

Vos rendez-vous de JUIN au Parc d'Aubiry

Activités en plein air pour tous - **GRATUIT**



JOURS

ACTIVITES

DATES / HORAIRES

Mercredi

Atelier éveil des sens au parc	<u>7 JUIN</u>	10h/11h - Enfants
Jeu de piste sur les essences des arbres		14h30/15h30 - Famille
Relaxation sous les arbres / parents-enfants		16h30/17h30 - Famille
Séance renforcement musculaire	<u>14 JUIN</u>	10h/11h - Adultes
Dessine moi : "un arbre"		14h30/15h30 - Enfants
Atelier acrosport loisirs / parents-enfants		16h30/17h30 - Famille
Relaxation en famille sous les arbres	<u>21 JUIN</u>	10h/11h - Famille
Le bain de forêt des petits 8-11 ans		14h30/15h30 - Famille
Le bain de forêt des petits 4 -7 ans		16h30/17h30 - Famille
Relaxation sous les arbres	<u>28 JUIN</u>	10h/11h - Adultes
Escape game: sur la trace des animaux		14h30/15h30 - Famille
Tournoi de loisirs pétanque: duo enfants		16h30/17h30 - Enfants

Samedi

Circuit training : renforcement musculaire	<u>03 JUIN</u>	10h/11h - Adultes
Dessine moi : "un château dans le parc"		14h30/16h - Enfants
C'est quoi la méditation ?		16h30/17h30 - Adultes
C'est quoi le Pilates ?	<u>10 JUIN</u>	10h/11h - Adultes
Course d'orientation en équipes		14h30/15h30 - Enfants
Tester le bain de forêt / parents-enfants		16h30/17h30 - Famille
Découvrir la marche du yoga	<u>17 JUIN</u>	10h/11h - Adultes
Rando botanique autour du château		14h30/15h30 - Adultes
Tester le bain de forêt		16h30/17h30 - Adultes
Fermeture exceptionnelle du parc	<u>24 JUIN</u>	Fermé

Dimanche

Atelier jardinage : du noyau à l'arbre	<u>04 JUIN</u>	10h/11h-14h30/15h30 - Enfants
Séance Renforcement musculaire		16h30/17h30 - Ados + 14 ans
Réveil corporel : étirements et postures	<u>11 JUIN</u>	10h/11h - Adultes
Atelier Landart pour enfants		14h30/15h30 - Enfants
Le temps zen à Aubiry		16h30/17h30 - Adultes
C'est quoi le stretching?	<u>18 JUIN</u>	10h/11h - Adultes
Tournoi de loisirs pétanque: en équipe duo		14h30/15h30 - Adultes
La relaxation par la respiration		16h30/17h30 - Adultes
Le zen en postures	<u>25 JUIN</u>	10h/11h - Adultes
Dessine moi : "une feuille"		14h30/15h30 - Enfants
Tester le bain de forêt		16h30/17h30 - Adultes

INFOS PRATIQUES :

Venir avec tenue et matériel adaptés à l'activité et à la météo.

SUIVEZ L'ACTUALITE DU PARC SUR :

