

PROGRAMME DES ANIMATIONS DU 26/10 AU 30/10



Office de Tourisme Grand Orb (OT)
Avène Tel : 04 67 23 43 38 / Lunas Tel : 04 67 23 76 67
Espace Animation «Les Muriers » (EAM)
Tel : 04 67 23 46 30

STATION THERMALE
Avène
le don d'apaiser

CLUB ENFANT LES MURIERS

Thème de la semaine « Et si on commençait la déco de Noël »

LUNDI 26 OCTOBRE

- 14h Randonnée pédestre guidée « Les Planes », niveau moyen, 3€/pers. RDV Espace Animation les Muriers (EAM)**
- 15h-17h Atelier Origami, 3€/pers. RDV Espace Animation les Muriers (EAM)**
- 18h Atelier Féminin « Se reconnecter à soi » 20€/pers. Informations et inscriptions au 06 88 13 91 68. RDV à la Ferme de Lamalou, Avène.**

MARDI 27 OCTOBRE

- 14h Concours de Pétanque, 2€/pers. RDV Boulodrome du village**
- 14h-15h Sophrologie, 6€/pers. RDV Espace Animation les Muriers (EAM)**
- 15h30-17h Découverte du Yoga Nidra. Gratuit. RDV Espace Animation les Muriers**

MERCREDI 28 OCTOBRE

- 9h 12h30 Marché de producteurs. Place du marché à Avène**
- À partir de 11h Massage des mains pause détente .10€/10min. RDV dans l'Atrium de Eau Thermale Avène l'Hôtel . Réservation impérative au 06 19 08 28 52**
- 14h-15h Découverte du Yoga, 10€/pers. RDV Espace Animation les Muriers (EAM)**
- 14h30 Visite guidée de Bousagues, par l'Association Les Amis du Vieux Bousagues, 5€/pers. Inscription 48h avant au 06 21 71 65 53. RDV OT (prévoir un véhicule)**

JEUDI 29 OCTOBRE

- 9h-12h Randonnée pédestre guidée « Au fin fond du Merdous » niveau facile 3€/pers. RDV Office de Tourisme (OT)**
- 10h30-12h Atelier Origami, 3€/pers. RDV Espace Animation les Muriers (EAM)**
- 14h-15h Initiation au Qi Gong, 10€/pers. RDV Espace Animation les Muriers (EAM)**
- À partir de 17h30 Dégustation de tartinades sucrées artisanales par Les Rêves d'Annabelle. RDV dans l'atrium Eau Thermale Avène l'Hôtel**

VENDREDI 30 OCTOBRE

- 9h-10h Gym Dynamique 3€/pers. RDV Espace Animation les Muriers (EAM)**
- 10h30-12h Balade au fil de l'Orb. 3€/pers. RDV Espace Animation les Muriers (EAM)**
- 14h-15h30 Initiation à la Marche Nordique. RDV Espace Animation les Muriers (EAM)**
- 16h-17h Gym Douce 3€/pers. RDV Espace Animation les Muriers (EAM)**

Pour toutes les animations l'inscription est conseillée à l'Office de Tourisme
04 67 23 43 38 ou à l'Espace Animation Les Muriers 04 67 23 46 30