie
Plantaine
Rendez-vous devant la Chapelle (replis en salle Alto si mauvais temps). Chaque séance dure 15 minutes.

Activité payante : 10€. A partir de 6 ans.

17h30 MassageRendez-vous en salle Alto.

Activité payante : 8€. 18 ans ou autorisation parentale

Rendez-vous en salle Alto .Tapis de sol fourni. Gratuit. A partir de 16 ans.

19h Atelier bière Présentation et dégustation. Rendez-vous en salle Alto. Gratuit. Enfants bienvenus en tant que spectateurs.

19h Barbecue
Partu

Barbecue party à partir de 19h, concert à partir de 20h avec Rock Cab!
Tout public

Mercredi 23 Juillet

9h Balade Sophrologie Rendez-vous devant la salle Alto (puis montée vers Montgésin en voiture). Sous réserve d'une belle météo. Gratuit. A partir de 10 ans.

9h30 Yoga

Rendez-vous dans la cour du centre de loisirs les Bambins. Tapis de sol fourni. Gratuit. A partir de 16 ans.

10h Séance gym ludique enfant Rendez-vous en salle Alto. Gratuit. Pour les 6-10 ans.

14h Atelier Naturopathie Rendez-vous en salle Alto. A partir de 18 ans. Gratuit.

14h Atelier Labrication de Savons Chacun repart avec son savon. Rendez-vous en salle Alto. Gratuit. A partir de 10 ans. (Chaussures fermées + pantalon obligatoire)

14h Sophrologie

Rendez-vous en salle Alto pour une séance de sophrologie revitalisante! Gratuit. A partir de 10 ans (8 ans si accompagné)

14h30 Atelier de création de bijoux

Rendez-vous en salle Alto. Gratuit. A partir de 10 ans.

15h puis 16h15 Atelier cosmétique Rendez-vous devant la salle Alto. Gratuit. Enfants bienvenus en tant que spectateurs.

16h Réflexologie Plantaire

Rendez-vous devant la Chapelle (replis en salle Alto si mauvais temps). Chaque séance dure 15 minutes.
Activité payante : 10€. A partir de 6 ans.

17h30 Massage assis

Rendez-vous en salle Alto.

Activité payante : 8€. 18 ans ou autorisation parentale

17h30 Yoga

Rendez-vous en salle Alto. Tapis de sol fourni. Gratuit. A partir de 16 ans.

Feudi 24 Fuillet

9h Atelier Fabrication de Savons Chacun repart avec son savon. Rendez-vous en salle Alto. Gratuit. A partir de 10 ans. (Chaussures fermées + pantalon obligatoire)

9h30 Sophrologie

Rendez-vous en salle Alto. Gratuit. A partir de 10 ans (8 ans si accompagné)

9h30 Gym douce

Rendez-vous en salle Alto. Tapis de sol fourni. Gratuit. A partir de 15 ans.

9h30 Yoga

Rendez-vous dans la cour du centre de loisirs les Bambins. Tapis de sol fourni. Gratuit. A partir de 16 ans.

11h Renforcement musculaire

Rendez-vous en salle Alto. Tapis de sol fourni. Gratuit. A partir de 15 ans.

14h Atelier de création de bijoux

Rendez-vous en salle Alto. Gratuit. A partir de 10 ans.

14h Atelier Labrication de Savons

Chacun repart avec son savon. Rendez-vous en salle Alto. Gratuit. A partir de 10 ans. (Chaussures fermées + pantalon obligatoire)

15h Séance gym ludique jeunesse En salle Alto. Gratuit. Pour les 11-17 ans.

15h Atelier distillation et création de parfum

Rendez-vous devant la salle Alto. Gratuit. Enfants bienvenus en tant que spectateurs.

16h Réflexologie Plantaire Rendez-vous devant la Chapelle (replis en salle Alto si mauvais temps). Chaque séance dure 15 minutes. Activité payante : 10€. A partir de 6 ans.

17h Pilates

Rendez-vous en salle Alto. Tapis de sol fourni. Gratuit. A partir de 15 ans.

17h30 Massage assis

Rendez-vous en salle Alto.

Activité payante : 8€. 18 ans ou autorisation parentale

17h30 Yoga

Rendez-vous en salle Alto. Tapis de sol fourni. Gratuit. A partir de 16 ans.

18h Stretching

Rendez-vous en salle Alto. Tapis de sol fourni. Gratuit. A partir de 15 ans.