

Présidente : Jackie ROQUES 06.06.66.50.04

Vice-président : Bernard BELLOTTI 06.71.37.00.76



GRAULHET TEMPS LIBRE

Maison des Associations

16 place Bosquet 81300 GRAULHET

E-mail : contact@graulhettempslibre.fr

Site : graulhettempslibre.fr

JEUDI 03 AVRIL

Salle GTL à 14H30

DIAPORAMA « Récit de voyage
MADAGASCAR et ses cactus »

Animé par Christophe ASSALIT

JEUDI 10 AVRIL

Sortie à la 1/2 journée

Visite de la Distillerie CASTAN à
Villeneuve sur Vère (whiskies)

Visite guidée du Château BISTES
de MAURIAC à Sénouillac

Départ à 13h00 30€

Inscriptions le vendredi 04 avril

Vacances de Pâques du 14 au 27 avril

Jeudis 1er et 8 mai : **Fériés**

JEUDI 15 MAI

Visite guidée du JARDIN des MARTELS
à Giroussens

Départ à 14H 15€

Inscriptions le vendredi 25 avril

JEUDI 22 MAI

LE SOMAIL
CROISIERE SUR LE CANAL DU MIDI.

Visite guidée de la COOPÉRATIVE OLÉICOLE
de L'OULIBO à Bize-Minervois

Départ à 07H30 62€

Inscriptions le vendredi 25 avril

JEUDI 05 JUN

CAHORS ...Terre d'histoire, de
patrimoine et de gastronomie.

Grand Site D'Occitanie – Ville au label
Pays d'Art et d'Histoire.

Départ à 07H 65€

Inscriptions le vendredi 16 mai

JEUDI 12 JUN

JEU de PISTE à LAUTREC

« Sur les traces du Tableau Oublié »

Départ à 08h30

Inscriptions le vendredi 06 juin

VOYAGE en Espagne du 16 au 20 juin

LES BARDENAS et LA NAVARRE (COMPLET)

JEUDI 26 JUN

PIQUE-NIQUE de fin de saison à BROUSSE

Apéritif et dessert OFFERTS par GTL

Départ à 11h45

Inscriptions Le vendredi 06 juin

Les inscriptions aux sorties se font à la salle aux dates indiquées entre 11 h et 12h .

Cours d'œnologie : (restaurant Impérial) 03 avril — 15 mai

Histoire de l'ART : 02 avril — 14 mai — 11 juin

Art Floral : 09 avril — 14 mai

Atelier peinture : 09 et 30 avril — 21 mai — 04 et 25 juin

ACTIVITES DISPENSEES CHAQUE JOUR.

Lundi :

Informatique : 09H00 à 11H30 à la salle.
Scrabble : 14h00 à 17H00 à la salle (1^{er} et 3^{ème}).
L'écrit du cœur : 14h30 à 16h30, à la salle (2^{ème} et 4^{ème} du mois).
Qi gong relaxation : 17H30 à 18H45, à la salle.

Mardi :

Anglais : 10H00 à 11H30 à la salle.
Randonnée : 13H30 départ place Bosquet. **Certificat médical obligatoire.**
Marche : 13H30 départ place Bosquet. **Certificat médical obligatoire.**
Balade : 14H00 départ place Bosquet. **Certificat médical obligatoire.**
L'écrit du cœur : 14h30 à 16h30, à la salle (2^{ème} et 4^{ème} du mois).

Mercredi :

Cours de peinture : 9H00 à 12H00 ou **Histoire de l'Art** en alternance.
Assouplissement corporel : 10H30 à 11H30 salle judo stade.
Cours d'Histoire de l'Art : 10H00 à 12H00 pour une durée de dix heures sur l'année à la salle.
Jeux de cartes (BELOTE, TAROT) et d'échecs : 14H00 à la salle
Art Floral : 20H30 à 22H00 tous les 2 mois à la salle.

Jeudi :

Marche Nordique : 09H00 à 10H30. **Certificat médical obligatoire.**
Sorties à la journée ou à la demi-journée avec visites guidées. (*Départ place Bosquet*).
Conférences, vidéo-projections, diaporamas : 14h30 à la salle.
Œnologie à 18h45 au restaurant *L'Impérial* (5 soirées dans la saison).

Vendredi :

Informatique : 09H00 à 11H30 à la salle.
Danse en ligne : 14h 30 à la salle (1^{er}, 3^{ème} et 5^{ème} du mois).
Tricot, Couture, Loisirs créatifs : 14H15 à la salle (2^{ème} et 4^{ème} du mois).
Gym Pilates : 17H00 à 17H45 à la salle

Samedi :

Initiation yoga : 9H00 à 10H00 à la salle.

Activités gratuites :

Les conférences, diaporamas, les jeux de société, les cours d'informatique,
La danse, l'aide à la couture et au tricot.
Les marches à la demi-journée ou à la journée.
Les activités physiques (assouplissement, yoga et qi gong).

Activités payantes :

Les sorties (à l'inscription) avec repas inclus pour les sorties à la journée.
Gym Pilates payable à l'année.
Les cours d'Art floral, de Peinture et d'Œnologie.
Les cours d'Histoire de l'Art payables au trimestre et non remboursables
Voyage annuel sur plusieurs jours.



**GRAULHET
TEMPS LIBRE**

PROGRAMME

AVRIL

MAI

JUIN

2025

ADHÉSION à GRAULHET TEMPS LIBRE : 25€ par an.