

● ATELIER ÉQUILIBRE

LUNDI : 8 h 45 - 9 h 30

Foyer de Sarsan

LUNDI : 13 h 30 - 14 h 15

Gymnase de la Coustète

MARDI : 14 h 35 - 15 h 20

Foyer de Soum de Lanne

MERCREDI : 8 h 45 - 9 h 30

Ophite

● ATELIER GYM, DANSE

ET STRETCHING

LUNDI : Gym douce

9 h - 10 h

Gymnase de la Coustète

MARDI : Stretching

10 h - 11 h

Gymnase de la Coustète

JEUDI : Danse

9 h - 10 h

Ophite

● ATELIER MÉMOIRE

LUNDI : 14 h 30 - 15 h 15

MARDI : 13 h 45 - 14 h 30

JEUDI : 9 h 30 - 10 h 15

Foyer Myriam

● ATELIER MOBILITÉ

Renseignements auprès du CCAS

Foyer de Soum de Lanne

● ATELIER NUTRITION

LES VENDREDIS : 14 h - 17 h

13 janvier - 10 février -

17 mars - 7 avril -

26 mai - 30 juin.

Salle activités CAF

22, avenue Joffre

RENSEIGNEMENTS

ET INSCRIPTIONS

AU

CENTRE

COMMUNAL

D'ACTION

SOCIALE :



05 62 42 54 08



● ATELIER AQUAGYM

MARDI : 12 h - 12 h 45

Complexe aquatique

● ATELIER YOGA MUSÉE

Château fort [COMPLET]

● ATELIER EXPRESSION THÉÂTRE

LES JEUDIS à partir de 10 h

5 / 12 / 19 / 26 janvier

2 / 9 février

9 / 16 / 23 mars

6 / 13 / 20 avril

11 / 25 mai

1 / 8 / 15 / 22 juin

Foyer Myriam

● ATELIER SOPHROLOGIE

VENDREDI : 13 h 30 - 15 h

15 h - 16 h 30

Foyer Myriam

● ATELIER TAI CHI CHUAN

LUNDI ET VENDREDI : 18 h - 19 h

Maison de quartier d'Anclades

● ATELIER NUMÉRIQUE

JEUDI : 14 h - 16 h

CCAS [COMPLET]

Activités proposées aux personnes de plus de 60 ans

Tarifs*:

- 54 € pour l'année (janvier à décembre)
- 27 € ce septembre à décembre

* Adhésion donnant accès à l'ensemble des ateliers pour 1 personne.

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE
22, AVENUE JOFFRE - 65100 LOURDES

OUVERT DU LUNDI AU VENDREDI
8 H 30 - 12 H
13 H 30 - 17 H 30
FERMETURE À 17 H LE VENDREDI

05 62 42 54 08



secretariat-ccas@ville-lourdes.fr



PLANNING DES
ACTIVITÉS | proposées par le
CCAS

● 2023