

ADULTES			
PROGRAMME ANIMATIONS ADULTES 2020 - PRÉVISIONNEL au 31/01/2020 - pour la Semaine 1 du 04 au 11/07/2020			
JOURS /DATES	MATIN	APRÈS-MIDI	SOIRÉES
SAMEDI		Accueil	VOTRE SEMAINE EN IMAGE
DIMANCHE	08h30-09h00 : Petit-Déjeuner avec la "Poule y dort" 10h30-11h30 : Forum d'information en terrasse 11h30 : Inscriptions activités 12h00 : Apéro de bienvenue	*14h30 : Visite culturelle : "Le Petit Nérac" avec Bénédicte 15h00-17h30 : Grand jeu Familial du Relais 18h00 : début du grand jeu de boules " tu tires ou tu pointes ?" 19h00 : Apéro des Régions	SOIRÉE GRILLADES JEU DE BOULES ET GUINGUETTE
LUNDI	*09h00-12h00 : Randonnée à Montgaillard - 7 km 09h30-12h00 : Atelier créatif 09h30-10h30 : Yoga du visage Muriel 11h00-11h45 : Aquagym	*14h30-17h : Visite Alliance Bio avec Bénédicte 15h00-16h30 : Archery Tag 17h00-18h30 : Méditation en salle 17h00-18h00 : VTT 19h00 : Jeux Apéro au Bar extérieur	SOIRÉE MAGIE ET GRANDE DESILUSION
MARDI	*09H30 : JOURNEE TERROIR autour de Moncrabeau avec Chouchou : Producteur de saucisson de veau - Déjeuner aux Contes d'Albret - Château du Frandat - Retour au Relais vers 17h30. Tarif : 10 €/pers.		SOIRÉE "MONSIEUR CINÉMA"
	9h00- 12h00 : Randonnée au Fréchou 9h00 - 11h00 : Atelier Permaculture 11h00-11h45 : Aqua pilates	*14h00-16h00 : Canoë famille *15h00-16h00 : Tir à l'arc 16h30 - 18h00 : Biathlon Gascon 17h00-18h00 : Perfectionnement natation adultes 19h00 : Remise des diplômes des Jeux au bar et jeux apéro	
MERCREDI	*09h00 : SORTIE EN FAMILLE à LACEPEDE avec Bénédicte >> <u>Matin : Balade autour du lac de Salabert - Visite et repas à la Maison de la Noisette - Après-midi : Visite de Clairac et baignade dans le Lot</u> Tarif : 8 €/adulte et 4 €/enfant - Retour 17h30		SOIRÉE DANSANTE AVEC DJ MAT
JEUDI	*09h00-12h00 : Petit déjeuner : Moncrabeau 2.0 11h00-11h45 : Aquagym	*14h00-16h00 : Canoë Adulte *14h30-17h00 : Découverte de la Chasse au vol (3€/pers. à régler sur place) 17h30-18h30 : Relaxation 18h30 : Jeux apéro au bar	SOIRÉE COSTUMÉE "MOYEN AGEUX ET MOYENNE NAGEUSE"
VENDREDI	*09h30-12h00 : Randonnée Douce - 4,5km 11h00-11H45 : Aquagym	*14h30-16h30 : Visite du château de Lassale avec Bénédicte (3 €/pers.) 15h00-17h00 : Démonstration Culinaire 17h00-18h00 : Découverte Pilates 18h00-19h30 : Petit marché du Moulin 19h00-19h30 : Diffusion photos des Clubs en Salle Henri IV	SOIRÉE KARAOKE
SAMEDI	Bon retour à ceux qui nous quittent ... Et bonne chance à ceux qui restent ... !		

Attention ce programme pourra être modifié dans la semaine si besoin et suivant la météo

Les activités soulignées nécessitent une inscription et les activités en gras sont payantes

* : départ avec voiture particulière

ADULTES			
PROGRAMME ANIMATIONS ADULTES 2020 - PRÉVISIONNEL au 31/01/2020 - pour la Semaine 2 du 11 au 18/07/2020			
JOURS /DATES	MATIN	APRÈS-MIDI	SOIRÉES
SAMEDI		Accueil	VOTRE SEMAINE EN IMAGE
DIMANCHE	08h30-09h00 : Petit-Déjeuner avec la "Reine déneige" 10h30-11h30 : Forum d'information en terrasse 11h30 : Inscriptions activités 12h00 : Apéro de bienvenue	*14h30 : le Goûter au Château avec Bénédicte 14h30-17h30 : Jeux de plein air en Famille au Relais 18h00 : début du grand jeu de boules " tu tires ou tu pointes ?" 19H00 : Apéro des Régions	MOULES/FRITES JEU DE BOULES ET GUINGUETTE
LUNDI	*09H30 : JOURNEE CULTURELLE "Cœur de Gascogne" Bénédicte : Randonnée autour de la petite Carcassonne du Gers 5km - Déjeuner au Domaine de Pouypardin - visite de L42glise fortifiée de Villeneuve de Mézin. Retour au Relais vers 17h30. Tarif : 10 € / personne		BALADE NOCTURNE "VINI VITI T'ES CUIT"
	*09h30-12h00 : Randonnée Andiran 7 km 11h00-11h45 : Aquagym	*15h00-17h30 : Visite du Musée de la boîte en fer blanc 15h00-16h30 : Méditation en salle 17h00 - 18h00 : Biathlon Gascon 19h00: Remise des diplômes du Jeu au bar et jeux apéro	
MARDI	08h45-10h45 : Initiation à la Marche Gasconne 09h30-12h00 : Rando douce 11h00-11h45 : Aquapilates	*14h00-16h00 : Canoé famille *14h30-17h00 : Visite le prieuré de Moirax 14h30-16h00 : Découverte de la Chasse à l'arc (20 pers maxi) 17h00 - 18h00 : Perfectionnement natation adultes 17h30 - 18h30 Balade sensorielle 19h00 : Jeux apéro au bar extérieur	CABARET DU PERSONNEL ET DES VACANCIERS
MERCREDI	*09h00 : SORTIE EN FAMILLE à Damazan avec Chouchou >> Matin petite rando 5km à Damazan - Pique-Nique au Lac Après-midi au lac. Baignade. Séance de téléskinautique d'1h00 - A régler sur place - Retour vers 18h00.		MERCREDI TOUT EST PERMIS
JEUDI	09H30-12H00 : Démonstration Culinaire *08h30-12h00 : Petit-Déjeuner à la découverte des plus beaux villages de loin en bus. <u>5 €/pers (satisfait ou remboursé).</u> 11h00-11h45 : Aquagym	*14h00-16h00 : Canoé Adultes *15h00-17h00 : Visite "Sansan, c'est mieux avec !" 17h30-18h30 Tir à l'arc 18h00 - 19h00 : Atelier danse 19h00 : Jeux apéro au bar extérieur	SOIRÉE LUNAIRE "À PAULO 13" avec Jean- Michel CRUCHE
VENDREDI	*09h30-12h00 : Randonnée avec Bénédicte 11h00-11H45 : Aquagym	*14h00-17h00 : Sortie culturelle Barbaste et ses moulins (2 € à payer sur place) 15h00-16h30 : VTT 16h30-17h30 : Découverte Pilates 18h30-19h30 : Petit marché du Moulin 19h00-19h30 : Diffusion photos des Clubs en Salle Henri IV	SOIRÉE 100% MADE IN "CHEZ NOUS"
SAMEDI	Bon retour à ceux qui nous quittent ... Et bonne chance à ceux qui restent ... !		

Attention ce programme pourra être modifié dans la semaine si besoin et suivant la météo

Les activités soulignées nécessitent une inscription et les activités en gras sont payantes

* : départ avec voiture particulière

ADULTES	PROGRAMME ANIMATIONS ADULTES 2020 - PRÉVISIONNEL au 31/01/2020 - pour la Semaine 3 du 18 au 25/07/2020		
JOURS /DATES	MATIN	APRÈS-MIDI	SOIRÉES
SAMEDI 18		Accueil	VOTRE SEMAINE EN IMAGE
DIMANCHE 19	08h30-09h00 : Petit-Déjeuner avec la "Poule y dort" 10h30-11h30 : Forum d'information en terrasse 11h30 : Inscriptions activités 12h00 : Apéro de bienvenue	*14h30 : Visite culturelle : "Le Petit Nérac" avec Bénédicte 15h00-17h30 : Grand jeu Familial du Relais 18h00 : début du grand jeu de boules " tu tires ou tu pointes ?" 19h00 : Apéro des Régions	SOIRÉE GRILLADES JEU DE BOULES ET GUINGUETTE
LUNDI 20	*09h00-12h00 : Randonnée à Montgaillard - 7 km 09h30-12h00 : Atelier créatif 09h30-10h30 : Yoga du visage Muriel 11h00-11h45 : Aquagym	*14h30-17h : Visite Alliance Bio avec Bénédicte 15h00-16h30 : Archery Tag 17h00-18h30 : Méditation en salle 17h00-18h00 : VTT 19h00 : Jeux Apéro au Bar extérieur	SOIRÉE MAGIE ET GRANDE DESILUSION
MARDI 21	*09H30 : JOURNEE TERROIR autour de Moncrabeau avec Chouchou : Producteur de saucisson de veau - Déjeuner aux Contes d'Albret - Château du Frandat - Retour au Relais vers 17h30. Tarif : 10 €/pers.		SOIRÉE "MONSIEUR CINÉMA"
	9h00- 12h00 : Randonnée au Fréchou 9h00 - 11h00 : Atelier Permaculture 11h00-11h45 : Aqua pilates	*14h00-16h00 : Canoë famille *15h00-16h00 : Tir à l'arc 16h30 - 18h00 : Biathlon Gascon 17h00-18h00 : Perfectionnement natation adultes 19h00 : Remise des diplômes des Jeux au bar et jeux apéro	
MERCREDI 22	*09h00 : SORTIE EN FAMILLE à LACEPEDE avec Bénédicte >> Matin : Balade autour du lac de Salabert - Visite et repas à la Maison de la Noisette - Après-midi : Visite de Clairac et baignade dans le Lot Tarif : 8 €/adulte et 4 €/enfant - Retour 17h30		SOIRÉE DANSANTE AVEC DJ MAT
JEUDI 23	*09h00-12h00 : Petit déjeuner : Moncrabeau 2.0 11h00-11h45 : Aquagym	*14h00-16h00 : Canoë Adulte *14h30-17h00 : Découverte de la Chasse au vol (3€/pers. à régler sur place) 17h30-18h30 : Relaxation 18h30 : Jeux apéro au bar	SOIRÉE COSTUMÉE "MOYEN AGEUX ET MOYENNE NAGEUSE"
VENDREDI 24	*09h30-12h00 : Randonnée Douce - 4,5km 11h00-11H45 : Aquagym	*14h30-16h30 : Visite du château de Lassale avec Bénédicte (3 €/pers.) 15h00-17h00 : Démonstration Culinaire 17h00-18h00 : Découverte Pilates 18h00-19h30 : Petit marché du Moulin 19h00-19h30 : Diffusion photos des Clubs en Salle Henri IV	SOIRÉE KARAOKE
SAMEDI 25	Bon retour à ceux qui nous quittent ... Et bonne chance à ceux qui restent ... !		

Attention ce programme pourra être modifié dans la semaine si besoin et suivant la météo

Les activités soulignées nécessitent une inscription et les activités en gras sont payantes

* : départ avec voiture particulière

ADULTES	PROGRAMME ANIMATIONS ADULTES 2020 - PRÉVISIONNEL au 31/01/2020 - pour la Semaine 4 du 25/07 au 01/08/2020		
JOURS /DATES	MATIN	APRÈS-MIDI	SOIRÉES
SAMEDI 25		Accueil	VOTRE SEMAINE EN IMAGE
DIMANCHE 26	08h30-09h00 : Petit-Déjeuner avec la "Reine déneige" 10h30-11h30 : Forum d'information en terrasse 11h30 : Inscriptions activités 12h00 : Apéro de bienvenue	*14h30 : le Goûter au Château avec Bénédicte 14h30-17h30 : Jeux de plein air en Famille au Relais 18h00 : début du grand jeu de boules " tu tires ou tu pointes ?" 19H00 : Apéro des Régions	MOULES/FRITES JEU DE BOULES ET GUINGUETTE
LUNDI 27	*09H30 : JOURNEE CULTURELLE "Cœur de Gascogne" Bénédicte : Randonnée autour de la petite Carcassonne du Gers 5km - Déjeuner au Domaine de Pouypardin - visite de L42glise fortifiée de Villeneuve de Mézin. Retour au Relais vers 17h30. Tarif : 10 € / personne		BALADE NOCTURNE "VINI VITI T'ES CUIT"
	*09h30-12h00 : Randonnée Andiran 7 km 11h00-11h45 : Aquagym	*15h00-17h30 : Visite du Musée de la boîte en fer blanc 15h00-16h30 : Méditation en salle 17h00 - 18h00 : Biathlon Gascon 19h00: Remise des diplômes du Jeu au bar et jeux apéro	
MARDI 28	08h45-10h45 : Initiation à la Marche Gasconne 09h30-12h00 : Rando douce 11h00-11h45 : Aquapilates	*14h00-16h00 : Canoé famille *14h30-17h00 : Visite le prieuré de Moirax 14h30-16h00 : Découverte de la Chasse à l'arc (20 pers maxi) 17h00 - 18h00 : Perfectionnement natation adultes 17h30 - 18h30 Balade sensorielle 19h00 : Jeux apéro au bar extérieur	CABARET DU PERSONNEL ET DES VACANCIERS
MERCREDI 29	*09h00 : SORTIE EN FAMILLE à Damazan avec Chouchou >> Matin petite rando 5km à Damazan - Pique-Nique au Lac Après-midi au lac. Baignade. Séance de téléskinautique d'1h00 - A régler sur place - Retour vers 18h00.		MERCREDI TOUT EST PERMIS
JEUDI 30	09H30-12H00 : Démonstration Culinaire *08h30-12h00 : Petit-Déjeuner à la découverte des plus beaux villages de loin en bus. 5 €/pers (satisfait ou remboursé). 11h00-11h45 : Aquagym	*14h00-16h00 : Canoé Adultes *15h00-17h00 : Visite "Sansan, c'est mieux avec !" 17h30-18h30 Tir à l'arc 18h00 - 19h00 : Atelier danse 19h00 : Jeux apéro au bar extérieur	SOIRÉE LUNAIRE "À PAULO 13" avec Jean- Michel CRUCHE
VENDREDI 31	*09h30-12h00 : Randonnée avec Bénédicte 11h00-11H45 : Aquagym	*14h00-17h00 : Sortie culturelle Barbaste et ses moulins (2 € à payer sur place) 15h00-16h30 : VTT 16h30-17h30 : Découverte Pilates 18h30-19h30 : Petit marché du Moulin 19h00-19h30 : Diffusion photos des Clubs en Salle Henri IV	SOIRÉE 100% MADE IN "CHEZ NOUS"
SAMEDI 01	Bon retour à ceux qui nous quittent ... Et bonne chance à ceux qui restent ... !		

Attention ce programme pourra être modifié dans la semaine si besoin et suivant la météo

Les activités soulignées nécessitent une inscription et les activités en gras sont payantes

* : départ avec voiture particulière

ADULTES	PROGRAMME ANIMATIONS ADULTES 2020 - PRÉVISIONNEL au 31/01/2020 - pour la Semaine 5 du 01 au 08/08/2020		
JOURS /DATES	MATIN	APRÈS-MIDI	SOIRÉES
SAMEDI 01		Accueil	VOTRE SEMAINE EN IMAGE
DIMANCHE 02	08h30-09h00 : Petit-Déjeuner avec la "Poule y dort" 10h30-11h30 : Forum d'information en terrasse 11h30 : Inscriptions activités 12h00 : Apéro de bienvenue	*14h30 : Visite culturelle : "Le Petit Nérac" avec Bénédicte 15h00-17h30 : Grand jeu Familial du Relais 18h00 : début du grand jeu de boules " tu tires ou tu pointes ?" 19H00 : Apéro des Régions	SOIRÉE GRILLADES JEU DE BOULES ET GUINGUETTE
LUNDI 03	*09h00-12h00 : Randonnée à Montgaillard - 7 km 09h30-12h00 : Atelier créatif 09h30-10h30 : Yoga du visage Muriel 11h00-11h45 : Aquagym	*14h30-17h : Visite Alliance Bio avec Bénédicte 15h00-16h30 : Archery Tag 17h00-18h30 : Méditation en salle 17h00-18h00 : VTT 19h00 : Jeux Apéro au Bar extérieur	SOIRÉE MAGIE ET GRANDE DESILUSION
MARDI 04	*09H30 : JOURNEE TERROIR autour de Moncrabeau avec Chouchou : Producteur de saucisson de veau - Déjeuner aux Contes d'Albret - Château du Frandat - Retour au Relais vers 17h30. Tarif : 10 €/pers. ----- 9h00- 12h00 : Randonnée au Fréchou 9h00 - 11h00 : Atelier Permaculture 11h00-11h45 : Aqua pilates	*14h00-16h00 : Canoë famille *15h00-16h00 : Tir à l'arc 16h30 - 18h00 : Biathlon Gascon 17h00-18h00 : Perfectionnement natation adultes 19h00 : Remise des diplômes des Jeux au bar et jeux apéro	SOIRÉE "MONSIEUR CINÉMA"
MERCREDI 05	*09h00 : SORTIE EN FAMILLE à LACEPEDE avec Bénédicte >> Matin : Balade autour du lac de Salabert - Visite et repas à la Maison de la Noisette - Après-midi : Visite de Clairac et baignade dans le Lot Tarif : 8 €/adulte et 4 €/enfant - Retour 17h30		SOIRÉE DANSANTE AVEC DJ MAT
JEUDI 06	*09h00-12h00 : Petit déjeuner : Moncrabeau 2.0 11h00-11h45 : Aquagym	*14h00-16h00 : Canoë Adulte *14h30-17h00 : Découverte de la Chasse au vol (3€/pers. à régler sur place) 17h30-18h30 : Relaxation 18h30 : Jeux apéro au bar	SOIRÉE COSTUMÉE "MOYEN AGEUX ET MOYENNE NAGEUSE"
VENDREDI 07	*09h30-12h00 : Randonnée Douce - 4,5km 11h00-11H45 : Aquagym	*14h30-16h30 : Visite du château de Lassale avec Bénédicte (3 €/pers.) 15h00-17h00 : Démonstration Culinaire 17h00-18h00 : Découverte Pilates 18h00-19h30 : Petit marché du Moulin 19h00-19h30 : Diffusion photos des Clubs en Salle Henri IV	SOIRÉE KARAOKE
SAMEDI 08	Bon retour à ceux qui nous quittent ... Et bonne chance à ceux qui restent ... !		

Attention ce programme pourra être modifié dans la semaine si besoin et suivant la météo

Les activités soulignées nécessitent une inscription et les activités en gras sont payantes

* : départ avec voiture particulière

ADULTES	PROGRAMME ANIMATIONS ADULTES 2020 - PRÉVISIONNEL au 31/01/2020 - pour la Semaine 6 du 08 au 15/08/2020		
JOURS /DATES	MATIN	APRÈS-MIDI	SOIRÉES
SAMEDI 08		Accueil	VOTRE SEMAINE EN IMAGE
DIMANCHE 09	08h30-09h00 : Petit-Déjeuner avec la "Reine déneige" 10h30-11h30 : Forum d'information en terrasse 11h30 : Inscriptions activités 12h00 : Apéro de bienvenue	*14h30 : le Goûter au Château avec Bénédicte 14h30-17h30 : Jeux de plein air en Famille au Relais 18h00 : début du grand jeu de boules " tu tires ou tu pointes ?" 19H00 : Apéro des Régions	MOULES/FRITES JEU DE BOULES ET GUINGUETTE
LUNDI 10	*09H30 : JOURNEE CULTURELLE "Cœur de Gascogne" Bénédicte : Randonnée autour de la petite Carcassonne du Gers 5km - Déjeuner au Domaine de Pouypardin - visite de L42glise fortifiée de Villeneuve de Mézin. Retour au Relais vers 17h30. Tarif : 10 € / personne		BALADE NOCTURNE "VINI VITI T'ES CUIT"
	*09h30-12h00 : Randonnée Andiran 7 km 11h00-11h45 : Aquagym	*15h00-17h30 : Visite du Musée de la boîte en fer blanc 15h00-16h30 : Méditation en salle 17h00 - 18h00 : Biathlon Gascon 19h00: Remise des diplômes du Jeu au bar et jeux apéro	
MARDI 11	08h45-10h45 : Initiation à la Marche Gasconne 09h30-12h00 : Rando douce 11h00-11h45 : Aquapilates	*14h00-16h00 : Canoé famille *14h30-17h00 : Visite le prieuré de Moirax 14h30-16h00 : Découverte de la Chasse à l'arc (20 pers maxi) 17h00 - 18h00 : Perfectionnement natation adultes 17h30 - 18h30 Balade sensorielle 19h00 : Jeux apéro au bar extérieur	CABARET DU PERSONNEL ET DES VACANCIERS
MERCREDI 12	*09h00 : SORTIE EN FAMILLE à Damazan avec Chouchou >> Matin petite rando 5km à Damazan - Pique-Nique au Lac Après-midi au lac. Baignade. Séance de téléskinautique d'1h00 - A régler sur place - Retour vers 18h00.		MERCREDI TOUT EST PERMIS
JEUDI 13	09H30-12H00 : Démonstration Culinaire *08h30-12h00 : Petit-Déjeuner à la découverte des plus beaux villages de loin en bus. <u>5 €/pers (satisfait ou remboursé).</u> 11h00-11h45 : Aquagym	*14h00-16h00 : Canoé Adultes *15h00-17h00 : Visite "Sansan, c'est mieux avec !" 17h30-18h30 Tir à l'arc 18h00 - 19h00 : Atelier danse 19h00 : Jeux apéro au bar extérieur	SOIRÉE LUNAIRE "À PAULO 13" avec Jean- Michel CRUCHE
VENDREDI 14	*09h30-12h00 : Randonnée avec Bénédicte 11h00-11H45 : Aquagym	*14h00-17h00 : Sortie culturelle Barbaste et ses moulins (2 € à payer sur place) 15h00-16h30 : VTT 16h30-17h30 : Découverte Pilates 18h30-19h30 : Petit marché du Moulin 19h00-19h30 : Diffusion photos des Clubs en Salle Henri IV	SOIRÉE 100% MADE IN "CHEZ NOUS"
SAMEDI 15	Bon retour à ceux qui nous quittent ... Et bonne chance à ceux qui restent ... !		

Attention ce programme pourra être modifié dans la semaine si besoin et suivant la météo

Les activités soulignées nécessitent une inscription et les activités en gras sont payantes

* : départ avec voiture particulière

ADULTES	PROGRAMME ANIMATIONS ADULTES 2020 - PRÉVISIONNEL au 31/01/2020 - pour la Semaine 7 du 15 au 22/08/2020		
JOURS /DATES	MATIN	APRÈS-MIDI	SOIRÉES
SAMEDI 15		Accueil	VOTRE SEMAINE EN IMAGE
DIMANCHE 16	08h30-09h00 : Petit-Déjeuner avec la "Poule y dort" 10h30-11h30 : Forum d'information en terrasse 11h30 : Inscriptions activités 12h00 : Apéro de bienvenue	*14h30 : Visite culturelle : "Le Petit Nérac" avec Bénédicte 15h00-17h30 : Grand jeu Familial du Relais 18h00 : début du grand jeu de boules " tu tires ou tu pointes ?" 19H00 : Apéro des Régions	SOIRÉE GRILLADES JEU DE BOULES ET GUINGUETTE
LUNDI 17	*09h00-12h00 : Randonnée à Montgaillard - 7 km 09h30-12h00 : Atelier créatif 09h30-10h30 : Yoga du visage Muriel 11h00-11h45 : Aquagym	*14h30-17h : Visite Alliance Bio avec Bénédicte 15h00-16h30 : Archery Tag 17h00-18h30 : Méditation en salle 17h00-18h00 : VTT 19h00 : Jeux Apéro au Bar extérieur	SOIRÉE MAGIE ET GRANDE DESILUSION
MARDI 18	*09H30 : JOURNEE TERROIR autour de Moncrabeau avec Chouchou : Producteur de saucisson de veau - Déjeuner aux Contes d'Albret - Château du Frandat - Retour au Relais vers 17h30. Tarif : 10 €/pers. ----- 9h00- 12h00 : Randonnée au Fréchou 9h00 - 11h00 : Atelier Permaculture 11h00-11h45 : Aqua pilates	*14h00-16h00 : Canoë famille *15h00-16h00 : Tir à l'arc 16h30 - 18h00 : Biathlon Gascon 17h00-18h00 : Perfectionnement natation adultes 19h00 : Remise des diplômes des Jeux au bar et jeux apéro	SOIRÉE "MONSIEUR CINÉMA"
MERCREDI 19	*09h00 : SORTIE EN FAMILLE à LACEPEDE avec Bénédicte >> Matin : Balade autour du lac de Salabert - Visite et repas à la Maison de la Noisette - Après-midi : Visite de Clairac et baignade dans le Lot Tarif : 8 €/adulte et 4 €/enfant - Retour 17h30		SOIRÉE DANSANTE AVEC DJ MAT
JEUDI 20	*09h00-12h00 : Petit déjeuner : Moncrabeau 2.0 11h00-11h45 : Aquagym	*14h00-16h00 : Canoë Adulte *14h30-17h00 : Découverte de la Chasse au vol (3€/pers. à régler sur place) 17h30-18h30 : Relaxation 18h30 : Jeux apéro au bar	SOIRÉE COSTUMÉE "MOYEN AGEUX ET MOYENNE NAGEUSE"
VENDREDI 21	*09h30-12h00 : Randonnée Douce - 4,5km 11h00-11H45 : Aquagym	*14h30-16h30 : Visite du château de Lassale avec Bénédicte (3 €/pers.) 15h00-17h00 : Démonstration Culinaire 17h00-18h00 : Découverte Pilates 18h00-19h30 : Petit marché du Moulin 19h00-19h30 : Diffusion photos des Clubs en Salle Henri IV	SOIRÉE KARAOKE
SAMEDI 22	Bon retour à ceux qui nous quittent ... Et bonne chance à ceux qui restent ... !		

Attention ce programme pourra être modifié dans la semaine si besoin et suivant la météo

Les activités soulignées nécessitent une inscription et les activités en gras sont payantes

* : départ avec voiture particulière

ADULTES	PROGRAMME ANIMATIONS ADULTES 2020 - PRÉVISIONNEL au 31/01/2020 - pour la Semaine 8 du 22 au 29/08/2020		
JOURS /DATES	MATIN	APRÈS-MIDI	SOIRÉES
SAMEDI 22		Accueil	VOTRE SEMAINE EN IMAGE
DIMANCHE 23	08h30-09h00 : Petit-Déjeuner avec la "Reine déneige" 10h30-11h30 : Forum d'information en terrasse 11h30 : Inscriptions activités 12h00 : Apéro de bienvenue	*14h30 : le Goûter au Château avec Bénédicte 14h30-17h30 : Jeux de plein air en Famille au Relais 18h00 : début du grand jeu de boules " tu tires ou tu pointes ?" 19H00 : Apéro des Régions	MOULES/FRITES JEU DE BOULES ET GUINGUETTE
LUNDI 24	*09H30 : JOURNEE CULTURELLE "Cœur de Gascogne" Bénédicte : Randonnée autour de la petite Carcassonne du Gers 5km - Déjeuner au Domaine de Pouypardin - visite de L42glise fortifiée de Villeneuve de Mézin. Retour au Relais vers 17h30. Tarif : 10 € / personne		BALADE NOCTURNE "VINI VITI T'ES CUIT"
	*09h30-12h00 : Randonnée Andiran 7 km 11h00-11h45 : Aquagym	*15h00-17h30 : Visite du Musée de la boîte en fer blanc 15h00-16h30 : Méditation en salle 17h00 - 18h00 : Biathlon Gascon 19h00: Remise des diplômes du Jeu au bar et jeux apéro	
MARDI 25	08h45-10h45 : Initiation à la Marche Gasconne 09h30-12h00 : Rando douce 11h00-11h45 : Aquapilates	*14h00-16h00 : Canoé famille *14h30-17h00 : Visite le prieuré de Moirax 14h30-16h00 : Découverte de la Chasse à l'arc (20 pers maxi) 17h00 - 18h00 : Perfectionnement natation adultes 17h30 - 18h30 Balade sensorielle 19h00 : Jeux apéro au bar extérieur	CABARET DU PERSONNEL ET DES VACANCIERS
MERCREDI 26	*09h00 : SORTIE EN FAMILLE à Damazan avec Chouchou >> Matin petite rando 5km à Damazan - Pique-Nique au Lac Après-midi au lac. Baignade. Séance de téléskinautique d'1h00 - A régler sur place - Retour vers 18h00.		MERCREDI TOUT EST PERMIS
JEUDI 27	09H30-12H00 : Démonstration Culinaire *08h30-12h00 : Petit-Déjeuner à la découverte des plus beaux villages de loin en bus. 5 €/pers (satisfait ou remboursé). 11h00-11h45 : Aquagym	*14h00-16h00 : Canoé Adultes *15h00-17h00 : Visite "Sansan, c'est mieux avec !" 17h30-18h30 Tir à l'arc 18h00 - 19h00 : Atelier danse 19h00 : Jeux apéro au bar extérieur	SOIRÉE LUNAIRE "À PAULO 13" avec Jean- Michel CRUCHE
VENDREDI 28	*09h30-12h00 : Randonnée avec Bénédicte 11h00-11H45 : Aquagym	*14h00-17h00 : Sortie culturelle Barbaste et ses moulins (2 € à payer sur place) 15h00-16h30 : VTT 16h30-17h30 : Découverte Pilates 18h30-19h30 : Petit marché du Moulin 19h00-19h30 : Diffusion photos des Clubs en Salle Henri IV	SOIRÉE 100% MADE IN "CHEZ NOUS"
SAMEDI 29	Bon retour à ceux qui nous quittent ... Et bonne chance à ceux qui restent ... !		

Attention ce programme pourra être modifié dans la semaine si besoin et suivant la météo

Les activités soulignées nécessitent une inscription et les activités en gras sont payantes

* : départ avec voiture particulière