

## ANIMATIONS & ACTIVITÉS

Du 31/05/25 au 8/06/25



# ZO M À NE PAS MANQUER

**DIMANCHE 1 JUIN**

**AUZAT**  
Challenge "Alain LEPLUS" : La montée chronométrée au barrage EDF de Soulcem & le Trail de la Soucarrane



**MONTÉE CHRONOMÉTRÉE AU BARRAGE EDF DE SOULCEM**  
16km 1000m D+

**DIMANCHE 1 JUIN**  
AUZAT - ÉTANG DE SOULCEM



CYCLISME  
TRAIL-RUNNING



**TRAIL DE LA SOUCARRANE**  
14km 1000m D+



Le Challenge "Alain LEPLUS" est composé de deux épreuves : . La Montée Chronométrée de Soulcem : 16 km et 1000 m D+ à vélo. . L'enchaînement avec le Trail de la Soucarrane : 14 km et 1000 m D+ en trail.

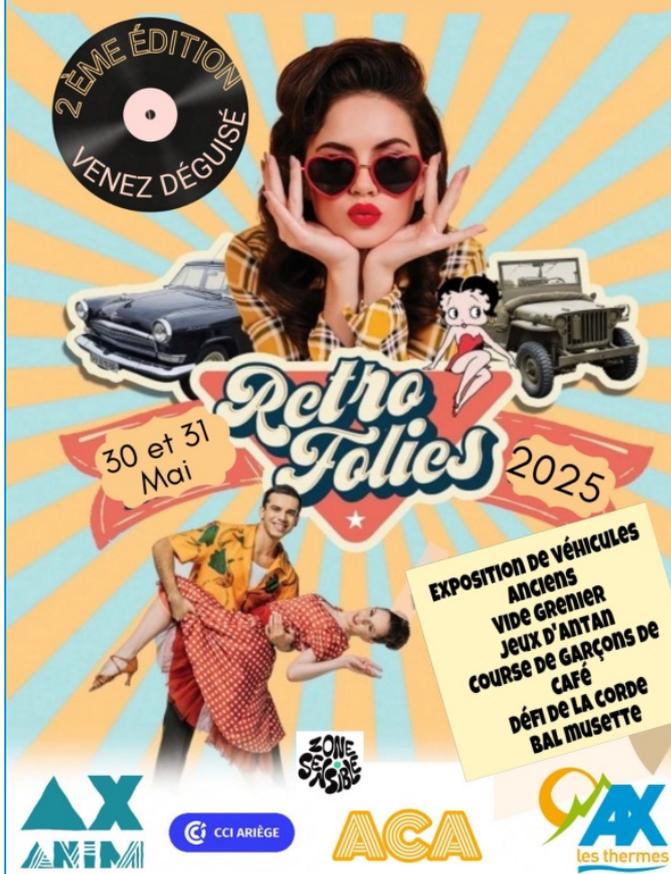
☎ 05 61 05 02 93 - 05 61 05 02 93  
www.cyclo-ariegeoise.com

# ZO M À NE PAS MANQUER

**DU 30 AU 31/05/25**

**AX-LES-THERMES**  
Retro Folies

Organisé par l'association des commerçants d'Ax les thermes



**2ÈME ÉDITION**  
VENEZ DÉGUISÉ

30 et 31 Mai

**2025**

EXPOSITION DE VÉHICULES ANCIENS  
VIDE GRENIER  
JEUX D'ANTAN  
COURSE DE GARÇONS DE CAFÉ  
DÉFI DE LA CORDE  
BAL MUSETTE

**AX ANIM** CCI ARIÈGE **ACA** **AX les thermes**

📍 Place de la mairie  
🆓 Accès libre.

Un week-end de l'Ascension placé sous le signe du rétro et de l'animation : Exposition de vieilles voitures, vide grenier, jeux d'antan, course de garçons de café, défi de la corde, bal musette...

☎ 06 31 55 66 31

**ZO O M** À NE PAS MANQUER
   
 DU 6 AU 8/06/25
   
**TARASCON-SUR-ARIÈGE**
  
**Festi'Scrib Printemps**

**FESTI'SCRIB 2025**
  
 À PARTIR DE 19H 6-7-8 JUIN ENTRÉE LIBRE

VENDREDI 6 JUIN BOUQUET CHANT & SWING
   
 SAMEDI 7 JUIN BOUQUET ROCK & GROOVE
   
 DIMANCHE 8 JUIN BOUQUET SLAM & ZIC


  
**ZÉNITH DE BANAT (09400)**
  
 BUVETTE ET RESTAURATION SUR PLACE



Village de Banat - Salle Polyvalente
   
 Participation libre. Participation appréciée.
   
 Chaque soirée un thème : « Chant & Swing » le vendredi, « Rock & Groove » le samedi et « Slam & Zyc » le dimanche. Dédicaces d'auteur-es adhérent-es, concerts, expositions... seront au menu des trois jours... Festival de l'écriture sous toutes ses formes.
   
 06 86 02 86 95

### Marché

8h-13h Place Roussel

Accès libre.

Venez flâner au marché...

05 61 64 20 21

[www.mairie-ax.fr/](http://www.mairie-ax.fr/)

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

9h30-12h30 - 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

### Soirée Guinguette

18h30 Halle - Parc du Casino

Accès libre.

Envie de danser, soirée animée par Jacky Caillaud...

06 31 55 66 31

### LES CABANNES

#### Marche consciente sur les hauteurs

10h-12h - 14h-16h Village nordique Angaka - Beille

Adulte : 12 €

Initiez-vous à la marche Afghane : UNE MÉDITATION ACTIVE EN PLEINE NATURE A 1 800 m d'altitude, offrez-vous une expérience unique alliant bien-être et découverte du milieu montagnard, en pratiquant une marche dite « consciente »...

06 51 52 01 40

<https://www.angaka.com>

### MIJANÈS

#### Le SuperMarché du Donezan

Place de la mairie ou hangar

Accès libre.

14h - Echange de graines et de plants à la Donnerrie

18h - Marché de producteurs locaux, l'occasion de se retrouver pour papoter autour d'un verre et manger un morceau!

### Troc de plantes

14h-18h La donnerrie

Gratuit.

Venez prendre, donner ou échanger vos semis, plants, plantes potagères, aromatiques ou d'ornement. L'occasion aussi de vous outiller ou vous défaire de vos bêches et autres outils de jardinage.

06 26 24 94 55

### SAMEDI 31 MAI

#### AX-LES-THERMES

##### Cinéma "Séances"

Cinéma du Casino

Plein tarif : 6 € - Tarif réduit : 4 €

17h00 - La légende d'OCHI

20h30 - Le mélange des genres

05 61 64 38 00

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

## RODOME

### Petit marché à la ferme

 10h-13h  Hameau de Caillens

 Accès libre.

*Petit marché de producteurs 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 €

16h30 - *Dog Man*  
18h30 - *Partir un jour*  
21h - *Destination finale bloodlines (Interdit - 12 ans avec avertissement)*

 05 34 09 88 88

### Marché - Place du 19 mars 1962

 8h-13h  Place du 19 mars 1962

 Accès libre.

*Faire un petit tour, flâner au marché...  
Une navette gratuite est disponible de 8h à 12h.*

 05 34 09 88 88

[www.mairie-tarascon.com/](http://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>

### Concert à cordes

 18h  Chapelle de Sabart

 Participation libre.

*Concert avec la chorale "Notes en Bulle" accompagnée par Angelina String Quintet...  
Cheffe de chœur : Floria Gentil  
Direction musicale : Sébastien Lopez*

 06 76 89 45 63

### Soirée diffusion "Final Ligue des champions" au Pré Lombard

 21h  Bar Restaurant Été 91 - Le Pré Lombard

 Entrée libre.

*Vous cherchez un spot pour vos événements sportifs préférés sur écran géant ? Venez au camping !  
C'est grand, c'est net et c'est chaleureux on met l'ambiance tous ensemble pour la finale de la Ligue des champions (Inter Milan - Paris SG)*

 05 61 05 61 94

[www.prelombard.com](http://www.prelombard.com)

## VÈBRE

### Concert "Bluegrass in Vèbre"

 17h15  Eglise

 Participation libre.

*Concert avec les " Bees Knees Breakfast"  
suivi d'une Jam'Session devant l'église...  
Restauration Crêpes & buvette*

 06 38 24 63 61

## DIMANCHE 1 JUIN

### AX-LES-THERMES

#### Stage photo en montagne

 Tarif unique : 110 €

*Stage photo en montagne - lever de soleil - photo de paysage - macrophotographie*

 06 75 39 15 20

<https://www.jean-demary-accompagnateur-montagne.com/programme2025>

### 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>

### LUZENAC

#### Transhumance montante des chevaux de Mérens

 Place Teillet

 Accès libre.

*. Départ à 7h de la place Teillet  
Transhumance montante du troupeau de chevaux qui estivent sur la montagne de Luzenac, venez nous accompagner ! pour une montée tranquille jusqu'à l'estive...*

 06 87 85 92 27 - 06 86 85 17 25

### PRADES

#### VTT Mini journée avec le Bureau des guides

 10h-15h  Village

 Tarif unique : 35 €

*"VTT Mini journée : Convivialité, pilotage, apports techniques, connaissance du territoire des sentiers monotraces et du patrimoine, gestion du rythme"*

 05 61 01 90 62

<https://www.guides-ariege.com>

### SIGUER

#### Brunch du dimanche au Café Rousse

 Place Léonard Bénazet

*Les beaux jours arrivent...  
N'oubliez pas de réserver votre brunch du dimanche !*

 06 25 19 33 55

[www.lejosephine.fr](http://www.lejosephine.fr)

## TARASCON-SUR-ARIÈGE

### Cinéma "Séances"

📍 Centre culturel F. Mitterrand

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

16h30 - Dog Man

18h30 - Destination finale bloodlines (Interdit - 12 ans avec avertissement)

21h - Partir un jour

☎ 05 34 09 88 88

### Vide Grenier

🕒 10h-18h 📍 Place du 19 mars 1962

€ Accès libre.

Découvrez un trésor d'occasion lors de notre incroyable Vide Grenier !

☎ 05 34 09 88 88

[www.mairie-tarascon.com/](http://www.mairie-tarascon.com/)

## MARDI 3 JUIN

### ARIGNAC

#### Atelier "Accompagnement à la mobilité pour les séniors"

🕒 9h30 📍 Salle des Fêtes

€ Gratuit.

Venez participer à notre atelier...pour se mouvoir en sécurité du domicile jusqu'en ville  
Séance 5 : Solution mobilité

☎ 06 24 83 61 99

### AX-LES-THERMES

#### Marché

🕒 8h-13h 📍 Place Roussel

€ Accès libre.

Venez flâner au marché...

☎ 05 61 64 20 21

[www.mairie-ax.fr/](http://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... !

☎ 05 61 01 54 63

[www.laboutiquedelaf ferme.com/](http://www.laboutiquedelaf ferme.com/)

#### Atelier d'écriture à la Table du Zèbre

🕒 18h30 📍 12, Rue Gaspard Astrié

€ Accès libre.

Des idées d'écriture : nous allons essayer de faire vivre cela ensemble. Juste avec l'envie, juste avec le cœur...

Pour le 1er atelier, je me colle à l'animation, entre vin et cuisine je vais vous parler et vous faire réfléchir au sel de la vie...

☎ 07 43 15 39 61

### Soirée dansante

🕒 19h-22h 📍 Halle - Parc du Casino

€ Gratuit.

Venez tester vos pas de danse : musette, variété, folklore, danse de salon ...

☎ 05 61 64 38 00

[www.ax-animation.com](http://www.ax-animation.com)

## TARASCON-SUR-ARIÈGE

### Cinéma film SURPRISE en avant première

🕒 18h30 📍 Centre culturel F. Mitterrand

€ Tarif unique : 5 €

Laissez-vous tenter par l'inconnu !

Après la séance, L'ENTRE'ACT propose un apéritif à partager dans le hall du cinéma - tarif: 5€.

C'est l'occasion de discuter du film d'un verre !

☎ 05 34 09 86 50

## MERCREDI 4 JUIN

### AX-LES-THERMES

#### Visite historique, anecdotique avec Laurent

🕒 15h 📍 La boutique de La Ferme

€ Gratuit.

Laurent, passionné de l'histoire, vous donne rendez-vous à la boutique pour une visite de la ville...

Au cours d'une déambulation accessible à tous dans Ax, découvrez l'histoire cachée, médiévale et thermale !

☎ 05 61 01 54 63

[www.laboutiquedelaf ferme.com/](http://www.laboutiquedelaf ferme.com/)

### LUZENAC

#### Bébé bouquine

🕒 10h-10h30 📍 Médiathèque

€ Gratuit.

L'heure du conte des bébés : Eveil musical

Lecture et manipulation d'instruments de musique... de 0 à 3 ans (accompagnés d'un adulte)

☎ 05 61 03 13 35 - 05 61 64 68 00

[www.cc-hauteariege.fr](http://www.cc-hauteariege.fr)

### SAVIGNAC-LES-ORMEAUX

#### Cours de natation à la piscine au camping Paradis

📍 Camping Paradis La Marmotte

€ Enfant 15 €

Cours de natation : les mercredis matin

Cours de 45 minutes

☎ 05 61 64 24 40

## TARASCON-SUR-ARIÈGE

### Cinéma "Séances"

📍 Centre culturel F. Mitterrand

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

16h - Lilo & Stitch

18h - Mission Impossible : The final reckoning

21h - Le clan des bêtes (VOSTFR)

☎ 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/](http://www.mairie-tarascon.com/)

## Atelier "Café Poussette"

🕒 9h15-11h 📍 4, Rue de L'Horte

€ Gratuit.

*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 : "Contes Cra-cra" avec "Les Z'happy Conteuses"...*

☎ 05 61 66 13 74

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

## JEUDI 5 JUIN

### AX-LES-THERMES

#### Cinéma "Séance"

📍 Cinéma du Casino

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

20h30 - SUR L'ADAMANT

☎ 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/](http://www.mairie-ax.fr/)

#### Balade découverte "le chemin de la Passade"

🕒 14h 📍 Église St Vincent

€ Adulte : 2 €

*Balade découverte à Orgeix par la passade...*

☎ 06 60 73 33 98

<http://amisdescheminsdax.org>

#### Théâtre : Sortie de résidence "Pro Bono Publico"

🕒 18h30 📍 Théâtre du Casino

€ Entrée libre.

*Cette mise en friction du duo, entre voix et matière, entre pensée et corps nous plonge dans une enquête sur l'hôpital psychiatrique, ses résonances dans notre façon de faire société...*

19h30 Pause repas Buvette & restauration

20h30 Film: Sur l'Adamant

☎ 05 61 64 38 00

[www.ax-animation.com](http://www.ax-animation.com)

### TARASCON-SUR-ARIÈGE

#### Cinéma "Séance"

📍 Centre culturel F. Mitterrand

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

18h30 - Lilo & Stitch (en 3D)

☎ 05 34 09 86 50

## 20 ans de "Pyrénées FM"

🕒 20h30

€ Accès libre.

*Pyrénées FM fête ses 20 ans !*

*Une belle aventure radiophonique à célébrer ensemble*

*Au programme : surprises, ambiance et bonne humeur avec toute l'équipe ainsi que des concerts gratuits !*

*Venez souffler nos 20 bougies avec nous !*

☎ 06 07 23 50 38

### 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

### VERDUN

#### 📍 Visite de Verdun avec Laurent

🕒 16h 📍 A l'entrée du village

€ Gratuit. Buffet campagnard : 18 €/personne.

*Laurent, passionné de l'histoire, vous donne rendez-vous à Verdun pour une visite du village...*

*Accompagné d'un buffet campagnard...*

☎ 05 61 01 54 63

[www.laboutiquedelaferme.com/](http://www.laboutiquedelaferme.com/)

## VENDREDI 6 JUIN

### AX-LES-THERMES

#### Cinéma "Séance"

🕒 20h30 📍 Cinéma du Casino

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

20h30 - LES MUSICIENS

☎ 05 61 64 38 00

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

### RODOME

#### Soirée pizzas à la Salamandre

🕒 19h30-21h 📍 Hameau de Caillens

€ Plein tarif : 20 €

*Le fournil de la ferme auberge, change de nationalité pour devenir italien. Le four de boulangerie change d'accent et deviens four à Pizza.*

☎ 06 84 13 17 70

### TARASCON-SUR-ARIÈGE

#### Cinéma "Séances"

📍 Centre culturel F. Mitterrand

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

18h - Mission Impossible : The final reckoning

21h - Lilo & Stitch

☎ 05 34 09 86 50

## SAMEDI 7 JUIN

### AX-LES-THERMES

#### Cinéma "Séances"

📍 Cinéma du Casino

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

17h00 - UN MONDE MERVEILLEUX  
20h30 - LES REGLES DE L'ART

☎ 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/](http://www.mairie-ax.fr/)

#### 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

#### Soirée concert dans la grotte de Bédeilhac !

🕒 20h30 📍 Grotte de Bédeilhac

€ Tarif unique : 15 €

Retrouvez Lady Lydie "Bayou" Duo en concert dans la grotte de Bédeilhac !  
Un duo voix / piano - Un must à écouter et à voir !

☎ 05 61 05 10 10

[www.sites-touristiques-ariege.fr](http://www.sites-touristiques-ariege.fr)

### ORGEIX

#### Les nuits des forêts

🕒 12h-0h 📍 Village

€ Accès libre.

Un festival en forêt, en bord de rivière, au cœur des montagnes ariégeoises  
13h Randonnée av l'ACAP "Foret d'Orgeix et son histoire"

Atelier Tour à bois

15h30 Animation av Adyou l'Ome

18h30 Concert Rio Bossa Nova Clube

20h30 Concert Le Barda

Foodtruck

☎ 06 26 70 87 84

### RODOME

#### Petit marché à la ferme

🕒 10h-13h 📍 Hameau de Caillens

€ Accès libre.

Petit marché de producteurs 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 €

16h30 - Lilo & Stitch

18h30 - Marco, l'enigme d'une vie (VOSTFR)

21h - Mission Impossible : The final reckoning

☎ 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...

Une navette gratuite est disponible de 8h à 12h.

☎ 05 34 09 88 88

[www.mairie-tarascon.com/](http://www.mairie-tarascon.com/)

#### Atelier de Calligraphie

🕒 14h-18h 📍 4, Rue de L'Horte - MJC

€ Plein tarif : 25 €

C'est un jeu de rythmes, de formes, d'encre & de couleurs, de respirations, de trames  
de lignes en lumières.

Débutants bienvenus ou confirmés

☎ 05 61 05 16 90

### VERDUN

#### Festi'ferme

📍 La Ferme

€ Adulte : 25 € - Enfant 12 €

2ème édition: Une journée conviviale et festive au rythme des cloches, des bandas "Los  
Cepos" et "Band'Acapella", des animations pastorales et de saveurs locales...

9h - Transhumance et passage des vaches sur la place du village

11h - Début des festivités

☎ 05 34 09 09 09

<https://lamaisonlacube.fr/>

## DIMANCHE 8 JUIN

### ARNAVE

#### Vide Grenier

📍 Parc de la salle des fêtes

€ Accès libre.

Découvrez un trésor d'occasion lors de notre incroyable Vide Grenier !

☎ 06 84 10 55 34 - 06 89 43 32 37

### AX-LES-THERMES

#### Spectacle de "l'Ecole de Musique des Vallées d'Ax"

🕒 18h30 📍 Théâtre du Casino

€ Participation libre.

L'Ecole de Musique fait son "cinéma" !!!

☎ 06 77 71 15 18

## 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>

## SAURAT

### Vide grenier "Les Pucés Sauratoises"

🕒 9h-18h 📍 Place de la Rende

€ Accès libre.

Découvrez un trésor d'occasion lors de notre incroyable Vide Grenier !  
Buvette et petite restauration.

☎ 05 61 01 33 47

## SIGUER

### Brunch du dimanche au Café Rousse

📍 Place Léonard Bénazet

Les beaux jours arrivent...

N'oubliez pas de réserver votre brunch du dimanche !

☎ 06 25 19 33 55

[www.lejosephine.fr](http://www.lejosephine.fr)

## TARASCON-SUR-ARIÈGE

### Cinéma "Séances"

📍 Centre culturel F. Mitterrand

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

11h - Mission Impossible : The final reckoning (VOSTFR)

14h30 - Lilo & Stitch

16h - Lilo & Stitch (en 3D)

18h30 - Marco, l'enigme d'une vie (VOSTFR)

21h - Mission Impossible : The final reckoning

☎ 05 34 09 86 50

### Vide Grenier

🕒 10h-18h 📍 Place du 19 mars 1962

€ Accès libre.

Découvrez un trésor d'occasion lors de notre incroyable Vide Grenier !

☎ 05 34 09 88 88

[www.mairie-tarascon.com/](http://www.mairie-tarascon.com/)

### Concert avec "Azahar"

🕒 19h30 📍 Bar Restaurant Été 91 - Le Pré Lombard

€ Entrée libre.

Concert avec "Azahar", Répertoire dansant & métissé d'Amérique latine  
Vivez l'ambiance d'ÉTÉ 91, au bar-restaurant du camping Le Pré Lombard, en bord de rivière.

Ici, on déconnecte, on trinque, on savoure... et on se régale en musique !

☎ 05 61 05 61 94

[www.prelombard.com](http://www.prelombard.com)

## ET AUSSI

### AX-LES-THERMES

#### A la découverte d'Ax les Thermes "Sur les pas du peintre Marius Jognarelli"

tous les jours 📍 Village

€ Accès libre.

A la découverte d'Ax les Thermes sur les pas du peintre "Marius Jognarelli"  
9 sites pittoresques à découvrir dans le centre historique...

☎ 06 47 32 29 02

<http://amisdescheminsdax.org>

### SAVIGNAC-LES-ORMEAUX

#### Formule Goûter/Piscine

🕒 15h-18h mardi, mercredi, jeudi, vendredi, samedi. 📍 Camping Paradis La Marmotte

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...

Sur réservation

Venez profiter d'un moment de détente en famille ou entre amis !

☎ 05 61 64 24 40

### 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...

Sur réservation

☎ 05 61 03 19 80

[www.lamasdespyrenees.fr](http://www.lamasdespyrenees.fr)

### LES CABANNES

#### Visite pédagogique "Moi, Anéto, Chien de traîneau"

🕒 13h-14h lundi, mardi, mercredi, jeudi, vendredi. A la demande et selon disponibilités

du musher 📍 Plateau de Beille

€ Adulte : 16 € - Enfant 13 €

Vous avez envie de découvrir le monde des chiens de traîneau, leur histoire en tant que chiens des peuples nomades du grand nord, puis d'auxiliaires des chercheurs d'or d'Alaska, et aujourd'hui d'athlètes au grand cœur ?

☎ 06 51 52 01 40

<https://www.angaka.com>

## EXPOSITIONS

### DU 4/06 AU 30/09/25

### AUZAT

#### Exposition "Regards d'Altitude"

📍 Refuge de Bassiès

€ Accès libre.

Regards d'Altitude – Quand l'art s'expose en refuges

Trois regards, trois sensibilités, une même passion : la montagne.

Une expérience inattendue : découvrir des photographies d'art en pleine montagne...

☎ 06 31 25 07 28

## ACTIVITÉS

**DU 18/02 AU 30/06/25**

### AX-LES-THERMES

#### Aquatrainig aux Bains du Couloubret

🕒 19h45-20h30 mardi. 📍 Promenade Paul Salette

💰 Adulte : 16 €

Ateliers d'aquabike de 45 mn : exercices avec frites, gants, altères et exercices de cardio.

☎ 05 61 02 64 41

<https://www.bains-couloubret.com>

**DU 10/03 AU 14/06/25**

### AX-LES-THERMES

#### Aquagym aux Bains du Couloubret

🕒 19h30-20h15 lundi, mercredi, jeudi. 13h-13h45 mardi, vendredi. 9h-9h45 samedi.

📍 Promenade Paul Salette

💰 Adulte : 10,5 / 280 € 👤 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.

Nouveau hiver 2025 : cours d'Aquatrainig les mardis soir sur réservation

☎ 05 61 02 64 41

[www.bains-couloubret.com](http://www.bains-couloubret.com)

**DU 28/04 AU 30/06/25**

### AX-LES-THERMES

#### Hatha Yoga avec Chrystel

🕒 18h15-19h30 lundi. 📍 Salle St Udaud

💰 Adulte : 12 €

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

☎ 06 81 62 70 49

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

### SAVIGNAC-LES-ORMEAUX

#### Hatha Yoga et Yin Yoga avec Caroline

🕒 18h15-19h30 lundi. 18h45-20h mercredi. 📍 Salle des fêtes

💰 Adulte : 12 €

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

☎ 07 86 30 50 66

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

**DU 29/04 AU 24/06/25**

### SAVIGNAC-LES-ORMEAUX

#### Yoga doux sur chaise et Hatha Yoga avec Chrystel

🕒 10h30-11h45 et 18h45-20h mardi. 📍 Salle des Fêtes

💰 Adulte : 12 €

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

☎ 06 81 62 70 49

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

**DU 30/04 AU 25/06/25**

### LES CABANNES

#### Hatha et Nidra Yoga avec Chrystel

🕒 8h30-10h30 mercredi. 📍 Sacrum

💰 Plein tarif : 12 € Tarif réduit : €

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

☎ 06 81 62 70 49

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

### PRADES

#### Hatha Yoga avec Chrystel

🕒 18h30-19h45 mercredi. 📍 Village

💰 Plein tarif : 12 € Tarif réduit : €

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

☎ 06 81 62 70 49

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

**SAMEDI 31 MAI**

### VAL-DE-SOS

#### Spéléo Sportive avec Vertikarst

🕒 9h 📍 Port de L'Hers

Spéléologie sportive 1 journée individuel : 200 €. 👤 A partir de 3 ans

Le gouffre "Georges" au Port de L'Hers, le plus profond de l'Ariège, est adapté aux personnes sportives en recherche de sensations fortes et voulant découvrir des paysages époustoufflants, entre calcaires marbrés de rose et de la lherzolite.

☎ 06 88 73 81 72

<https://vertikarst.fr/>

**MERCREDI 4 JUIN**

### QUÉRIGUT

#### Gymnastique avec "Gym en Donezan"

🕒 15h-16h 📍 Salle des sports

💰 Gratuit. Adulte : 5 € (Pour les non adhérents). Gratuit pour les adhérents.

Pratique de la gymnastique encadrée.

Animé par Anne Marie

☎ 06 80 00 76 22

**SAMEDI 7 JUIN**

### QUÉRIGUT

#### Gymnastique avec "Gym en Donezan"

🕒 15h-16h 📍 Salle des sports

💰 Gratuit. Adulte : 5 € Pour les non adhérents Gratuit pour les adhérents.

Pratique de la gymnastique encadrée.

Animé par Anne Marie

☎ 06 80 00 76 22