

ZOOM À NE PAS MANQUER

SAMEDI 1 NOVEMBRE

SAURAT

Course de montagne : Las Quatras Cabanas



LAS QUATRAS CABANAS

Samedi 1 Novembre 2025

COURSE DE MONTAGNE SAURAT 09

LABÈRE

COUGOUGNAC

ESTIBAT

DOULE

LAS QUATRAS CABANAS
34 Km et D+2400 m

LA VIRADA
25 Km et D+1500 m

LA CAMINADA
13 Km et D+650 m

COURSES ADOS U14-U16-U18

COURSES ENFANTS

RANDO COMMENTÉE



RENSEIGNEMENTS :
Julian 06 24 25 05 00

INSCRIPTIONS :
chrono-start.com

www.saurat-village-rue-patrimoine-millenaire.fr

7h-19h Place de la Rende

Course de montagne : 6 courses : LAS QUATRAS CABANAS 34 km et D+ 2400 m LA VIRADA 25 km et D+ 1500 m LA CAMINADA 13 km et D+ 650 m U14 2,5 km et D+ 85 m U16 4,6 km et D+ 250 m U18 7,8 km et D+ 400 m 2 courses enfants de 0,7 km et 1,5 km 1 randonnée

06 24 25 05 00

[https://www.saurat-village-rue-patrimoine-millenaire.fr/](https://www.saurat-village-rue-patrimoine-millenaire.fr)

SAMEDI 1 NOVEMBRE

AX-LES-THERMES

Cinéma "Séance"

📍 Cinéma du Casino

€ Plein tarif : 6 € - Tarif réduit : 4 €

17h00 - SUPER GRAND PRIX

20h30 - CLASSE MOYENNE

📞 05 61 64 38 00

<https://www.ax-animation.com/>

Week-End Halloween au JOA Casino

📍 Allées Paul Salette

€ Tarifs non communiqués.

Week-end frissons nocturnes...

Ambiance, jeux et goûter spécial Halloween !

📞 05 61 64 65 00

<https://www.joa.fr/casinos/ax-les-thermes>

Marché

🕒 8h-13h 📍 Place Roussel

€ Accès libre.

Venez flâner au marché...

📞 05 61 64 20 21

www.mairie-ax.fr/

Le Jeu de Piste de l'Office de Tourisme "Le Mystère des eaux"

🕒 9h-12h30 - 14h30-18h

€ Gratuit.

Partez à l'aventure pour résoudre des énigmes et relever les défis à travers une enquête sur le mystère de ses eaux !

Le carnet de route est à récupérer à l'Office de tourisme d'Ax-les-Thermes.

📞 05 61 64 60 60

<https://www.pyrenees-ariegeoises.com>

📍 Venez trinquer autour des huîtres à la cave "Le Zèbre"

🕒 12h 📍 Rue Gaspard Astrié

Et hop, faut goûter, faut goûter!

Après votre marché, venez déguster les huîtres à la cave du Zèbre...

📞 06 73 86 50 99

BÉDEILHAC-ET-AYNAT

📍 Halloween à la grotte de Bédeilhac

🕒 14h30-16h - 16h-17h30 📍 Grotte de Bédeilhac

€ Tarif unique : 7 €

La grotte de Bédeilhac vous attend pour fêter Halloween !

Rendez-vous pour une immersion dans le monde des chauves-souris, découvrez des histoires et légendes qui vous seront contées sur ces fascinantes créatures...

📞 05 61 05 10 10

<https://www.sites-touristiques-ariege.fr>

IGNAUX



Halloween Party

Village

Accès libre.

15h30 - Goûter d'Halloween - Atelier maquillage - Création de masques - Sculpture de ballons

18h - Collecte des bonbons

Préparez votre costume le plus effrayant !!!

06 07 71 94 90

ORGEIX

"Un bonbon un sort" avec le Haras des Cimes

14h-17h Village

Porte à porte à poney dans le village

Costumes, maquillage, bonbons... et bonne humeur obligatoire !

Les habitants d'Orgeix sont prévenus : BONBONS OU SORT !

Pour les petits monstres (dès 6 ans, accompagnés si besoin)

06 08 52 32 29

www.harasdescimes.com/

PERLES-ET-CASTELET

Des Pommes, des Bonbons ou un Sort

Salle des Fêtes

Accès libre.

Un moment convivial dans l'ambiance d'Halloween!

12h: Apéritif, grillades & frites

14h: Fabrication de jus de pomme

16h: Maquillage & déguisements des enfants

17h: Traversée du village & chasse aux bonbons

N'oubliez pas vos déguisements les plus effrayant

05 61 64 24 58

RODOME

Petit marché à la ferme

10h-13h Hameau de Caillens

Accès libre.

Petit marché de producteurs (pain, fromages, miel, ect.) et artisans locaux à la Salamandre...

Restauration sur place

06 84 13 17 70

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Cinéma "séances"

Centre culturel F. Mitterrand

Plein tarif : 7 € - Tarif réduit : 5 €

11h & 18h45 - Nouvelle vague

14h - Hopper et le secret de la marmotte

16h & 21h - Kaamelott deuxième volet partie 1

05 34 09 86 50

Marché - Place du 19 mars 1962

8h-13h Place du 19 mars 1962

Accès libre.

Faire un petit tour, flâner au marché...

05 34 09 88 88

www.mairie-tarascon.com/

DIMANCHE 2 NOVEMBRE

AX-LES-THERMES

Week-End Halloween au JOA Casino

Allées Paul Salette

Tarifs non communiqués.

Week-end frissons nocturnes...

Ambiance, jeux et goûter spécial Halloween !

05 61 64 65 00

<https://www.joa.fr/casinos/ax-les-thermes>

LES CABANNES

Marché

7h30-13h Place des Platanes

Accès libre.

Chacun a ses petites habitudes, se rendre au marché...

05 61 64 77 09

<https://www.lescabannes.com>

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Cinéma "séances"

Centre culturel F. Mitterrand

Plein tarif : 7 € - Tarif réduit : 5 €

11h & 16h15 - Hopper et le secret de la marmotte

13h30 & 18h - Kaamelott deuxième volet partie 1

21h - Nouvelle vague

05 34 09 86 50

Bourse aux skis

9h-18h Maison des associations - Espace Sabart

Accès libre.

Le Ski Club Tarasconnais organise sa Bourse d'Hiver...

Les bonnes affaires tout schuss !

9h à 12h : Dépôt des objets

14h à 17h : Vente

06 88 41 74 58

<https://skiclubtarasconnais.clubffs.fr/>

LUNDI 3 NOVEMBRE

AX-LES-THERMES

Le Jeu de Piste de l'Office de Tourisme "Le Mystère des eaux"

9h-12h30 - 14h30-18h

Gratuit.

Partez à l'aventure pour résoudre des énigmes et relever les défis à travers une enquête sur le mystère de ses eaux !

Le carnet de route est à récupérer à l'Office de tourisme d'Ax-les-Thermes.

05 61 64 60 60

<https://www.pyrenees-ariegeoises.com>

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Le Jeu de Piste de l'Office de Tourisme "Le mystère du temps"

🕒 9h-12h30 - 14h30-18h 📍 Centre Multimédia

€ Gratuit.

Partez à l'aventure pour résoudre des énigmes et relever les défis à travers une enquête sur le mystère du temps !

Le carnet de route est à récupérer à l'Office de tourisme de Tarascon sur Ariège.

📞 05 61 64 60 60

<https://www.pyrenees-ariegeoises.com>

MARDI 4 NOVEMBRE

AX-LES-THERMES

Marché

🕒 8h-13h 📍 Place Roussel

€ Accès libre.

Venez flâner au marché...

📞 05 61 64 20 21

www.mairie-ax.fr/

Dégustation à la boutique de la Ferme

🕒 17h30 📍 Place du Breilh

€ Accès libre.

Dégustation des produits locaux...

Avec Laurent, c'est l'occasion de découvrir notre vallée, nos montagnes, notre terroir... !

et d'apprécier le meilleur de notre savoir faire gastronomique

📞 05 61 01 54 63

www.laboutiquedelafirme.com/

TARASCON-SUR-ARIÈGE

📍 Cinéma film SURPRISE en avant première

📍 Centre culturel F. Mitterrand

€ Tarif unique : 5 €

Laissez-vous tenter par l'inconnu !

Après la séance, L'ENTREACT propose un apéritif à partager dans le hall du cinéma C'est l'occasion de discuter du film d'un verre !

📞 05 34 09 86 50

Cinéma "séances"

📍 Centre culturel F. Mitterrand

€ Plein tarif : 7 € - Tarif réduit : 5 €

18h30 - Kaamelott deuxième volet partie 1

21h - Avant-Première Surprise

📞 05 34 09 86 50

MERCREDI 5 NOVEMBRE

ARIGNAC

📍 Ferme de P.A.N : Stage "l'Ecole du dehors"

🕒 14h-15h - 16h-16h45 Sur inscription 📍 16, Chemin du Trémental

€ Enfant 10 €

Envie d'un après-midi au grand air pour vos enfants ?

Un moment ludique pour les petits curieux qui aiment apprendre dehors en s'amusant !

14h - pour les 6/10 ans

16h - pour les 3/5 ans

📞 06 44 29 48 18

<https://www.fermedepan.fr>

AX-LES-THERMES

Le Jeu de Piste de l'Office de Tourisme "Le Mystère des eaux"

🕒 9h-12h30 - 14h30-18h

€ Gratuit.

Partez à l'aventure pour résoudre des énigmes et relever les défis à travers une enquête sur le mystère de ses eaux !

Le carnet de route est à récupérer à l'Office de tourisme d'Ax-les-Thermes.

📞 05 61 64 60 60

<https://www.pyrenees-ariegeoises.com>

📍 Bébé bouquine

🕒 10h-10h30 📍 Médiathèque - Allées Paul Salette

€ Entrée libre.

L'heure du conte des bébés : Découverte du tapis "Art" de 0 à 3 ans (accompagnés d'un adulte)

📞 05 61 03 13 35

<https://www.bibliotheques.cc-hauteariege.fr/>

SAVIGNAC-LES-ORMEAUX

Cours de natation au camping Paradis

🕒 10h-11h 📍 Camping Paradis La Marmotte

€ Enfant 15 €

Cours de natation pour les enfants...

📞 05 61 64 24 40

<https://www.camping-lamarmotte.com>

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Cinéma "séances"

📍 Centre culturel F. Mitterrand

€ Plein tarif : 7 € - Tarif réduit : 5 €

14h - Marcel et Monsieur Pagnol

15h45 - Kaamelott Deuxième volet - Partie 1

20h30 - In the summers

📞 05 34 09 86 50

Marché Place Jean Jaurès

🕒 8h-13h 📍 Place Jean Jaurès

€ Accès libre.

Faire un petit tour, flâner au marché...

📞 05 34 09 88 88

www.mairie-tarascon.com/

Le Jeu de Piste de l'Office de Tourisme "Le mystère du temps"

🕒 9h-12h30 - 14h30-18h 📍 Centre Multimédia

€ Gratuit.

Partez à l'aventure pour résoudre des énigmes et relever les défis à travers une enquête sur le mystère du temps !

Le carnet de route est à récupérer à l'Office de tourisme de Tarascon sur Ariège.

📞 05 61 64 60 60

<https://www.pyrenees-ariegeoises.com>

Atelier "Café Poussette"

🕒 9h15-11h 📍 Centre Social - 4, Rue de L'Horte

€ Gratuit.

La pause pour les parents et les futurs parents...

Thème : Eveil Musical

Un temps convivial en toute simplicité, pour poser des questions en lien avec sa grossesse et la parentalité en présence d'un professionnels de la Petite Enfance.

☎ 06.72.80.29.67 - 07 88 69 74 80

Les contes du mercredi

🕒 16h 📍 Bibliothèque - Centre Multimédia F. Mitterrand

€ Gratuit. 👤 A partir de 3 ans

Conte : "Le grimoire enchanté" avec "Les Z'happy Conteuses"...

☎ 05 61 66 13 74

<https://lad-paysdetarascon.bibenligne.fr/>

Conférence : Comment réfuter l'idéologie raciste ?

🕒 18h30 📍 Espace Culturel F. Mitterrand

€ Entrée libre.

Henri Pena-Ruiz, philosophe, écrivain et spécialiste de la laïcité, sera présent pour une conférence exceptionnelle.

Penseur engagé, il partagera sa vision humaniste autour des grands enjeux de notre temps.

Conférence suivie d'un temps d'échange.

☎ 05 34 09 88 88

<https://mairie-tarasconsurariege.fr/>

JEUDI 6 NOVEMBRE

ASTON

Ateliers "MOI(s) SANS TABAC"

🕒 15h-16h30 📍 Cabinet Infirmier - Route de Valléios

€ Gratuit.

Dans le cadre de l'initiative nationale "Moi(s) sans tabac", des ateliers thématiques sont proposés pour échanger autour de la problématique du tabac.

Animés par une équipe pluridisciplinaire du territoire...

☎ 05 32 82 00 36

AX-LES-THERMES

Cinéma "Séance"

📍 Cinéma du Casino

€ Plein tarif : 6 € - Tarif réduit : 4 €

20h30 - NOS JOURS SAUVAGES

☎ 05 61 64 38 00

<https://www.ax-animation.com/>

Balade découverte "Chemin de la Quère"

🕒 14h 📍 Église d'Ax-les-Thermes

€ Adulte : 2 €

Un chemin d'Ax-les-thermes à Savignac-les-Ormeaux sur les hauteurs de la rive droite de l'Ariège.

Un parcours en forêt, puis dans les rochers et enfin au bord de la rivière avec l'opportunité de découvrir de magnifiques points de vue sur la vallée

☎ 06 60 73 33 98

<http://amisdescheminsdax.org>

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Cinéma "séances"

📍 Centre culturel F. Mitterrand

€ Plein tarif : 7 € - Tarif réduit : 5 €

18h - Kaamelott Deuxième volet - Partie 1

21h - L'homme qui rétrécit

☎ 05 34 09 86 50

Atelier Cuisine

🕒 10h-13h30 📍 4, Rue de l'Horte

€ Gratuit.

On cuisine et on déguste ensemble !

Apprendre à cuisiner, partager des recettes, des trucs et astuces, échanger autour de l'alimentation, le tout saupoudré de bonne humeur !

☎ 06 72 80 29 67 - 05 34 14 32 32

VAL-DE-SOS

Marché

🕒 8h-13h 📍 Place du Gravier

€ Accès libre.

Faire un petit tour au marché...le jeudi matin

☎ 05 61 64 88 25

VENDREDI 7 NOVEMBRE

AX-LES-THERMES

Cinéma "Séance"

📍 Cinéma du Casino

€ Plein tarif : 6 € - Tarif réduit : 4 €

20h30 - MUGANGA, CELUI QUI SOIGNE

Interdit - 12 ans avec avertissement

☎ 05 61 64 38 00

<https://www.ax-animation.com/>

Le Jeu de Piste de l'Office de Tourisme "Le Mystère des eaux"

🕒 9h-12h30 - 14h30-18h

€ Gratuit.

Partez à l'aventure pour résoudre des énigmes et relever les défis à travers une enquête sur le mystère de ses eaux !

Le carnet de route est à récupérer à l'Office de tourisme d'Ax-les-Thermes.

☎ 05 61 64 60 60

<https://www.pyrenees-ariegeoises.com>

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Cinéma "séances"

📍 Centre culturel F. Mitterrand

€ Plein tarif : 7 € - Tarif réduit : 5 €

18h - Kaamelott Deuxième volet - Partie 1

21h - Chien 51

☎ 05 34 09 86 50

Le Jeu de Piste de l'Office de Tourisme "Le mystère du temps"

🕒 9h-12h30 - 14h30-18h 📍 Centre Multimédia

€ Gratuit.

Partez à l'aventure pour résoudre des énigmes et relever les défis à travers une enquête sur le mystère du temps !

Le carnet de route est à récupérer à l'Office de tourisme de Tarascon sur Ariège.

📞 05 61 64 60 60

<https://www.pyrenees-ariegeoises.com>

SAMEDI 8 NOVEMBRE

AX-LES-THERMES

Cinéma "Séances"

📍 Cinéma du Casino

€ Plein tarif : 6 € - Tarif réduit : 4 €

17h00 : TRON - ARES

20h30 : C'ETAIT MIEUX DEMAIN

📞 05 61 64 38 00

<https://www.ax-animation.com/>

Marché

🕒 8h-13h 📍 Place Roussel

€ Accès libre.

Venez flâner au marché...

📞 05 61 64 20 21

www.mairie-ax.fr/

Le Jeu de Piste de l'Office de Tourisme "Le Mystère des eaux"

🕒 9h-12h30 - 14h30-18h

€ Gratuit.

Partez à l'aventure pour résoudre des énigmes et relever les défis à travers une enquête sur le mystère de ses eaux !

Le carnet de route est à récupérer à l'Office de tourisme d'Ax-les-Thermes.

📞 05 61 64 60 60

<https://www.pyrenees-ariegeoises.com>

Venez trinquer autour des huîtres à la cave "Le Zèbre"

🕒 12h 📍 Rue Gaspard Astrié

Et hop, faut goûter, faut goûter!

Après votre marché, venez déguster les huîtres à la cave du Zèbre...

📞 06 73 86 50 99

Concert "Choeur et Orgue"

🕒 17h 📍 Eglise st Vincent

€ Gratuit.

Schola Cantorum de la Basilique St Sernin

Bruckner- Os justi et locus iste

Busto - Omagnum mysterium

Peters- Sabctus et Ego sum panis

Mendelssohn- Her mein bitten

📞 07 88 60 91 03 - 06 66 24 37 71

RODOME

Petit marché à la ferme

🕒 10h-13h 📍 Hameau de Caillens

€ Accès libre.

Petit marché de producteurs (pain, fromages, miel, ect.) et artisans locaux à la Salamandre...

Restauration sur place

📞 06 84 13 17 70

SAURAT

📍 "Maintenant ou jamais" - Jur, Cridacompany

🕒 20h30-21h30 📍 Maisou d'Amount

Tarif Orange : de 7€ à 15€. 🧑 A partir de 8 ans

Théâtre indiscipliné

Jur pioche dans son vécu, ses rêves et ses talents pour créer un spectacle foisonnant, à sa démesure... Une création musicale et circassienne, hybride et festive, qui célèbre la vie et l'amitié, envers et contre tout.

📞 05 61 05 05 55

<https://www.lestive.com/>

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Cinéma "séances"

📍 Centre culturel F. Mitterrand

€ Plein tarif : 7 € - Tarif réduit : 5 €

11h & 18h30 - L'Homme qui rétrécit

14h & 21h - Kaamelott Deuxième volet - Partie 1

16h45 - Marcel et Mr Pagnol

📞 05 34 09 86 50

Marché - Place du 19 mars 1962

🕒 8h-13h 📍 Place du 19 mars 1962

€ Accès libre.

Faire un petit tour, flâner au marché...

📞 05 34 09 88 88

www.mairie-tarascon.com/

Nettoyage : de la rivière et des berges

🕒 8h30 📍 Parking du camping du Pré Lombard

€ Accès libre.

Une matinée de nettoyage des rivières.

Un buffet champêtre convivial viendra clôturer cette matinée... Merci de vous inscrire pour une meilleure organisation.

Nous vous attendons nombreux !

📞 06 76 70 27 51 - 06 22 90 83 99

Le Jeu de Piste de l'Office de Tourisme "Le mystère du temps"

🕒 9h-12h30 - 14h30-18h 📍 Centre Multimédia

€ Gratuit.

Partez à l'aventure pour résoudre des énigmes et relever les défis à travers une enquête sur le mystère du temps !

Le carnet de route est à récupérer à l'Office de tourisme de Tarascon sur Ariège.

📞 05 61 64 60 60

<https://www.pyrenees-ariegeoises.com>

Atelier Calligraphie & Arts Graphiques

🕒 14h-18h 📍 MJC - 4, Rue de l'Horte

💶 Tarif unique : 25 €

Découvrez la calligraphie...
Recherches plastiques, graphiques, impressions
Lisibilité & écritures

☎ 05 61 05 16 90

DIMANCHE 9 NOVEMBRE

AX-LES-THERMES

Spectacle : "Sous Terre" de la Cie Matiloun

🕒 19h 📍 Salle Café Musique

💶 Plein tarif : 12 € - Tarif réduit : 10 €

Théâtre d'objets, Musique, Arts plastiques & Vidéo...
La Cie utilise toutes les dimensions pour immerger les spectateur dans les secrets de la terre à la découverte d'un autre univers.

☎ 05 61 64 38 00

www.ax-animation.com

LES CABANNES

Marché

🕒 7h30-13h 📍 Place des Platanes

💶 Accès libre.

Chacun a ses petites habitudes, se rendre au marché...

☎ 05 61 64 77 09

<https://www.lescabannes.com>

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Cinéma "séances"

📍 Centre culturel F. Mitterrand

💶 Plein tarif : 7 € - Tarif réduit : 5 €

11h & 15h45 - Kaamelott Deuxième volet - Partie 1
14h - Marcel et Mr Pagnol
18h30 - Chien 51
21h - L'Homme qui rétrécit

☎ 05 34 09 86 50

ET AUSSI

SAVIGNAC-LES-ORMEAUX

Formule Goûter/Piscine

🕒 15h-20h jeudi, vendredi, samedi, dimanche. 15h-18h45 mercredi. 📍 Camping

Paradis La Marmotte

💶 Adulte : 10 € - Enfant 6 €

Venez profiter d'un moment de détente en famille ou entre amis !
La formule goûter à la piscine : une boisson fraîche ou boisson chaude au choix, une gaufre ou une crêpe et un plongeon dans la piscine...

☎ 05 61 64 24 40

www.camping-lamarmotte.com

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Viens fêter ton anniversaire dans ton cinéma

📍 Centre Culturel François Mitterrand

💶 Tarif unique : 10 €

Une place de cinéma pour le film de ton choix à l'affiche
Une visite de la cabine de projection
Un goûter d'anniversaire avec jeux
Une photo souvenir à rapporter à la maison
<https://cinema-tarasconsurariege.fr/>

AUZAT

Visite en plein air "La ferme des Lamas"

🕒 tous les jours Sur réservation 📍 Village de Saleix

💶 Adulte : 7 € - Enfant 4 € 🧑 A partir de 5 ans

Visite en plein air au milieu du troupeau...
Découverte du monde des lamas, un beau moment de complicité.

☎ 05 61 03 19 80

www.lamasdespyrenees.fr

EXPOSITIONS

DU 17/10 AU 1/11/25

AX-LES-THERMES

Exposition "Couleur d'Afrique" !

📍 5 rue Joseph Rigal

💶 Entrée libre.

Un Voyage Visuel Immanquable
L'exposition "Couleur d'Afrique" vous plonge dans une immersion vibrante au cœur de la faune africaine.

☎ 06 26 70 87 84 - 06 16 12 15 82

DU 22/10 AU 2/11/25

AUZAT

Exposition : "Vies et Vues"

🕒 14h-18h mercredi, jeudi, vendredi, samedi, dimanche. Fermé le 1er novembre 2025

📍 Maison des Patrimoines

💶 Gratuit.

La Maison des Patrimoines est ravie d'annoncer l'ouverture de l'exposition dédiée à l'œuvre de l'artiste local Robert Fandos intitulée « Vies et Vues ».

☎ 05 61 02 75 98

<https://patrimoines.hauteariege.fr>

DU 22/10 AU 19/11/25

AX-LES-THERMES

Exposition : "Ocre Noire"

🕒 11h-21h tous les jours. 📍 Hall du Casino & Couloirs du Ciné-Théâtre

💶 Accès libre.

"Ocre Noire" dans les profondeurs de la terre de Bob Ascargorta (photographe et spéléologue)

☎ 05 61 64 38 00

www.ax-animation.com

ACTIVITÉS

DU 21/04 AU 2/11/25

LES CABANNES

Promenade en calèche avec Angaka Village Nordique

📍 Espace nordique de Beille

💶 Adulte : 18 € - Enfant (3-11 ans) : 13 € 🧑 A partir de 3 ans

Angaka qui vous propose des balades en calèche sur le Plateau, au cœur des Pyrénées ariégeoises !

☎ 06 51 52 01 40

www.angaka.com/

DU 1/05/25 AU 31/10/26

TARASCON-SUR-ARIÈGE

Via Ferrata avec Marie Escalade Canyon

📍 Banat

Adulte : à partir de 35 €. 🧑 A partir de 6 ans

Partez pour une randonnée verticale...

☎ 650583877

<http://marie-escalade-canyon-ariege.weebly.com/>

DU 3/09 AU 16/11/25

SAVIGNAC-LES-ORMEAUX

Aquagym au camping Paradis

🕒 19h-20h lundi, mercredi. 12h30-13h30 vendredi. 📍 Camping Paradis La Marmotte

💶 Tarif unique : 8 €

À vos maillots ! Les cours d'aquagym : l'occasion parfaite pour en profiter avant l'été : tonifier votre corps, vous détendre, et passer un bon moment dans l'eau !

☎ 05 61 64 24 40

<https://www.camping-lamarmotte.com>

DU 15/09 AU 17/12/25

SAVIGNAC-LES-ORMEAUX

Hatha Yoga et Yin Yoga avec Caroline

🕒 18h30-19h45 mercredi. 18h15-19h30 lundi. 📍 Salle des fêtes

💶 Adulte : 12 €

Venez pratiquer et découvrez le Hatha Yoga et le Yin Yoga avec Caroline

☎ 07 86 30 50 66

<https://carolinecavallero.wixsite.com/spandayoga>

DU 23/09/25 AU 30/06/26

SAVIGNAC-LES-ORMEAUX

Yoga doux sur chaise et Hatha Yoga avec Chrystel

🕒 le mardi. Pas de cours pendant les vacances scolaires. 📍 Salle des Fêtes

💶 Adulte : 15 €

Prenez une pause et reconnectez-vous à votre corps, votre souffle et à votre esprit.

Vos Rendez-vous :

10h30 - 11h45 - Séance de Yoga avec chaise et accessoires. Douceur et intensité

18h45 - 20h : Séance de Hatha Yoga

☎ 06 81 62 70 49

<https://www.planet-rando.com/>

DU 24/09 AU 19/12/25

LES CABANNES

Hatha et Nidra Yoga avec Chrystel

🕒 8h15-9h30 et 9h45-10h30 mercredi. 📍 Sacrum

💶 Adulte : 15 / 24 €

Prenez une pause et reconnectez-vous à votre corps, votre souffle et à votre esprit. Pensez à vous inscrire !

☎ 06 81 62 70 49

<https://www.planet-rando.com/>

DU 24/09/25 AU 23/06/26

PRADES

Hatha Yoga avec Chrystel

🕒 18h30-19h45 mercredi. 📍 Salle des fêtes

💶 Plein tarif : 15 € Tarif réduit : €

Prenez une pause et reconnectez-vous à votre corps, votre souffle et à votre esprit. Pensez à vous inscrire !

☎ 06 81 62 70 49

<https://www.planet-rando.com/>

DU 21/10 AU 30/12/25

ORLU

Stage photos Animaliers Pyrénées avec le Dahu Ariégeois

📍 Les Forges d'Orlu

💶 Adulte : 270 €

Stage Photo - Faune sauvage des Pyrénées

☎ 06 02 35 81 41

<https://dahu-ariegeois.fr/>

DU 1/11 AU 14/12/25

IGNAUX



Participez à nos entraînements : Baptême en grand attelage

📍 Col du Chioula

💶 Adulte : 48 € 🧑 A partir de 12 ans

Baptême en Grand Attelage !!

Découvrez les sensations de l'attelage de chiens de traîneaux et participer à l'entraînement de nos athlètes à 4 pattes.

☎ 07 69 43 56 06

<https://www.terre-sauvage.org/>

DU 1/11 AU 20/12/25

AX-LES-THERMES

Aquagym aux Bains du Couloubret

🕒 9h samedi. 19h30 lundi, mercredi, jeudi. 13h mardi, vendredi. 📍 Promenade Paul Salette

💶 Adulte : 12 / 190 € 🧑 A partir de 15 ans

Pour votre Forme et Santé, venez participer aux cours collectifs d'aquagym dans l'un des bassins intérieur ou extérieur des Bains du Couloubret.

☎ 05 61 02 64 41

www.bains-couloubret.com

DU 1/11/25 AU 1/06/26

USSAT

Spéléologie en famille : Découvrez la Grotte Chaude

🕒 9h-17h samedi, dimanche. 📍 Parking grillade Ariégeoise

💶 Tarif unique : 45 €

Spéléologie en famille : Découvrez la Grotte Chaude à 18°C

Une aventure souterraine ludique et confortable pour petits et grands !

Envie d'une activité insolite en famille en Ariège ? Partez à la découverte de la Grotte Chaude...

☎ 06 88 73 81 72

<https://www.vertikarst.fr/>

SAMEDI 8 NOVEMBRE

ORNOLAC-USSAT-LES-BAINS

Gouffre d'eau chaude - Vertikarst

 9h  Place du village

 Tarif unique : 90 €

Notre belle exploration commence. C'est parti pour des passages étroits, des grandes salles...et 3 descente en rappel (maxi 15 m) et une baignade dans le siphon terminal(non obligatoire eaux a 21 degrés) !.

 06 88 73 81 72

<https://www.vertikarst.fr/>