

PROFITEZ DE BONS MOMENTS PARTAGÉS



ACHATS - INSCRIPTIONS

Points de vente : auprès de l'accueil et de l'animatrice ou permanence le Lundi de 11h à 12h dans le hall au café d'accueil.

Inscriptions : sur feuilles disponibles dans le hall des thermes. (Les conférences santé (à la Résidence) sont accessibles sur inscription et gratuitement).

NOUVELLES MODALITES D'ADHESION

- > ticket unitaire 5€ pour les curistes & accompagnants
 - > tickets 5 sorties 15€ (un achat possible par pers. et par semaine)
- Les animations sont accessibles suivant l'ordre d'inscription et dans la limite des places disponibles.



Une attestation médicale de non contre indication à la marche est obligatoire pour accéder aux marches et balades accompagnées.

Attestation à remettre aux animateurs.

- > 8 places maxi dans les minibus Anima'Therm ; au-delà covoiturage.
- > Vente exclusivement de ticket sortie à l'unité ou de ticket 5 sorties
- > Activité assurée à partir de **2 pers. minimum**.
- > Equipement : chaussures de marche ou tennis de sport, sac à dos, eau.

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

Programme Juin 2025



Patrimoine

Saveurs

Nature

Découverte

Point de RDV: grand hall des Thermes

Horaires (sauf indication autre)

Rdv le matin 9h - départ 9h15 - Retour vers 12h/12h15

Rdv l'après midi à 14h - départ 14h15 - Retour entre 17h30 et 18h

SEMAINE DU 2 AU 6 JUIN

Lundi 2	Apm:	Balade douce la fontaine de Crastes* Pot d'accueil rencontre gourmande au Casino à 17h30	 
Mardi 3	Mat:	Marche vers l'Empieye*	 
	Apm:	Visite safranière de Nistos* Rdv 13h45! dégustation des produits transformés au safran.	 
Merc 4	Mat:	Marche au pic de la Clique*	 
	Apm:	Marche au vieux moulin des Baronnie & boutique des produits locaux*	 
Jeudi 5	Mat:	Conférence + visite technique: acheminement eau thermale, Rdv 10h30 Résidence des Thermes.	 
	Apm:	Conférence Aromathérapie: les huiles essentielles contre le stress, par L.Castell, pharmacien. Rdv 15h Résidence des Thermes.	 
Vend 6	Mat:	Marche confirmée le Tucou	 
	Apm:	Marche confirmée le Tour de l'Ayné* Rdv 13h45!	 

SEMAINE DU 9 AU 13 JUIN

Lundi 9	Apm:	Balade à Artigussy* Pot d'accueil au Casino à 17h30	 
Mardi 10	Mat:	Balade douce la Plantère*	 
	Apm:	Marche le refuge du Sarroua*	 
Merc 11	Mat:	Marche chemin du Sarrat de Gaye*	 
	Apm:	Marche gourmande à Gerde avec dégustation charcuterie artisanale et chocolats kookaburra + 18h dégustation de vins locaux à la cave à vin (réservation au 06 47 54 70 26) Rdv sur place	 
Jeudi 12	Mat:	Atelier diététique: le kéfir, boisson fermentée et ses bienfaits sur la santé. Rdv 10h30 Résidence des thermes.	 
	Apm:	Conférence + visite technique: acheminement eau thermale, Rdv 14h30 Résidence des thermes.	 
Vend 13	Mat:	Marche la cabane de la Hosse*	 
	Apm:	Marche confirmée la forêt de Gerde* bons marcheurs 420m dénivelé	 

Avertissement: la marche en montagne niveau confirmé 3 pas exige une bonne forme physique !

SEMAINE DU 16 AU 20 JUIN

Lundi 16	Apm:	Visite libre de Lourdes* Pot d'accueil au Casino à 17h30	 
Mardi 17	Mat:	Balade douce à Cieutat + fabrique des tissus pyrénéens*	 
	Apm:	Marche vers l'Empieye + boutique des petits fruits* confitures, apéritifs, liqueurs...	 
Merc 18	Mat:	Atelier créatif coeur mexicain en argile Sup 5€	 
	Apm:	Atelier créatif coeur mexicain en argile Sup 5€	 
Jeudi 19	Mat:	Conférence Santé: La méditation de pleine conscience, par C.Trey-Theallet, psychologue, Rdv 10h30 Résidence des thermes.	 
	Apm:	Conférence Santé: Les bienfaits de l'oligothérapie Rdv 14h30 Résidence des thermes	 
Vend 20	Journée:	Marche pique-nique au lac d'Arou* prévoir le pique-nique et un bon équipement de randonnée Bons marcheurs, 260m dénivelé pas de difficultés!	 

SEMAINE DU 23 AU 27 JUIN

Lundi 23	Apm:	Balade douce lac de Payolle* Pot d'accueil au Casino à 17h30	 
Mardi 24	Mat:	Marche au golf de la Bigorre*	 
	Apm:	Visite du jardin fleuri de Stéphanie* vente à la ferme de fleurs fraîches	 
Merc 25	Mat:	Marche domaine des Puyolles*	 
	Apm:	Marche au pic de la Clique* + 18h dégustation de vins locaux à la cave à vin (réservation au 06 47 54 70 26) Rdv sur place	 
Jeudi 26	Mat:	Atelier diététique: Bien lire les étiquettes alimentaires, par Hugo V, diététicien. Rdv 10h30 Résidence des Thermes	 
	Apm:	Atelier diététique: Bien lire les étiquettes alimentaires, par Hugo V, diététicien. Rdv 14h30 Résidence des Thermes	 
Vend 27	Mat:	Marche confirmée la cascade du Garet*	 
	Apm:	Marche confirmée le plo del Naou* Très bons marcheurs + 300m dénivelé	 

NIVEAU DE DIFFICULTÉ DES MARCHES:  Facile  Moyen  Confirmé
*covoiturage si plus de 8 personnes