








SEMAINE du 26 au 30 SEPTEMBRE

Lundi 26	Apm: Balade douce la Plantère*	 <input checked="" type="checkbox"/>
Mardi 27	Mat: Balade village de Beudéan & boutique des petits fruits* Vente de confitures, liqueurs, apéritifs Apm: Marche cabane de la Hosse*	 <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>
Merc. 28	Mat: Marche à Pouzac* Apm: Atelier créatif empreintes végétales*	 <input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>
Jeudi 29	Mat: Séance marche nordique Rdv 11h devant les thermes Sup 5€/pers bâtons fournis, réservation au: 0618949545. Apm: Séance marche nordique Rdv 14h devant les thermes Sup 5€/pers bâtons fournis, réservation au: 0618949545.	<input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>
Vend. 30	Mat: Marche cabanes de Tramezaigues* Apm: Marche active le Béout* Rdv 13h45! Très bons marcheurs!	 <input checked="" type="checkbox"/>  <input checked="" type="checkbox"/>

Points de vente – Inscriptions

Points de vente: auprès de l'animatrice aux heures de rendez-vous.

Inscriptions: inscriptions sur feuille disponible au point animation dans le hall des thermes. (Seules les conférences santé sont accessibles sans inscription et gratuites hors achat carte anima'therm).

- > 8 places maxi dans la voiture Anima'Therm ; au-delà covoiturage.
- > vente exclusivement de la carte 3 semaines et à l'unité.
- > Activité assurée à partir de 2 pers. minimum.
- > Equipement : chaussures de marche, eau.

Les animations sont exclusivement réservées aux porteurs de la carte Anima'Therm à présenter au début de chaque activité.

Tarifs

La carte **Anima'Therm** donne accès aux animations et activités proposées sur ce programme dans la limite des places disponibles.

TARIFS:

- > 20€ / pers. pour 3 semaines pour les curistes & accompagnants exclusivement!!!
- > 5€ à l'unité si place disponible.

Les animations sont accessibles en priorité aux porteurs de la carte 3 semaines suivant l'ordre d'inscription puis aux achats à l'unité.

Grands Thermes

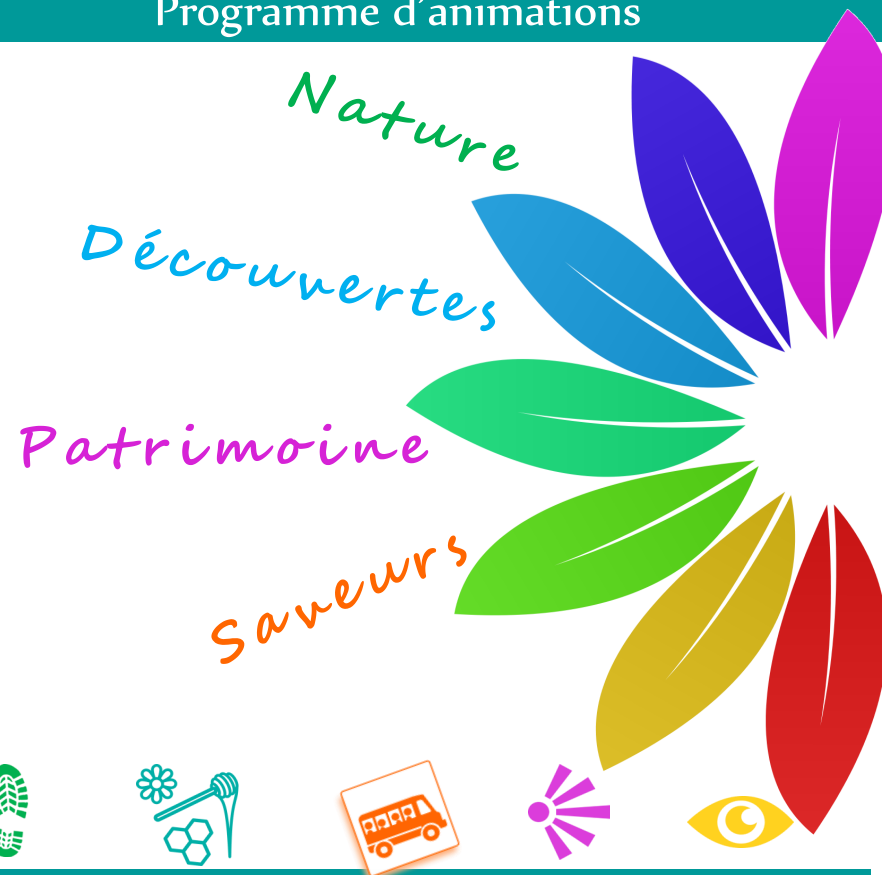
Place des Thermes 65200 Bagnères de Bigorre
05 62 95 00 23 - info@thermes-bagneres.com



 Grands Thermes
Bagnères-de-Bigorre

Anima'Therm

Programme d'animations



Votre programme - SEPTEMBRE 2022



Balades, Nature



Saveurs, gourmandise



Histoire, Patrimoine



Ateliers & conférences

POINT DE RDV: grand hall des Thermes

Matin :Rdv vers 9h - Départ 9h15 (sauf indication autre)

Après midi : Rdv vers 14h - Départ 14h15 (sauf indication autre)

SEMAINE du 29 AOÛT au 2 SEPTEMBRE

Lundi 29	Apm: Balade douce lac de Payolle*		<input checked="" type="checkbox"/>
Mardi 30	Mat: Balade douce aux allées Maintenon rdv 10h45 Apm: Balade douce aux allées Maintenon		<input checked="" type="checkbox"/>
Merc. 31	Mat: visite guidée de Bagnères de Bigorre Rdv 9h45 devant le Musée Salie sup 4€/pers. Apm: Visite libre du Musée du marbre - 14h30 Fond du vallon de Salut - sup 3€/pers régler sur place (présenter le planning de cure)		<input checked="" type="checkbox"/>
Jeudi 1er	Mat: Conférence Santé: comprendre la mémoire et son vieillissement par V.Igier, psychologue clinicienne. Rdv 10h30 résidence des thermes. Apm: Conférence: Le safran, l'origine et les vertus de cette Épice par Isabelle safranière. Rdv 14h30 résidence des thermes.		<input checked="" type="checkbox"/>
Vend. 2	Mat: Marche active vers le Tucou Apm: Marche active vers le Bédât bons marcheurs!		<input checked="" type="checkbox"/>

SEMAINE du 5 au 9 SEPTEMBRE

Lundi 5	Apm: Balade douce de Gerde vers Aste Pot d'accueil au village club tennis, Rdv 18h!		<input checked="" type="checkbox"/>
Mardi 6	Mat: Marche au Lac de Payolle* Apm: Visite avril parfums* <i>Artisan parfumeur et savonnerie</i>		<input checked="" type="checkbox"/>
Merc. 7	Mat: Visite abbaye de l'Escaladieu* Sup 3.50€/pers Apm: Marche cascade Magenta*		<input checked="" type="checkbox"/>
Jeudi 8	Mat & Apm: Atelier chant & bien-être respiratoire Sup 7€/pers, Rdv 10h30 le matin/14h30 l'après-midi à la Résidence des thermes.		<input checked="" type="checkbox"/>
Vend. 9	Matin: Marche active camp de César* Apm: Marche active Plo del Naou* Rdv 13h45, bons marcheurs!!!		<input checked="" type="checkbox"/>

Avertissement: la marche en montagne niveau confirmé 3 ou 4 pas exige une bonne forme physique et de la prudence. Bien s'équiper (bonnes chaussures de marche, sac à dos, eau encas, bâtons de marche ok). Il est important de connaître ses limites physiques!!

POINT DE RDV: grand hall des Thermes

Matin :Rdv vers 9h - Départ 9h15 (sauf indication autre)

Après midi : Rdv vers 14h - Départ 14h15 (sauf indication autre)

SEMAINE du 12 au 16 SEPTEMBRE

Lundi 12	Apm: Marche au lac d'Oncet*		<input checked="" type="checkbox"/>
Mardi 13	Mat: Marche cascade de Magenta* Apm: Atelier modelage avec céramiste Sup 8€/pers (pas de CB), 4 pers mini-9 pers maxi !		<input checked="" type="checkbox"/>
Merc. 14	Mat: Balade poétique à l'écoute de la nature participation libre Rdv 10h statue muse bagnéraise à côté des thermes. Apm: Atelier chant & bien-être respiratoire Sup 7€/pers Rdv 14h30 résidence des thermes.		<input checked="" type="checkbox"/>
Jeudi 15	Mat: Conférence: la méditation de pleine conscience par C. Trey-Theallet psychologue, Rdv 10h30 Résidence des thermes. Apm: Conférence: les huiles essentielles indispensables dans votre Pharmacie par L.Castell, pharmacien. Rdv 14h30 résidence des thermes.		<input checked="" type="checkbox"/>
Vend.16	Journée: Marche pique-nique au lac d'Arou* Rdv 11h30 aux thermes, prévoir un bon équipement! Ou Conférence Santé: « Mon corps cet ami qui me parle par le langage émotionnel » Rdv 15h résidence des thermes		<input checked="" type="checkbox"/>

SEMAINE du 19 au 23 SEPTEMBRE

Lundi 19	Apm: Balade douce Sarrat de Gaye*		<input checked="" type="checkbox"/>
Mardi 20	Mat: Marche le Grand Monné* Apm: Visite safranière à Nistos* Rdv 13h45!		<input checked="" type="checkbox"/>
Merc. 21	Mat: Marche au Taoulet* Apm: Visite du musée Larrey* Sup 3€/pers Village natal du Baron Dominique-Jean Larrey		<input checked="" type="checkbox"/>
Jeudi 22	Mat: Jour de Marché à Tarbes Apm: Balade poétique à l'écoute de la nature participation libre Rdv 15h statue muse bagnéraise à côté des thermes.		<input checked="" type="checkbox"/>
Vend. 23	Mat: Marche active cascade du Garet* Apm: Marche active le petit Monné* Très bons marcheurs!		<input checked="" type="checkbox"/>

NIVEAU DE DIFFICULTÉ DES MARCHES



Facile



Moyen



Confirmé

* covoiturage si plus de 8 personnes