

la Botanique vous apprendra à reconnaître les plantes (1) voir en fin de programme

Avec Jeanine COSTE

Mercredi 9 et 23: Destinations variables selon la végétation

Départ du car GRV à 13h30 de De Gaulle et 13h40 de Perréal



- Evadons-nous vers des contrées proches ou lointaines

Sorties mensuelles avec Christiane BOUSCARAS

Elle aura lieu le 17 novembre avec un départ à 7h50 de De Gaulle et à 8h00 de Perréal

Visite de l'Abbatiale de ST GILLES du GARD avec sa crypte

Repas au restaurant

Après-midi: découverte du château d'Espeyran

Prix: 57 euros

Grands Voyages

Prévisions pour l'année 2017:

La Corse : du 13 mai au 20 mai

La Pologne : du 23 juin au 30 juin

L'Italie: la région des lacs : début septembre

En cas d'annulation un montant correspondant à 5% du prix total du voyage sera à retenue

Retenez cette date: le 10 décembre

Christiane et Marie-Odile vous convient à une matinée récréative à 14h 30 au siège de l'U.T.T.



Quelques notes africaines avec le Gospel Africain

Répétitions tous les Mercredi et Samedi de 18h à 20h dans notre salle

Il faut l'essayer pour l'adopter. Ambiance joyeuse et décontractée

Passez voir une répétition pour vous en rendre compte. C'est gratuit



- Clic clac la Photo est dans la boîte

avec Alain DIAZ

le programme vous sera communiqué ultérieurement

Se rapprocher de M. DIAZ modification : l'initiation aura lieu 1 fois par semaine le mercredi



Un rappel petit mais important

Pour toutes les activités physiques , la présentation d'un **certificat médical** est indispensable.

Elle permettra l'intervention de notre assurance en cas de problème "incident ou accident"

Vous trouverez à la permanence un imprimé à faire remplir par votre médecin

-Prenons l'air avec [l'Oxygénation \(1\)](#) en fin de programme

Le Mardi 15:

Avec Jean-Luc MARCHAL

"Le trou du Météore"-Caussignojouls

8 Km/ 50m/2h30

Car GRV départ de De Gaulle à 13h30 et de Pérreal à 13h 45

pLe Mardi 29:

Avec Guy FAUGERAT (tel de M.FAUGERAT 04 67 31 21 49)

Le pech du Thou -Capestang

6 Km /100m/2h

Car GRV Départ de De Gaulle à 13 h 30 et de Perréal à 13h45

Inscriptions obligatoires pour les deux sorties



-Pénétrons dans le monde fantastique de la musique et du chant avec

La chorale Crescendo

Les répétitions ont lieu le Mercredi à 9h00

Pas de concert ce mois-ci .

Mais rendez-vous pour la Sainte Cécile date à laquelle notre chorale se produira dans les Hauts Cantons

Pour plus amples renseignements consulter le programme de novembre



Bibliothèque: un peu de rêve avec la lecture ou la relecture

Elle est ouverte les lundis et vendredis de 14h00 à 16h30 et attend votre visite

En ce qui concerne les dons, ils sont les bienvenus. Cependant, il est souhaitable, préalablement, de contacter Marie-Odile VITROLLES

Merci de votre compréhension



Creusez-vous les méninges de manière ludique avec le scrabble :

Rejoignez Juliette BRICE et sa joyeuse équipe les Lundi à 14h00 à notre siège



Tentez vos premiers pas dans le monde du théâtre:

Retrouvez Giselle MARC tel 04 67 36 46 26 et sa troupe pour les répétitions les Mercredi de 14h30 à 18h00 dans notre salle

Le prochain spectacle "Agence sous risque" aura lieu le Vendredi 18 novembre à 14h30 dans notre salle

Imaginer, racontez, partagez avec [L'Atelier d'écriture](#)

C est parti, le Lundi après-midi de 14h30 à 16h30 ;

Line nous en parle "Plaisir d'écrire, jouer avec les mots....,penser, imaginer ,s'amuser ,créer un texte, dans un groupe agréable Prochains rendez-vous les Lundis 14 et 28

Eliminons : oui, mais avec les Randonnées, le Mardi

Sous la conduite de nos dévoués meneurs.

Départ à 8h30, bd Yves Nat

Et il est bon de savoir que :

1 - Le déroulement des randonnées est assuré par des meneurs bénévoles,

2 - les meneurs peuvent changer les destinations des randonnées en fonction des conditions climatiques

3 - les meneurs déclinent toute responsabilité quant aux accidents qui pourraient se produire au cours des randonnées

4 - Il est **OBLIGATOIRE** de fournir un **CERTIFICAT MEDICAL** pour participer

BUS N° 1

avec René BOISSIERE

14Km/500 m

Avec Michel GUTTIERREZ

Le Poujol Les Ombries (AR)

15Km/500 m

Avec Michel CHEVROT

15 Km/300m

Avec Marcel BOUDON

Plateau de Navacelle

15Km/500m

BUS N°2

08 nov:

avec Jean-Paul DUBOIS

18Km/600 m

15 nov

Avec Robert SACRISTAIN

Roque Rouge (AR)

14 Km/890m

22 nov

avec Alain PATROUX

Roquefort les Corbières

20 Km/500m

29 nov

Avec Guy CROS

Saint Maurice de Navacelle

18 Km:/800m



Un cours de "PILATES" vous est proposé par AURELIE

Rejoignez-nous vite, nous vous attendons

La Géologie reprend

La sortie aura lieu soit le 18 soit le

(1) Pour la botanique et l'oxygénation

Afin de vous intéresser, un peu plus, à ces activités, nous allons faire un test pendant 2 à 3 mois

En prenant le car à chaque sortie

Pour info, le prix du car est de 375 euros. Il faudrait donc 41 personnes pour l'amortir

Nous comptons sur vous pour venir participer à ces activités