

Votre programme d'animation adulte pour la semaine du 16 au 22 Juillet 2022

Les activités soulignées sont sur inscription

Samedi	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Toute l'équipe de la Châtaigneraie vous souhaite la bienvenue et de passer d'agréables vacances 	<u>9h00 Randonnée pédestre</u>  <u>9h00 Yoga</u>  <u>10h00 Circuit training</u>  <u>12h00 Jeu apéritif</u>  <u>14h00 Randonnée pédestre</u>  <u>15h00 Atelier créatif</u> <u>17h30 Eveil corporel</u> <u>18h30 Ani-menteur</u>  <u>20h45 Mini Disco</u>  <u>21h00 Welcome Show</u> 	<u>9h00 Randonnée à la journée</u>  <u>9h00 RDV à la réception pour la visite du bois verger</u>  <u>9h00 Yoga</u>  <u>10h00 Tir à l'arc</u>  <u>12h00 Jeu apéritif</u>  <u>14h00 Tir à l'arc</u>  <u>15h00 Automassage (15€)</u> <u>17h30 Stretching</u>  <u>18h30 Apéritif dansant</u>  <u>20h45 Mini Disco</u>  <u>21h00 Soirée dansante avec DJ BABOU</u> 	<u>9h00 Randonnée pédestre</u>  <u>9h00 Eveil corporel</u> <u>10h00 Abdos fessiers</u>  <u>11h00 Zumba</u>  <u>12h00 Jeu apéritif</u>  <u>15h00 Olympiades animateurs vs vacanciers</u>  <u>18h30 Marché de nos artisans</u>  <u>20h45 Veillée enfants</u>  <u>21h00 Escape Game Casa de Papel</u> 	<u>9h00 Randonnée pédestre</u>  Marché de Maurs Journée chouette nature au bord du lac de St Etienne Cantalès à la plage d'Espinet Suggestions pour l'après-midi : Visite du jardin Baignade Jeux de raquettes Pétanque...  <u>16h00 Départ en autonomie pour la visite de la ferme GAEC CAMBON avec traite des vaches Salers dégustation et achats rendez-vous là-bas pour 17h00</u> <u>21h00 Soirée film</u> 	<u>9h00 Randonnée à la journée</u>  <u>10h00 Pilates</u>  <u>11h00 Zumba</u>  <u>11h00 Amma massage (15€)</u> <u>12h00 Jeu apéritif</u>  <u>14h45 Départ excursion en autonomie pour la visite de Conques (40km). Rendez-vous à l'office de tourisme à 15h30</u> <u>15h00 Atelier créatif</u> <u>17h30 Stretching</u>  <u>18h30 Spectacle enfants</u>  <u>21h00 Blind Test</u> 

Déplacements en voiture individuelle
Co-voiturage conseillé

Votre programme randonnées

Chaussures de marche ou Baskets de randonnée
Eau 1 à 2 Litres, Bâtons conseillés, Chapeau,
Crème solaire, Cape de pluie

Dimanche après-midi : CARDALHAC



Boucle de 9 km, 2h30/3h00, 240m +/-

14h00 Départ à pied du Village Vacances par la route goudronnée pour rejoindre les sous-bois.  **Une longue montée.**

Lundi matin : MOURJOU



Boucle de 4,7 km, 1h30/2h00, 90 m +/-

09h00 Départ en voiture 9,5km 15 minutes. Parcours autour de "la maison de la châtaigne". Sans difficulté.

Lundi après-midi : LEYNHAC



Boucle de 7 km, 2h30/ 250 m +/-

14h00 Départ en voiture 12km 20 minutes. Jolie randonnée pour rejoindre la chapelle du pont datant du XII ème siècle.  **Une longue montée.**

Mardi : LA VINZELLE.

Randonnée à la journée, avec pique-nique.



Boucle de 13 km, 3h30, 284 m +/-

09h00 Départ en voiture 27km 30 minutes. Belle randonnée entre le village perché de la Vinzelle et le bord du Lot.



Terrain escarpé, montées / descentes.

Mercredi : SAINT-SANTIN DE MAURS



Boucle de 8,7km, 2h30, 160 m +/-

09h00 Départ en voiture 9,5km 15 minutes. Jolie randonnée entre les terres cantaliennes et aveyronnaises. Parcours autour de la butte de La Garenne.

Vendredi : VITRAC

Randonnée à la journée, avec pique-nique.

Boucle de 12 km, 4h00, 200 m +/-



9h00 Départ en voiture 24km 25 minutes. Parcours boisé, points de vue, "Trou du diable".

Toutes les randonnées sont sur inscription

Votre programme d'animation adulte pour la semaine du 23 au 30 Juillet 2022

Les activités soulignées sont sur inscription

Samedi	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Toute l'équipe de la Chataigneraie vous souhaite la bienvenue et de passer d'agréables vacances 	<u>9h00 Randonnée pédestre</u>  <u>10h00 Pilates</u>  <u>11h00 Abos fessiers</u>  <u>12h00 Jeu apéritif</u>  <u>14h00 Randonnée pédestre</u>  <u>15h00 Atelier créatif</u> <u>17h30 Eveil corporel</u> <u>18h30 Ani-menteur</u>  <u>20h45 Mini Disco</u>  <u>21h00 Welcome Show</u> 	<u>9h00 Randonnée à la journée</u>  <u>10h00 Tir à l'arc</u>  <u>11h00 Renforcement Musculaire</u>  <u>12h00 Jeu apéritif</u>  <u>14h00 Tir à l'arc</u>  <u>14h00 Départ excursion en autonomie pour la visite du village médiéval de Marcolès (21km).</u> <u>15h00 Automassage (15€).</u> <u>17h30 Stretching</u>  <u>18h30 Jeu cocktail</u>  <u>20h45 Mini Disco</u>  <u>21h00 Karaoké</u> 	<u>9h00 Randonnée pédestre</u>  <u>9h00 Eveil corporel</u> <u>9h00 Yoga</u>  <u>10h00 Circuit training</u>  <u>11h00 Zumba</u>  <u>12h00 Jeu apéritif</u>  <u>15h00 Olympiades animateurs vs vacanciers</u>  <u>18h30 Marché de nos artisans</u>  <u>20h45 Veillée enfants</u>  <u>21h00 Certificat d'étude</u> 	<u>9h00 Randonnée pédestre</u>  Marché de Maurs Journée chouette nature au bord du Lot à Saint Parthem Suggestions pour l'après-midi : Baignade Jeux de raquettes Pétanque Balade...  <u>16h00 Départ en autonomie pour la visite de la ferme GAEC CAMBON avec traite des vaches Salers dégustation et achats rendez-vous là-bas pour 17h00</u>  <u>21h00 Soirée film</u> 	<u>9h00 Randonnée à la journée</u>  <u>9h00 Yoga</u>  <u>10h00 Zumba</u>  <u>11h00 Amma massage (15€).</u> <u>12h00 Jeu apéritif</u>  <u>14h20 Départ excursion en autonomie pour la visite de Figeac (20km). Rendez-vous à l'office de tourisme à 15h00</u> <u>15h00 Atelier créatif</u> <u>17h30 Stretching</u>  <u>18h30 Spectacle enfants</u>  <u>21h00 Spectacle Folklorique</u> 

Déplacements en voiture individuelle
Co-voiturage conseillé

Votre programme randonnées

Chaussures de marche ou Baskets de randonnée
Eau 1 à 2 Litres, Bâtons conseillés, Chapeau,
Crème solaire, Cape de pluie

Dimanche : CARDALHAC



Boucle de 9 km, 2h30/3h00, 240m +/-

14h00 Départ à pied du Village Vacances par la route goudronnée pour rejoindre les sous-bois.  **Une longue montée.**

Lundi : LAC DU ROUGET



Boucle de 6km, 2h00, 100 m +/-

9h00 Départ en voiture 20km 25 minutes. Très plaisant ce sentier au départ du Moulin du Teil ne présente aucune difficulté

TRIOULOU



Boucle de 7,5km, 2h30/3h00, 210 m +/-

14h00 Départ en voiture 9,5km 15 minutes. Randonnée autour du village principalement en sous bois, pâturages et ruisseaux.
 **Une longue montée.**

Mardi : CALVINET.

Randonnée à la journée, avec pique-nique.



Boucle de 13 km, 4h00, 370 m +/-

09h00 Départ en voiture 18km 25 minutes. Randonnée principalement en sous bois.



Étang, chapelle, table d'orientation.

Mercredi : CHATEAU DE GIRONDE



Boucle de 8km, 3h00, 310 m +/-

09h00 Départ en voiture 14km 15 minutes. La randonnée débute au bord du Lot pour rejoindre le Château de Gironde perché sur un éperon rocheux.

Vendredi : BEDUER.

Randonnée à la journée, avec pique-nique.



Boucle de 11,5km, 4h00, 310 m +/-

9h00 Départ en voiture 32km 45 minutes. Au pays de la pierre sèche, cazelle, dolmen et lavoir.

Toutes les randonnées sont sur inscription

Votre programme d'animation adulte pour la semaine du 30 au 5 Aout 2022

Les activités soulignées sont sur inscription

Samedi

Toute l'équipe de la Chataigneraie vous souhaite la bienvenue et de passer d'agréables vacances



Dimanche

11h00 Présentation des activités et inscriptions

14h00 Randonnée pédestre

15h00 Zumba

17h30 Stretching

18h30 Tous en blanc
Apéro des régions et barbecue

20h45 Mini Disco

21h00 Pétanque

Lundi

9h00 Randonnée pédestre

09h00 Yoga

10h00 Circuit training

12h00 Jeu apéritif

14h00 Randonnée pédestre

15h00 Atelier créatif

17h30 Eveil corporel

18h30 Ani-menteur

20h45 Mini Disco

21h00
Welcome
Show

Mardi

9h00 Randonnée à la journée

9h00 RDV à la réception
pour la visite du bois
verger

9h00 Yoga

10h00 Renforcement musculaire

12h00 Jeu apéritif

15h00 Automassage (15€)

17h30 Stretching

18h30 Apéritif dansant

20h45 Mini Disco

21h00 Soirée dansante
avec DJ BABOU

Mercredi

9h00 Randonnée pédestre

9h00 Eveil corporel

10h00 Abdos fessiers

11h00 Zumba

12h00 Jeu apéritif

15h00 Olympiades
animateurs vs vacanciers



18h30 Marché de nos artisans

21h00 Escape Game

Casa de Papel



Jeudi

9h00 Randonnée pédestre

Marché de Maurs

Journée chouette nature
au bord du lac de St Etienne Cantalès à la
plage d'Espinet

Suggestions pour
l'après-midi :
Visite du jardin
Baignade
Jeux de raquettes
Pétanque...



16h00 Départ en autonomie pour la visite de la ferme GAEC CAMBON avec traite des vaches Salers dégustation et achats rendez-vous là-bas pour 17h00



21h00 Soirée débat avec les agriculteurs

Vendredi

9h00 Randonnée à la journée

10h00 Tir à l'arc

11h00 Zumba

11h00 Amma massage (15€)

12h00 Jeu apéritif

14h00 Tir à l'arc

14h45 Départ excursion en autonomie pour la visite de Conques (40km)

Rendez-vous à l'office de tourisme à 15h30

15h00 Atelier créatif

17h30 Stretching

18h30 Spectacle enfants

21h00 Blind Test

Déplacements en voiture individuelle
Co-voiturage conseillé

Votre programme randonnées

Chaussures de marche ou Baskets de randonnée
Eau 1 à 2 Litres, Bâtons conseillés, Chapeau,
Crème solaire, Cape de pluie

Dimanche après-midi : CARDALHAC



Boucle de 9 km, 2h30/3h00, 240m +/-

14h00 Départ à pied du Village Vacances par la route goudronnée pour rejoindre les sous-bois.  **Une longue montée.**

Lundi matin : MOURJOU



Boucle de 4,7 km, 1h30/2h00, 90 m +/-

09h00 Départ en voiture 9,5km 15 minutes. Parcours autour de "la maison de la châtaigne". Sans difficulté.

Lundi après-midi : LEYNHAC



Boucle de 7 km, 2h30/ 250 m +/-

14h00 Départ en voiture 12km 20 minutes. Jolie randonnée pour rejoindre la chapelle du pont datant du XII ème siècle.  **Une longue montée.**

Mardi : LA VINZELLE.

Randonnée à la journée, avec pique-nique.



Boucle de 13 km, 3h30, 284 m +/-

09h00 Départ en voiture 27km 30 minutes. Belle randonnée entre le village perché de la Vinzelle et le bord du Lot.



Terrain escarpé, montées / descentes.

Mercredi : SAINT-SANTIN DE MAURS



Boucle de 8,7km, 2h30, 160 m +/-

09h00 Départ en voiture 9,5km 15 minutes. Jolie randonnée entre les terres cantaliennes et aveyronnaises. Parcours autour de la butte de La Garenne.

Vendredi : VITRAC

Randonnée à la journée, avec pique-nique.

Boucle de 12 km, 4h00, 200 m +/-



9h00 Départ en voiture 24km 25 minutes. Parcours boisé, points de vue, "Trou du diable".

Toutes les randonnées sont sur inscription

Votre programme d'animation adulte pour la semaine du 6 au 12 Aout 2022

Les activités soulignées sont sur inscription

Samedi

Toute l'équipe de la Chataigneraie vous souhaite la bienvenue et de passer d'agréables vacances



Dimanche

11h00 Présentation des activités et inscriptions

14h00 Randonnée pédestre

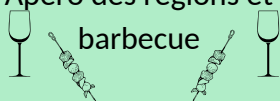


15h00 Zumba

17h30 Stretching



18h30 Tous en blanc
Apéro des régions et barbecue



20h45 Mini Disco



21h00 Pétanque



Lundi

9h00 Randonnée pédestre



9h00 Yoga

10h00 Circuit training



12h00 Jeu apéritif

14h00 Randonnée pédestre



15h00 Atelier créatif

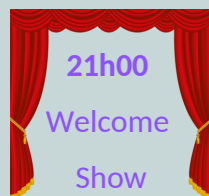
17h30 Eveil corporel



18h30 Ani-menteur



20h45 Mini Disco



21h00

Welcome Show

Mardi

9h00 Randonnée à la journée



9h00 Yoga



10h00 Tir à l'arc

11h00 Renforcement musculaire



12h00 Jeu apéritif



14h00 Tir à l'arc

14h00 Départ excursion en autonomie pour la visite du village médiéval de Marcolès (21km).

15h00 Automassage (15€).

17h30 Stretching



18h30 Jeu cocktail



20h45 Mini Disco



21h00 Karaoké

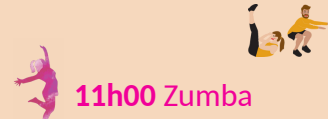
Mercredi

9h00 Randonnée pédestre



9h00 Eveil corporel

10h00 Abos fessiers



11h00 Zumba



12h00 Jeu apéritif

15h00 Olympiades animateurs vs vacanciers



18h30 Marché de nos artisans



20h45 Veillée enfants



21h00

Certificat d'étude

Jeudi

9h00 Randonnée pédestre



Marché de Maurs

Journée chouette nature
au bord du Lot à Saint Parthem

Suggestions pour l'après-midi :

Baignade
Jeux de raquettes
Pétanque
Balade...



CHOUETTE NATURE

16h00 Départ en autonomie pour la visite de la ferme GAEC CAMBON avec traite des vaches Salers dégustation et achats rendez-vous là-bas pour 17h00



21h00 Soirée débat avec les agriculteurs

Vendredi

9h00 Randonnée à la journée



10h00 Pilates

11h00 Zumba



11h00 Amma massage (15€).



12h00 Jeu apéritif

14h20 Départ excursion en autonomie pour la visite de Figeac (20km). Rendez-vous à l'office de tourisme à 15h00

15h00 Atelier créatif

17h30 Stretching



18h30 Spectacle enfants



21h00 Spectacle Folklorique



Déplacements en voiture individuelle
Co-voiturage conseillé

Votre programme randonnées

Chaussures de marche ou Baskets de randonnée
Eau 1 à 2 Litres, Bâtons conseillés, Chapeau,
Crème solaire, Cape de pluie

Dimanche : CARDALHAC



Boucle de 9 km, 2h30/3h00, 240m +/-

14h00 Départ à pied du Village Vacances par la route goudronnée pour rejoindre les sous-bois.  **Une longue montée.**

Lundi : LAC DU ROUGET



Boucle de 6km, 2h00, 100 m +/-

9h00 Départ en voiture 20km 25 minutes. Très plaisant ce sentier au départ du Moulin du Teil ne présente aucune difficulté

TRIOULOU



Boucle de 7,5km, 2h30/3h00, 210 m +/-

14h00 Départ en voiture 9,5km 15 minutes. Randonnée autour du village principalement en sous bois, pâturages et ruisseaux.
 **Une longue montée.**

Mardi : CALVINET.

Randonnée à la journée, avec pique-nique.



Boucle de 13 km, 4h00, 370 m +/-

09h00 Départ en voiture 18km 25 minutes. Randonnée principalement en sous bois.



Étang, chapelle, table d'orientation.

Mercredi : CHATEAU DE GIRONDE



Boucle de 8km, 3h00, 310 m +/-

09h00 Départ en voiture 14km 15 minutes. La randonnée débute au bord du Lot pour rejoindre le Château de Gironde perché sur un éperon rocheux.

Vendredi : BEDUER.

Randonnée à la journée, avec pique-nique.



Boucle de 11,5km, 4h00, 310 m +/-

9h00 Départ en voiture 32km 45 minutes. Au pays de la pierre sèche, cazelle, dolmen et lavoir.

Toutes les randonnées sont sur inscription

Votre programme d'animation adulte pour la semaine du 13 au 19 Aout 2022

Les activités soulignées sont sur inscription

Samedi	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Toute l'équipe de la Chataigneraie vous souhaite la bienvenue et de passer d'agréables vacances 	<u>9h00 Randonnée pédestre</u>   10h00 Pilates 11h00 Abdos fessiers   12h00 Jeu apéritif <u>14h00 Randonnée pédestre</u>  15h00 Atelier créatif  18h30 Ani-menteur  20h45 Mini Disco  21h00 Welcome Show	<u>9h00 Randonnée à la journée</u>  9h00 RDV à la réception pour la visite du bois verger   10h00 Tir à l'arc 11h00 Renforcement musculaire   12h00 Jeu apéritif  14h00 Tir à l'arc 15h00 Automassage (15€)  17h30 Stretching  18h30 Apéritif dansant  20h45 Mini Disco  21h00 Soirée dansante avec DJ BABOU 	<u>9h00 Randonnée pédestre</u>  <u>9h00 Eveil corporel</u>  9h00 Yoga 10h00 Abdos fessiers  11h00 Zumba   12h00 Jeu apéritif 15h00 Olympiades animateurs vs vacanciers  18h30 Marché de nos artisans   20h45 Veillée enfants  21h00 Escape Game Casa de Papel 	 9h00 Randonnée pédestre  Marché de Maurs Journée chouette nature au bord du lac de St Etienne Cantalès à la plage d'Espinet Suggestions pour l'après-midi : Visite du jardin Baignade Jeux de raquettes Pétanque...  16h00 Départ en autonomie pour la visite de la ferme GAEC CAMBON avec traite des vaches Salers dégustation et achats rendez-vous là-bas pour 17h00  21h00 Soirée film 	 9h00 Yoga 10h00 Zumba  11h00 Amma massage (15€)  12h00 Jeu apéritif 14h45 Départ excursion en autonomie pour la visite de Conques (40km). Rendez-vous à l'office de tourisme à 15h30 15h00 Atelier créatif 17h30 Stretching  18h30 Spectacle enfants  21h00 Blind Test 

Déplacements en voiture individuelle
Co-voiturage conseillé

Votre programme randonnées

Chaussures de marche ou Baskets de randonnée
Eau 1 à 2 Litres, Bâtons conseillés, Chapeau,
Crème solaire, Cape de pluie

Dimanche après-midi : CARDALHAC



Boucle de 9 km, 2h30/3h00, 240m +/-

14h00 Départ à pied du Village Vacances par la route goudronnée pour rejoindre les sous-bois.  **Une longue montée.**

Lundi matin : MOURJOU



Boucle de 4,7 km, 1h30/2h00, 90 m +/-

09h00 Départ en voiture 9,5km 15 minutes. Parcours autour de "la maison de la châtaigne". Sans difficulté.

Lundi après-midi : LEYNHAC



Boucle de 7 km, 2h30/ 250 m +/-

14h00 Départ en voiture 12km 20 minutes. Jolie randonnée pour rejoindre la chapelle du pont datant du XII ème siècle.  **Une longue montée.**

Mardi : LA VINZELLE.

Randonnée à la journée, avec pique-nique.



Boucle de 13 km, 3h30, 284 m +/-

09h00 Départ en voiture 27km 30 minutes. Belle randonnée entre le village perché de la Vinzelle et le bord du Lot.



Terrain escarpé, montées / descentes.

Mercredi : SAINT-SANTIN DE MAURS



Boucle de 8,7km, 2h30, 160 m +/-

09h00 Départ en voiture 9,5km 15 minutes. Jolie randonnée entre les terres cantaliennes et aveyronnaises. Parcours autour de la butte de La Garenne.

Vendredi : VITRAC

Randonnée à la journée, avec pique-nique.

Boucle de 12 km, 4h00, 200 m +/-



9h00 Départ en voiture 24km 25 minutes. Parcours boisé, points de vue, "Trou du diable".

Toutes les randonnées sont sur inscription