



Programme des Animations

Du 1er au 28 Février 2023

Lamalou les Bains

Combes Hérépian Les Aires
Le Poujol sur Orb Le Pradal
Taussac la Billière
St Génies de Varensal
St Gervais sur Mare
Villemagne l'Argentière

GO!



PROGRAMME SOUS RESERVE DE MODIFICATIONS



VISITES ET DECOUVERTES



MARDI 21 ET MARDI 28 FEVRIER

Lamalou les Bains

RANDONNÉE

ACCOMPAGNÉE PAR LE CLUB DE MARCHÉ DE BEDARIEUX

RDV 14H30 DEVANT L'OFFICE DE TOURISME - Parcours annoncé au moment du départ en fonction du temps et du groupe - Sur inscriptions au 04.67.95.70.91 - 3€ la sortie

Chaussures et vêtements de sport obligatoires - Ne présumez pas de vos capacités, faites vous expliquer les difficultés de la balade avant le départ.

SAMEDI 25 FEVRIER

Les Aires (3km de Lamalou les Bains)

VISITE COMMENTEE DE LA CHAPELLE ST MICHEL ET DES VESTIGES DU CHÂTEAU DE MOURCAIROL PAR L'ASSOCIATION LES AMIS DE ST MICHEL

RDV 15H SUR LE PARKING DU SITE - Vous découvrirez les vestiges du château de Mourcairol et la chapelle romane Saint-Michel, témoins d'un passé prestigieux, ainsi que le superbe panorama s'offrant à vous depuis la table d'orientation.

Réservation obligatoire au 06.08.87.21.52 – Tarif :5€ paiement le jour de la visite
Chaussures de marches - dénivelé 50m, distance 900m aller-retour, durée 1h45.

PARTEZ À LA DÉCOUVERTE DE NOS SENTIERS DE RANDONNÉE !

Retrouvez nos fiches rando ici,
ou auprès de vos conseillères en séjour.



Pour randonner en toute sécurité, partez bien chaussé, bien équipé, gourde remplie, téléphone chargé, et météo vérifiée.

LAMALOU LES BAINS

Samedi 18 Février - 19H30 - À la salle des fêtes



SPECTACLE DE VARIÉTÉ

MISSION: TUBES

Votre mission:
Passer une bonne soirée
avec nos agents très spéciaux!

Buvette sur place

Assiette Tapas 8€ + sangria ou vin

Sur réservation au: 06 41 59 09 39 - Entrée: 12€



AGENDA DES ANIMATIONS ET DES FESTIVITES du Pôle de Lamalou les bains

VENDREDI 3 FEVRIER

Villemagne l'Argentière

SOIRÉE JEUX

RDV 20H00 A LA LUDOTHEQUE, à coté de l'école

Entrée libre - Repas partagé - Renseignements : 06.26.20.22.54

SAMEDI 4 FEVRIER

Hérépian

SOIRÉE REPAS DANSANT

19H30 A LA SALLE POLYVALENTE

Soirée animé par André Salvador, organisé par les Chênes Verts de Grand Orb

Prix: 25€ pour les adhérents et 28€ pour les non adhérents

Renseignements et inscriptions au 06-73-20-88-65, au 06.44.81.22.05 ou au 06.23.03.43.23

DIMANCHE 5 FEVRIER

Le Poujol sur Orb

LOTO

17H SALLE MUNICIPALE

Au profit de la Fondation du Patrimoine

JEUDI 9 FEVRIER

St Gervais sur Mare

T'ES CAFÉ

de 14H à 16h AU PETIT TRIANON

Avec « Grandir Ensemble », chacun apporte son pique-nique pour partager un moment convivial.

Renseignement et inscription au 07 88 39 55 69.

VENDREDI 10 FEVRIER

Lamalou les Bains

SOPHRO-BALADE AVEC CELINE

RDV 16H00 A LA SOPHRONIERE, 1 bis chemin de Villecelle

Sur inscription au 06 45 27 84 40 - 10€ la séance

SAMEDI 11 FEVRIER

Hérépian

STAGE DE QI QONG ET TAI CHI CHUAN

De 8H30 à 13h30 A LA SALLE POLYVALENTE

Stage proposé par Lotus Energy - Tout niveau, débutant accepté

Apprentissage de quelques techniques de base - Bâton long et éventail - Apprendre à développer un style libre à partir des techniques étudiées. Possibilité de prêt de matériel .

Renseignements auprès de carole@lotusenergy.fr

Villemagne l'Argentière

INITIATION JEUX DE RÔLE

de 14H à 18H A LA LUDOTHEQUE, à coté de l'école

Venez vous initier au jeu de rôle, création de personnage et partie découverte. A partir de 7 ans.

Renseignements : 06.26.20.22.54 - Libre participation

AGENDA DES ANIMATIONS ET DES FESTIVITES du Pôle de Lamalou les bains

SAMEDI 11 FEVRIER

St Gervais sur Mare

LA P'TITE FABRIQUE

de 10H à 12h AU PETIT TRIANON

Avec « Grandir Ensemble », fabrication de produits du quotidien 100% naturels. Au programme : fabrication de liquide vaisselle, détachant textile et cold cream. Renseignement et inscription : 07 88 39 55 69.

DIMANCHE 12 FEVRIER

Le Pujol sur Orb

LOTO

17H SALLE MUNICIPALE

Organisé par l'association Plus Belle l'Imbaisse

Le Aires

LOTO

14H30 SALLE POLYVALENTE

Animé par « Les Toon's », avec l'association Choralys

Renseignements, réservations : 06.30.61.59.35 / 06.32.73.77.02.

Saint Gervais sur Mare

LOTO

16H SALLE MOUTOU - 36 rue de Castres

Organisé par l'Association Sports aux Cantons. Info : 06.76.60.50.09

LUNDI 13 FEVRIER

St Gervais sur Mare

L'ATELIER D'ECRITURE

de 17H30 à 19h30 AU PETIT TRIANON

Avec « Grandir Ensemble », thème du jour : La Recette du Bonheur

Renseignement et inscription : 07 88 39 55 69.

JEUDI 16 FEVRIER

St Gervais sur Mare

T'ES CAFÉ

de 14H à 16h AU PETIT TRIANON

Avec « Grandir Ensemble », chacun apporte son pique-nique pour partager un moment convivial.

Renseignement et inscription au 07 88 39 55 69.

DIMANCHE 19 FEVRIER

Villemagne l'Argentière

CONFERENCE « GRAVURES ET PÉDIFORMES »

15H SALLES ROGER - Marie Claude AUFFRET, préhistorienne « Gravures et Pédiformes, du Caroux et d'ailleurs, sur les pas de Robert GUIRAUD ».

Conférence proposée par l'Association Archéologique et Historique des Hauts Cantons de l'Hérault.

Renseignements : 06-30-61-59-35 ou au 06-32-73-77-02

AGENDA DES ANIMATIONS ET DES FESTIVITES du Pôle de Lamalou les bains

DIMANCHE 19 FEVRIER

Hérépian

REPAS DANSANT TRIPOUX

12H A LA SALLE POLYVALENTE

Repas animé par André SALVADOR, organisé par la Ligue Contre le Cancer - Prix 25€/pers.
Inscription auprès de N.MAUREL :04.67.95.07.09/06.63.39.52.18 ou L.BOUSQUET:
04.67.95.38.97/06.87.03.27.65

Le Poujol sur Orb

LOTO

17H SALLE MUNICIPALE

Organisé par la Pétanque en dilettante

VENDREDI 24 FEVRIER

Lamalou les Bains

SOPHRO-BALADE AVEC CELINE

RDV 16H00 A LA SOPHRONIERE, 1 bis chemin de Villecelle

Sur inscription au 06 45 27 84 40 - 10€ la séance

DIMANCHE 26 FEVRIER

Le Poujol sur Orb

LOTO

17H SALLE MUNICIPALE

Organisé par la Diane Poujolaïse



Un espace de vie pour tous

STAGE

Initiation aux arts de la marionnette du 20 au 24 février 2023

Salle Moutou – St Gervais sur Mare

DECOUVERTE

Un moment exceptionnel, pour s'initier à l'univers de la marionnette

PLAISIR

Un divertissement singulier d'où l'on ramène un souvenir

CREATION

Une pratique artistique valorisante dans un espace de liberté

Dès 6 ans
9h30 – 16h30
65,00 € +
adhésion à
l'association



Places limitées

Renseignements et inscriptions

Auprès de Jocelyne : 06 07 23 92 67

Ou Olivia : 07 88 39 55 69



Réervations disponibles en ligne ou directement à la Mairie de Lamalou-les-Bains.
Pour plus de renseignements : 04 67 95 63 07

ACTIVITES et LOISIRS HEBDOMADAIRES

Marchés et terroir

• LAMALOU LES BAINS

GRAND MARCHÉ

Mardi matin

MARCHÉ AUX HALLES

Jeudi matin et samedi matin

• LE POUJOL SUR ORB

MARCHÉ

Jeudi matin

• ST GERVAIS SUR MARE

MARCHÉ

Jeudi matin

• HEREPHAN

MARCHÉ TERROIR ET ARTISANAT

Samedi matin

Jeux de cartes

BRIDGE

LAMALOU LES BAINS

Tournois hebdomadaires le lundi après-midi à Lamalou les Bains, et le vendredi après-midi à Bédarieux - cours de bridge GRATUITS à tous ceux qui veulent découvrir ce jeu passionnant. Pour tout contact et renseignements : 06 89 10 47 16 ; 06.88.52.24.19 ou secrtaire@bridgevalleedorb.fr

JEUX DE CARTES

ASSOCIATION DU QUARTIER DE CAPIMONT

LAMALOU LES BAINS

Salle parc Pierre Danos : mardi et jeudi de 14h à 18h - Rens. 06.07.18.42.78

Jeux de société

LE CLUB DE L'AMITIE

LAMALOU LES BAINS

Mardi et Vendredi à partir de 14h
Bâtiment Privat - 04.30.40.26.00 -
Mme DESBOEUF

JOUONS

SAINT GERVAIS SUR MARE

Tous les mercredis de 14h à 17h
Petit Trianon - 06 07 98 61 62
www.grandireensemble34.com

LA LUDOTHÈQUE

VILLEMAGNE L'ARGENTIERE

A côté de l'école
Mercredi 10h-12h et 15h-18h
mardi et vendredi 16h-18h30

Loisirs Créatifs

LES PASSIONNES DU FIL

LAMALOU LES BAINS

Mercredi 14H30-17H30
Centre Ulysse 06.13.56.90.40

Sports

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

LAMALOU LES BAINS

lundi 18h/19h : gym douce et renfo,
19h15/20h15 : cardio CAF et jeudi
19h30/20H30 Salle des Fêtes

LES AIRES

Tous les mercredis et vendredis
18h15/19h15 - Sur réservation
06.23.78.48.38 - 5€ la séance

Pétanque

PETANQUE SOLID'AIRES

LES AIRES

Tous les lundis, mercredis et vendredis de 14h à 18h : des après-midi fort animés et bien gourmands. Enthousiasme et belles rencontres sont au RDV - Infos : 06 88 10 57 92

LE CLUB DE PETANQUE

LAMALOU LES BAINS

Concours à la mêlée
Mardi et jeudi après-midi
07.83.23.64.32

Divers

LES CHÊNES VERTS EN GRAND ORB

HEREPHAN

Marche « tranquillo »

Lundi et jeudi, rdv 14h au musée de la cloche et de la sonnaille : Nicole Funda 06 31 63 65 65 – nicole.funda@free.fr niveau facile.

Atelier mémoire Lundi 14 h 30,

Thérèse Bironneau 06 73 20 88 65
th.bironneau@gmail.com
10 personnes maximum, éventuellement 2 groupes.

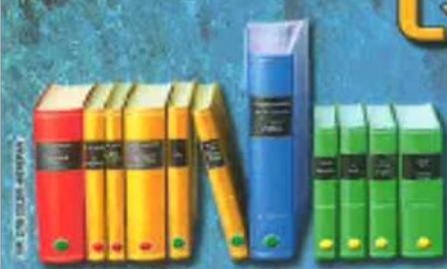
Sophrologie Lundi 17 h 15

Danielle Théron 06 30 91 10 25
therondani@gmail.com - 10 personnes maximum, éventuellement 2 groupes.



LA BIBLIOTHÈQUE
34240 LAMALOU-LES-BAINS

Heures d'ouverture :
• Lundi - Mercredi - Vendredi : 15 h. à 17 h.



Et toujours plus d'animations sur : www.grandorb.fr/Sortir/



ACCUEIL

BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE

LAMALOU LES BAINS

TEL. 04.67.95.70.91

lamaloulesbains@tourisme-grandorb.fr

Nos horaires :

Lundi - Mercredi - Jeudi - Vendredi

9h -12h et 14h -17h

Mardi : 9h-13h



Grand Orb
TOURISME
Avène - Bédarieux
Lamalou Les Bains

GO!