

SEMAINE DU 29 AU 2 AOÛT

Lundi 29	Apm: Marche des Thermes à Pouzac Pot d'accueil au Casino à 17h30	 
Mardi 30	Mat: Balade douce à Cieutat + visite fabrique tissus pyrénéen* Apm: Visite carrière de marbre de Payolle* Sup 3€	  
Merc 31	Mat: Marche vers la Séoubé Apm: Marche aux cabanes de la Hosse	  
Jeudi 1	Mat: Balade au pays des contes autour de la nature, avec S. Tinguely Sup 3€ Rdv 10h statue bagnéraise à côté des Thermes Apm: Conférence + visite technique sur l'eau Thermale Rdv 14h30 Résidence des Thermes	  
Vend 2	Mat: Marche confirmée cascade du Garet Apm: Marche confirmée le Béout Rdv 13h45!	   

POINTS DE VENTE - INSCRIPTIONS

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

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



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

- > 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 et 25 pers. maximum sur les marches.**
- > 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
DEPUIS 1823

Anima'therm

Programme Juillet 2024



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 1 AU 5 JUILLET

Lundi 1	Apm:	Balade douce au lac de Lourdes* Rdv 13h45! Pot d'accueil & rencontre gourmande <u>Rdv 17h30 au casino!</u>		<input checked="" type="checkbox"/>
Mardi 2	Mat:	Balade douce à Cieutat + visite fabrique tissus pyrénéen*		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Marche au lac d'Oncet* Rdv 13h45!		<input checked="" type="checkbox"/>
Merc 3	Mat:	Atelier créatif Plumes en Macramé Sup 5€		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Marche gourmande à Gerde + dégustation charcuterie artisanale Casa Het & chocolat Kookaburra*		<input checked="" type="checkbox"/>
Jeudi 4	Mat:	Conférence santé: les bienfaits de l'oligothérapie Rdv 10h30 Résidence des Thermes		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Atelier diététique: comment bien ranger mon frigo avec H. Vandewalle, diététicien. Rdv 14h30 Résidence des Thermes		<input checked="" type="checkbox"/>
Vend 5	Mat:	Marche confirmée vers le camp de César*		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Marche confirmée col de la minute par le Tucou*		<input checked="" type="checkbox"/>

SEMAINE DU 8 AU 12 JUILLET

Lundi 8	Apm:	Balade douce Fontaine de Crastes* Pot d'accueil au Casino à 17h30		<input checked="" type="checkbox"/>
Mardi 9	Mat:	Balade douce lac de Payolle*		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Marche au refuge du Sarroua*		<input checked="" type="checkbox"/>
Merc 10	Mat:	Marche au pic de la Clique*		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Marche confirmée tour du Serris* Rdv 18h dégustation de vin au Cavin (réservation au 06 47 54 70 26)		<input checked="" type="checkbox"/>
Jeudi 11	Mat:	Conférence santé: les pathologies estivales & aromathérapie, par L.Castell, pharmacien. Rdv 10h Résidence des Thermes		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Conférence santé: le syndrome d'épuisement professionnel ou burn out, par C. Trey-Theallet, psychologue clinicienne. Rdv 14h30 Résidence des Thermes		<input checked="" type="checkbox"/>
Vend 12	Mat:	Marche confirmée lac de Castillon*		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Marche confirmée les granges des Mailhs*		<input checked="" type="checkbox"/>

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

SEMAINE DU 15 AU 19 JUILLET

Lundi 15	Apm:	Balade douce au lac de Payolle* Pot d'accueil au Casino à 17h30		<input checked="" type="checkbox"/>
Mardi 16	Mat:	Marche vers la Hourquette*		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Marche au vieux moulin des Baronnie + boutique des produits locaux*		<input checked="" type="checkbox"/>
Merc 17	Mat:	Marche & visite du Jardin Perché Jardin d'art brut, montée raide 15 min* Participation libre		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Atelier créatif Plumes en Macramé Sup 5€		<input checked="" type="checkbox"/>
Jeudi 18	Mat:	Atelier diététique: Bien lire les étiquettes alimentaires, par H.Vandewalle, diététicien. Rdv 10h30 résidence des Thermes		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Balade au pays des contes autour de la nature, avec S. Tinguely Sup 3€ Rdv 14h30 statue bagnéraise à côté des Thermes		<input checked="" type="checkbox"/>
Vend 19	Journée:	Marche pique-nique le Sentier du pacte des loups* Rdv 11h30 devant les Thermes avec pique-nique		<input checked="" type="checkbox"/>

SEMAINE DU 22 AU 26 JUILLET

Lundi 22	Apm:	Balade douce col de Beyrède* Pot d'accueil au Casino à 17h30		<input checked="" type="checkbox"/>
Mardi 23	Mat:	Visite carrière de marbre l'Espiadet à Payolle* Sup 3€		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Visite safran de Nistos + dégustation des produits transformés au safran* Rdv 13h45!		<input checked="" type="checkbox"/>
Merc 24	Mat:	Marche cascade de Magenta*		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Marche domaine des Puyolles* Rdv 18h dégustation de vin au Cavin (réservation au 06 47 54 70 26)		<input checked="" type="checkbox"/>
Jeudi 25	Mat:	Conférence + visite technique sur l'eau Thermale Rdv 10h Résidence des Thermes		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Conférence santé: les pathologies estivales et aromathérapie, par L. Castell, pharmacien. Rdv 14h30 Résidence des Thermes		<input checked="" type="checkbox"/>
Vend 26	Mat:	Marche confirmée au col des Palomières*		<input checked="" type="checkbox"/>
	Apm:	Marche confirmée au Vallon d'Arizes*		<input checked="" type="checkbox"/>

NIVEAU DE DIFFICULTÉ DES MARCHES:



Facile



Moyen



Confirmé

*covoiturage si plus de 8 personnes