

NAVETTES THERMALES

Retrouvez l'ensemble des **horaires des navettes** à l'aide du QR code.

COMMERCES ET SERVICES

Retrouvez l'ensemble des commerces et services disponibles pendant votre séjour.

CINÉMA

Retrouvez l'ensemble des films à l'affiche du **cinéma Le Doron** de **Brides-les-Bains** avec le QR code

MARCHÉ À PROXIMITÉ

Marché de Brides-les-Bains le **mercredi matin.** Marché de Moûtiers le **mardi** et **vendredi matin.**

SANTÉ

Retrouvez l'ensemble des professionnels de santé avec le QR code.

THERMES

Retrouvez toutes les informations relatives au thermes de Brides-les-Bains en scannanr le QR code.

VENIR À BRIDES-LES-BAINS

En voiture : 45mn de Chambéry / 1h15 d'Annecy / 2h15 de Lyon

En avion : 2h en voiture depuis l'aéroport de Genève **En train :** gare de Moutiers (73) puis bus jusqu'à Brides-les-Bains

DÉTAILS DES ACTIVITÉS & ÉVÉNEMENTS



RÉVEIL MATINAL AVEC AUDE - LUNDI 13 OCTOBRE

Lundi 13 Octobre / 9h-10h

Réveil Matinal Animé par Aude : Éveillez Votre Corps et Esprit! Rejoignez-nous ce lundi de 9h à 10h pour une séance revitalisante animée par Aude, votre guide vers un quotidien plus serein et positif.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 10 €.



EVEIL - LUNDI 13 OCTOBRE

Lundi 13 Octobre / 9h30-10h

Rejoignez-nous pour une séance d'éveil musculaire pleine d'énergie et de bonne humeur.

V Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



RELAX/STRETCH-LUNDI13 OCTOBRE

Lundi 13 Octobre / 10h15-11h

Venez vous détendre avec notre séance gratuite Relax/Stretch à la Salle de la Dova!

• La Dova

€ Gratuit.



BALADE INTERMÉDIAIRE -LUNDI 13 OCTOBRE

Lundi 13 Octobre / 10h30-12h

Balade autour de Brides-les-Bains sur un rythme intermédiaire à la découverte des splendides panorama.

• Mairie

& Gratuit. Rendez-vous devant l'Office de Tourisme environ 5 minutes avant le début de l'activité.



PILATES - LUNDI 13 OCTOBRE

Lundi 13 Octobre / 11h15-12h

Session de Pilates! Si vous êtes à Brides-les-Bains, ne manquez pas notre séance de Pilates qui aura lieu de 11h00 à 11h45 à la salle de la Dova.

• La Dova

& Gratuit. Rendez-vous à la salle de la Dova environ 5 minutes avant le début de l'activité.



ATELIER MANDALA SACRÉ AVEC CHRISTINE - LUNDI 13 OCTOBRE

Lundi 13 Octobre / 13h30-15h30

Venez découvrir le mandala sacré! Le mandala, symbole universel de l'unité et de l'harmonie, est un outil puissant pour exprimer ses émotions et ses pensées.

Petit Chalet du parc Thermal



STEP RENFO - LUNDI 13 OCTOBRE

Lundi 13 Octobre / 14h-14h45

Le renfo step est une activité innovante qui combine le cardio, la musculation et le step, offrant ainsi un entraînement complet et stimulant.

• La Dova

€ Gratuit.



BALADE DOUCE - LUNDI 13 OCTOBRE

Lundi 13 Octobre / 14h-15h30

Balade Douce autour de Brides : Une Évasion Enchantée!

Mairie

€ Gratuit.



ATELIER MANDALA COLLAGE ET ÉCRITURE AVEC CHRISTINE - LUNDI 13 OCTOBRE

Lundi 13 Octobre / 15h30-17h30

Voyage au cœur de votre créativité : atelier mandala collage et écriture" Le mandala, symbole universel de l'unité et de l'harmonie, est un outil puissant pour exprimer ses émotions et ses pensées.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



ATELIER SPÉCIAL DÉTOX ET ANTI-FATIGUE AVEC ISABELLE - LUNDI 13 OCTOBRE

Lundi 13 Octobre / 18h-19h

Votre Bien-Être avec les Huiles Essentielles et les Plantes Médicinales spécial Détox et Anti-Fatigue

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



CONFÉRENCE SPÉCIAL "BIEN VIVRE SES ÉMOTIONS" AVEC ISABELLE - LUNDI 13 OCTOBRE

Lundi 13 Octobre / 19h15-20h15

Apprenez à bien vivre vos émotions grâce aux huiles essentielles.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



GYM - MARDI 14 OCTOBRE

Mardi 14 Octobre / 9h-10h

Invitation à une Gvm au Parc Thermal!

♀ Kiosque du Parc Thermal



BALADE DOUCE - MARDI 14 OCTOBRE

Mardi 14 Octobre / 10h30-12h

Balade Douce: Une Évasion Enchantée!

Mairie

€ Gratuit.



ZUMBA - MARDI 14 OCTOBRE

Mardi 14 Octobre / 11h-12h

Séance de Zumba en plein air!

Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



ATELIER ÉPICES ET ARÔMES AVEC CAROLINE - MARDI 14 OCTOBRE

Mardi 14 Octobre / 12h30-14h

Éveillez vos sens et révolutionnez votre cuisine!

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 2 €.



GYM SUR CHAISE - MARDI 14 OCTOBRE

Mardi 14 Octobre / 14h-15h

Venez profiter d'une activité bien-être originale et accessible à tous : la gym sur chaise!

♀ Kiosaue du Parc Thermal

€ Gratuit



ATELIER MANDALA "FLEUR DE VIE ET GÉOMÉTRIE SACRÉE" AVEC CHRISTINE - MARDI 14 OCTOBRE

Mardi 14 Octobre / 15h30-17h30

Libérez votre créativité et harmonisez votre intérieur grâce à la fleur de vie! La fleur de vie, symbole universel de la création, possède des propriétés vibratoires particulièrement harmonisantes.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



STRETCH DEBOUT-MARDI14 OCTOBRE

Mardi 14 Octobre / 16h-16h30

Venez vous étirer au parc thermal!

Kiosaue du Parc Thermal





RÉFLEXOLOGIE: LE STRESS ET LE SYSTÈME NERVEUX AVEC VALÉRIE -MARDI 14 OCTOBRE

Mardi 14 Octobre / 16h45-17h45

Rejoignez-nous pour un atelier de réflexologie spécial système

Sepace scénique

€ Tarif unique : 12 €.



LINE DANCE AVEC VALÉRIE - MARDI 14 OCTOBRE

Mardi 14 Octobre / 18h-19h

Participez à la Line Dance avec Valérie!

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 12 €.



DÉMONSTRATION DE CUISINE AVEC MARTINE - MARDI 14 OCTOBRE

Mardi 14 Octobre / 18h-19h30

Venez découvrir l'art de la cuisine légère avec Martine!

La Maison de Marielle

€ Tarif unique : 2 €.







ATELIER EXPRESS 1 : LES DIFFICULTÉS DE MOUVEMENTS VUES PAR LES RÉFLEXES ARCHAÏQUES AVEC CÉLINE - RÉFLEXES73 MERCREDI 15 OCTOBRE

Mercredi 15 Octobre / 7h30-8h

Parfait pour les planning serrés Idéal pour tous curieux Conçu pour ceux qui veulent avancer.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 10 €.



ATELIER EXPRESS 2 : LES DIFFICULTÉS DE LA VIE ÉMOTIONNELLE VUES PAR LES RÉFLEXES ARCHAÏQUES AVEC **CÉLINE - RÉFLEXES73 MERCREDI 15 OCTOBRE**

Mercredi 15 Octobre / 8h-8h30

Parfait pour les planning serrés Idéal pour tous curieux Conçu pour ceux qui veulent avancer.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 10 €.





GYM - MERCREDI 15 OCTOBRE

Mercredi 15 Octobre / 9h-10h

Invitation à une Gvm!

Espace scénique



BALADE INTERMÉDIAIRE - MERCREDI 15 OCTOBRE

Mercredi 15 Octobre / 10h30-12h

Balade intermédiaire

- Devant l'Office de Tourisme
- € Gratuit.



CONFÉRENCE ANIMÉE PAR LE CENTRE DE COORDINATION DÉPISTAGE DES CANCERS DE LA RÉGION AUVERGNE-RHÔNE-ALPES-MERCREDI 15 OCTOBRE

Mercredi 15 Octobre / 11h-12h

conférence animée par le centre de coordination dépistage des cancers de la région Auvergne-Rhône-Alpes

- La Dova
- € Gratuit.



ANIMATION/ ATELIER ANIMÉE PAR LE CENTRE DE COORDINATION DÉPISTAGE DES CANCERS DE LA RÉGION AUVERGNE-RHÔNE-ALPES-MERCREDI 15 OCTOBRE

Mercredi 15 Octobre / 14h

Animation/ atelier animée par le centre de coordination dépistage des cancers de la région Auvergne-Rhône-Alpes

- La Dova
- € Gratuit.





CONCOURS DE BELOTE (VENIR EN BINÔME) - MERCREDI 15 OCTOBRE

Mercredi 15 Octobre / 14h-16h

Participez au Concours de Belote! Êtes-vous prêt à relever un défi amusant et convivial? Nous avons le plaisir de vous inviter à notre Concours de Belote qui aura lieu au petit chalet du parc thermal!

- Petit Chalet du parc Thermal
- € Tarif unique : 2 €.



GYM SUR CHAISE - MERCREDI 15 OCTOBRE

Mercredi 15 Octobre / 14h30-15h15

Venez profiter d'une activité bien-être originale et accessible à tous : la gym sur chaise !

- Kiosque du Parc Thermal
- **€** Gratuit.



CUISINEZ SAIN ET BON EN BASSE TEMPÉRATURE - B&B HOME - MERCREDI 15 OCTOBRE

Mercredi 15 Octobre / 14h30-16h30

 $\label{lem:decouverte} A telier découverte \, D\'{e}monstration \, et \, d\'{e}gustation \, cuisson \, basse \\ temp\'{e}rature$

- **♀** B&B Home Brides-les-Bains 3 Vallées
- **€** Gratuit.



MAKE-UP CHALLENGE: LES SECRETS D'UN MAQUILLAGE QUI BOOSTE VOTRE CONFIANCE AU QUOTIDIEN - MERCREDI 15 OCTOBRE

Mercredi 15 Octobre / 16h-17h

Découvrez les secrets d'un maquillage qui booste votre confiance au quotidien avec Copines de Style!

Salle d'expositionTarif unique : 16 €.

✓ Réservation sur : www.brides-les-bains.com



BALANIMÉ PAR TEMPS DANSE SPÉCIAL OCTOBRE ROSE : DRESS CODE ROSE -MERCREDI 15 OCTOBRE

Mercredi 15 Octobre / 16h30-18h

Venez danser et chanter au bal pour des moments de plaisir! DRESS CODE ROSE!

♀ Kiosaue du Parc Thermal

€ Gratuit.



CONFÉRENCE PÔLE SANTÉ ANIMÉ PAR FRÉDÉRIC DERDAELE (OSTÉOPATHE) SUR LE THÈME: TECHNIQUE PERMETTANT DE LOCALISER ET D'OBTENIR DES INFORMATIONS SUR LA NATURE DES BLOCAGES OU INTERFÉRENCES ET DE CORRIGER ET

AJUSTER CES BLOCAGES EN DOUCEUR - JEUDI 16 OCTOBRE

Mercredi 15 Octobre / 17h30

Conférence Pôle Santé animé par Frédéric Derdaele (ostéopathe) sur le thème : Technique permettant de localiser et d'obtenir des informations sur la nature des blocages ou interférences et de corriger et ajuster ces blocages en douceur.

Q La Dova

€ Gratuit.



ATELIER RÉVEIL D'OBJECTIF PEACE AVEC CÉLINE - RÉFLEXES73 JEUDI 16 OCTOBRE

Jeudi 16 Octobre / 7h30-8h30

Parfait pour tenir un cap fixé. Le premier pas vers un changement durable en douceur.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 22 €.



EVEIL - JEUDI 16 OCTOBRE

Jeudi 16 Octobre / 9h-9h30

Rejoignez-nous pour une séance d'éveil musculaire pleine d'énergie et de bonne humeur.

Kiosque du Parc Thermal



ATELIER MOBILITÉ AVEC AUDE - JEUDI 16 OCTOBRE

Jeudi 16 Octobre / 9h-10h

Rejoignez-nous chaque jeudi de 9h à 10h pour un atelier de mobilité revitalisant !

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 10 €.



CONFÉRENCE N° 3 AVEC AUDE - JEUDI 16 OCTOBRE

Jeudi 16 Octobre / 10h-11h

Conférence: S'auto coacher au quotidien et réduire vos symptômes Cette conférence accessible à tous promet d'être un moment d'échange enrichissant autour d'un thème essentiel: l'auto-coaching

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



DANSE AFRO - JEUDI 16 OCTOBRE

Jeudi 16 Octobre / 10h-11h

Découvrez la Danse Afro avec notre Animatrice Énergique!

Kiosaue du Parc Thermal

€ Gratuit.



CONCOURS DE TAROT - JEUDI 16 OCTOBRE

Jeudi 16 Octobre / 14h-16h

Participez au Concours de Tarot! Étes-vous prêt à relever un défi amusant et convivial? Nous avons le plaisir de vous inviter à notre Concours de Tarot qui aura lieu au petit chalet du parc thermal!

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 2 €.



MARCHE ROSE DÉGUSTATION ORGANISÉ PAR LA MAIRIE DE BRIDES-LES-BAINS DÉPART PLACE DU CENTENAIRE - JEUDI 16 OCTOBRE

Jeudi 16 Octobre / 14h-16h

Marche rose dégustation organisé par la mairie de Brides-Les-Bains départ place du Centenaire à 14h00

Oevant l'Office de Tourisme

€ Gratuit.



ZUMBA OCTOBRE ROSE - JEUDI 16 OCTOBRE

Jeudi 16 Octobre / 16h30-17h30

Séance de Zumba en plein air dans la cadre de la journée nationale Octobre Rose!

Kiosque du Parc Thermal



CONFÉRENCE PÔLE SANTÉ - JEUDI 16 OCTOBRE

Jeudi 16 Octobre / 17h30

Présentation de Koren Specifc technique. Technique permettant de localiser et d'obtenir des informations sur la nature des blocages ou interférences et de corriger et ajuster ces blocages en douceur. Intervenant : Frédéric Derdaele (Ostéopathe)

• La Dova

€ Gratuit.



CONCERT AMITY ROCK OCTOBRE ROSE - JEUDI 16 OCTOBRE

Jeudi 16 Octobre / 17h30-19h

Venez profitez du concert du groupe Amity Rock dans le cadre d'octobre rose ce jeudi de 17h30 à 19h!

Devant l'Office de Tourisme

€ Gratuit.



SOIRÉE KARAOKÉ - CASINO DES 3 VALLÉES - JEUDI 16 OCTOBRE

Jeudi 16 Octobre / 21h-1h

Venez vivre une expérience inoubliable lors de notre soirée karaoké au prestigieux Casino des Trois Vallées!

Casino des 3 Vallées

€ Entrée libre.



EVEIL - VENDREDI 17 OCTOBRE

Vendredi 17 Octobre / 9h-9h30

Rejoignez-nous pour une séance d'éveil musculaire pleine d'énergie et de bonne humeur.

♀ Kiosaue du Parc Thermal

€ Gratuit.



GYM - VENDREDI 17 OCTOBRE

Vendredi 17 Octobre / 11h-12h

Ensemble d'activités de mise en forme, comprenant du renforcement musculaire et cardio sur musique.

♀ Kiosque du Parc Thermal

& Gratuit. Rendez-vous au kiosque environ 5 minutes avant le début de l'activité.



BALADE INTERMÉDIAIRE LA SAULCE -VENDREDI 17 OCTOBRE

Vendredi 17 Octobre / 14h-15h30

Balade intermédiaire : Découverte de la Saulce

Devant l'Office de Tourisme



ACTIVITÉ COUTURE AVEC DANY, CRÉEZ VOTRE ÉTUI À LUNETTE - VENDREDI 17 OCTOBRE

Vendredi 17 Octobre / 14h-16h

Vous cherchez une activité créative et amusante? Ne manquez pas notre atelier couture animé par la talentueuse Dany! Ce vendredi, de 14h à 16h, venez réaliser un magnifique étui à lunettes qui vous accompagnera partout.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 28 €.



PILATES - VENDREDI 17 OCTOBRE

Vendredi 17 Octobre / 14h30-15h15

Session de Pilates! Si vous êtes à Brides-les-Bains, ne manquez pas notre séance de Pilates qui aura lieu de 14h30 à 15h15 à la salle de la Dova.

Q La Dova

& Gratuit. Rendez-vous à la salle de la Dova environ 5 minutes avant le début de l'activité.



SOPHROLOGIE DE GROUPE AVEC CHRISTINE - VENDREDI 17 OCTOBRE

Vendredi 17 Octobre / 18h15-19h45

Sophrologie de groupe : votre rendez-vous bien-être ! Découvrez les bienfaits de la sophrologie grâce à des exercices simples et efficaces. Réduisez le stress, améliorez votre sommeil et boostez votre énergie.

Salle d'exposition

€ Tarif unique : 15 €.



PIÈCE DE THÉÂTRE LA TROUPE "LA BELLE AVENTURE" - JUSQUE LÀ TOUT VA BIEN! - SAMEDI 18 OCTOBRE

Samedi 18 Octobre / 20h30

UNE COMÉDIE DÉLIRANTE QUI VA VOUS FAIRE EXPLOSER DE RIRE!

♀ La Dova

€ Enfant (15 ans): 5 €, Tarif unique: 10 €.



SOIRÉE KARAOKÉ - CASINO DES 3 VALLÉES - SAMEDI 18 OCTOBRE

Samedi 18 Octobre / 21h-1h

Venez vivre une expérience inoubliable lors de notre soirée karaoké au prestigieux Casino des Trois Vallées!

Casino des 3 Vallées

€ Entrée libre.



JEUX DE SOCIÉTÉ ENTRE AMIS OU EN FAMILLE - DIMANCHE 19 OCTOBRE

Dimanche 19 Octobre / 14h-17h30

Ne savez-vous pas quoi faire de votre après-midi ? Venez profiter d'un moment convivial à la salle d'exposition de la mairie! Que ce soit entre amis ou en famille, cet endroit est parfait pour passer un bon moment tous les dimanches de 14h à 17h30.

Bibliothèque



BAL ANIMÉ PAR SANDRINE LION SPÉCIAL OCTOBRE ROSE - DIMANCHE 19 OCTOBRE

Dimanche 19 Octobre / 16h30-18h

Bal spécial Octobre Rose, Dress Code Rose! Venez danser et chanter au bal pour des moments de plaisir!

♀ Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



RÉVEIL MATINAL AVEC AUDE - LUNDI 20 OCTOBRE

Lundi 20 Octobre / 9h-10h

Réveil Matinal Animé par Aude : Éveillez Votre Corps et Esprit ! Rejoignez-nous ce lundi de 9h à 10h pour une séance revitalisante animée par Aude, votre guide vers un quotidien plus serein et positif.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 10 €.



EVEIL - LUNDI 20 OCTOBRE

Lundi 20 Octobre / 9h30-10h

Rejoignez-nous pour une séance d'éveil musculaire pleine d'énergie et de bonne humeur.

Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



BALADE INTERMÉDIAIRE -LUNDI 20 OCTOBRE

Lundi 20 Octobre / 10h30-12h

Balade autour de Brides-les-Bains sur un rythme intermédiaire à la découverte des splendides panorama.

Mairie

& Gratuit. Rendez-vous devant l'Office de Tourisme environ 5 minutes avant le début de l'activité.



RELAX/STRETCH-LUNDI 20 OCTOBRE

Lundi 20 Octobre / 11h15-12h

Venez vous détendre avec notre séance gratuite Relax/Stretch à la Salle de la Dova!

Q La Dova

€ Gratuit.



ATELIER MANDALA SACRÉ AVEC CHRISTINE - LUNDI 20 OCTOBRE

Lundi 20 Octobre / 13h30-15h30

Venez découvrir le mandala sacré! Le mandala, symbole universel de l'unité et de l'harmonie, est un outil puissant pour exprimer ses émotions et ses pensées.

Petit Chalet du parc Thermal



GYM SUR TAPIS - LUNDI 20 OCTOBRE

Lundi 20 Octobre / 14h-14h45

Invitation à une Gym sur tapis à la salle de Dova!

♀ La Dova

€ Gratuit.





BALADE DOUCE - LUNDI 20 OCTOBRE

Lundi 20 Octobre / 14h-15h30

Balade Douce autour de Brides : Une Évasion Enchantée!

• Mairie

€ Gratuit.



ATELIER MANDALA COLLAGE ET ÉCRITURE AVEC CHRISTINE - LUNDI 20 OCTOBRE

Lundi 20 Octobre / 15h30-17h30

Voyage au cœur de votre créativité : atelier mandala collage et écriture" Le mandala, symbole universel de l'unité et de l'harmonie, est un outil puissant pour exprimer ses émotions et ses pensées.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



ATELIER SPÉCIAL RHUMATISMES ET ARTHROSE AVEC ISABELLE - LUNDI 20 OCTOBRE

Lundi 20 Octobre / 18h-19h

Votre Bien-Être avec les Huiles Essentielles et les Plantes Médicinales spécial Rhumatismes et Arthrose

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.





RETROUVEZ UN BON SOMMEIL GRÂCE AUX HUILES ESSENTIELLES AVEC ISABELLE - LUNDI 20 OCTOBRE

Lundi 20 Octobre / 19h15-20h15

Retrouvez un bon sommeil grâce aux huiles essentielles!

• Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.





GYM - MARDI 21 OCTOBRE

Mardi 21 Octobre / 9h-10h

Invitation à une Gym au Parc Thermal!

♀ Kiosque du Parc Thermal



BALADE DOUCE - MARDI 21 OCTOBRE

Mardi 21 Octobre / 10h30-12h

Balade Douce : Une Évasion Enchantée !

• Mairie

€ Gratuit.



ATELIER ÉPICES ET ARÔMES AVEC CAROLINE - MARDI 21 OCTOBRE

Mardi 21 Octobre / 12h30-14h

Éveillez vos sens et révolutionnez votre cuisine!

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 2 €.



GYM SUR CHAISE - MARDI 21 OCTOBRE

Mardi 21 Octobre / 14h-14h45

Venez profiter d'une activité bien-être originale et accessible à tous : la gym sur chaise !

Kiosaue du Parc Thermal

€ Gratuit.



BALADE INTENSE - MARDI 21 OCTOBRE

Mardi 21 Octobre / 14h-15h30

Balade intense autour de Brides!

Devant l'Office de Tourisme

€ Gratuit.



ATELIER MANDALA "FLEUR DE VIE ET GÉOMÉTRIE SACRÉE" AVEC CHRISTINE - MARDI 21 OCTOBRE

Mardi 21 Octobre / 15h30-17h30

Libérez votre créativité et harmonisez votre intérieur grâce à la fleur de vie ! La fleur de vie, symbole universel de la création, possède des propriétés vibratoires particulièrement harmonisantes.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



STRETCH DEBOUT - MARDI 21 OCTOBRE

Mardi 21 Octobre / 16h-16h30

Venez yous étirer au parc thermal!

♀ Kiosque du Parc Thermal



DÉMONSTRATION DE CUISINE AVEC MARTINE - MARDI 21 OCTOBRE

Mardi 21 Octobre / 18h-19h30

Venez découvrir l'art de la cuisine légère avec Martine!

- La Maison de Marielle
- € Tarif unique : 2 €.







ATELIER EXPRESS 1 : LES DIFFICULTÉS DE MOUVEMENTS VUES PAR LES RÉFLEXES ARCHAÏQUES AVEC CÉLINE - RÉFLEXES73 MERCREDI 22 OCTOBRE

Mercredi 22 Octobre / 7h30-8h

Parfait pour les planning serrés Idéal pour tous curieux Conçu pour ceux qui veulent avancer.

- Petit Chalet du parc Thermal
- € Tarif unique : 10 €.



ATELIER EXPRESS 2 : LES DIFFICULTÉS DE LA VIE ÉMOTIONNELLE VU PAR LES RÉFLEXES ARCHAÏQUES AVEC CÉLINE - RÉFLEXES73 MERCREDI 22 OCTOBRE

Mercredi 22 Octobre / 8h-8h30

Parfait pour les planning serrés Idéal pour tous curieux Conçu pour ceux qui veulent avancer.

- Petit Chalet du parc Thermal
- € Tarif unique : 10 €.



EVEIL - MERCREDI 22 OCTOBRE

Mercredi 22 Octobre / 9h-9h30

Rejoignez-nous pour une séance d'éveil musculaire pleine d'énergie et de bonne humeur.

- **Service** Scénique
- € Gratuit.



CARDIO TRAINING - MERCREDI 22 OCTOBRE

Mercredi 22 Octobre / 10h30-11h15

Le cardio training, également connu sous le nom d'exercice cardiovasculaire, est une forme d'activité physique rythmique qui permet d'augmenter votre fréquence cardiaque dans votre zone cible de fréquence cardiaque.

- ♀ La Dova
- € Gratuit.



BALADE INTERMÉDIAIRE - MERCREDI 22 OCTOBRE

Mercredi 22 Octobre / 10h30-12h

Balade intermédiaire

- Devant l'Office de Tourisme
- **€** Gratuit.





CONCOURS DE BELOTE (VENIR EN BINÔME) - MERCREDI 22 OCTOBRE

Mercredi 22 Octobre / 14h-16h

Participez au Concours de Belote! Êtes-vous prêt à relever un défi amusant et convivial? Nous avons le plaisir de vous inviter à notre Concours de Belote qui aura lieu au petit chalet du parc thermal!

- Petit Chalet du parc Thermal
- **€** Tarif unique : 2 €.



GYM SUR CHAISE - MERCREDI 22 OCTOBRE

Mercredi 22 Octobre / 14h30-15h15

Venez profiter d'une activité bien-être originale et accessible à tous : la gym sur chaise !

- **♀** Kiosque du Parc Thermal
- € Gratuit.



ATELIER MISSION RELOOKING: DES FORMES ET DU STYLE! AVEC COPINES DE STYLE- MERCREDI 22 OCTOBRE

Mercredi 22 Octobre / 16h-17h

Découvrez tous les secrets pour vous mettre en valeur!

- Salle d'exposition
- € Tarif unique : 16 €.



BAL ANIMÉ PAR GILLES FRANCONY -MERCREDI 22 OCTOBRE

Mercredi 22 Octobre / 16h30-18h

Venez danser et chanter au bal pour des moments de plaisir!

- **♀** Kiosque du Parc Thermal
- **€** Gratuit.



ATELIER RÉVEIL D'OBJECTIF PEACE AVEC CÉLINE - RÉFLEXES73 JEUDI 23 OCTOBRE

Jeudi 23 Octobre / 7h30-8h30

Parfait pour tenir un cap fixé. Le premier pas vers un changement durable en douceur.

- Petit Chalet du parc Thermal
- € Tarif unique : 22 €.



EVEIL - JEUDI 23 OCTOBRE

Jeudi 23 Octobre / 9h-9h30

Rejoignez-nous pour une séance d'éveil musculaire pleine d'énergie et de bonne humeur.

- **♀** Kiosque du Parc Thermal
- **€** Gratuit.



ATELIER MOBILITÉ AVEC AUDE - JEUDI 23 OCTOBRE

Jeudi 23 Octobre / 9h-10h

Rejoignez-nous chaque jeudi de 9h à 10h pour un atelier de mobilité revitalisant !

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 10 €.



CONFÉRENCE N° 1 AVEC AUDE - JEUDI 23 OCTOBRE

Jeudi 23 Octobre / 10h-11h

Conférence : Comment la connaissance de soi peut-elle influencer votre vitalité ? Ouverte à tous, vous plongera dans l'univers fascinant de la connaissance de soi et son impact sur votre vitalité physique, émotionnelle, mentale et intuitive.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



MARCHE NORDIQUE - JEUDI 23 OCTOBRE

Jeudi 23 Octobre / 10h30-12h

Marche Nordique : Joie et Partage en Plein Air ! (inscription à l'accueil de l'Office de Tourisme)

Devant l'Office de Tourisme

& Gratuit. (inscription à l'accueil de l'Office de Tourisme).



CONCOURS DE TAROT - JEUDI 23 OCTOBRE

Jeudi 23 Octobre / 14h-16h

Participez au Concours de Tarot! Étes-vous prêt à relever un défi amusant et convivial? Nous avons le plaisir de vous inviter à notre Concours de Tarot qui aura lieu au petit chalet du parc thermal!

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 2 €.



PÉTANQUE LIBRE - JEUDI 23 OCTOBRE

Jeudi 23 Octobre / 14h-17h

Vous souhaitez vous amuser avec vos amis autour d'une partie de pétanque ? Le terrain est à vous !

Buvette du Parc

€ Gratuit.



GYM - JEUDI 23 OCTOBRE

Jeudi 23 Octobre / 14h30-15h30

Ensemble d'activités de mise en forme, comprenant du renforcement musculaire et cardio sur musique.

♀ Kiosque du Parc Thermal

& Gratuit. Rendez-vous au kiosque environ 5 minutes avant le début de l'activité.



GYM SUR TAPIS - VENDREDI 24 OCTOBRE

Vendredi 24 Octobre / 9h-9h45

Invitation à une Gym sur tapis à la salle de Dova!

La Dova

€ Gratuit.





BALADE DOUCE - VENDREDI 24 OCTOBRE

Vendredi 24 Octobre / 10h30-12h

Balade Douce : Une Évasion Enchantée !

• Mairie

€ Gratuit.



BALADE INTERMÉDIAIRE -VENDREDI 24 OCTOBRE

Vendredi 24 Octobre / 14h-15h30

Balade autour de Brides-les-Bains sur un rythme intermédiaire à la découverte des splendides panorama.

Mairie

& Gratuit. Rendez-vous devant l'Office de Tourisme environ 5 minutes avant le début de l'activité.





ACTIVITÉ COUTURE AVEC DANY, CRÉEZ VOTRE TURBAN - VENDREDI 24 OCTOBRE

Vendredi 24 Octobre / 14h-16h

Vous cherchez une activité créative et amusante? Ne manquez pas notre atelier couture animé par la talentueuse Dany! Ce vendredi, de 14h à 16h, venez réaliser un magnifique turban coloré!

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 28 €.



RELAX / STRETCH - VENDREDI 24 OCTOBRE

Vendredi 24 Octobre / 14h30-15h15

Venez vous détendre avec notre séance gratuite Relax/Stretch à la Salle de la Dova!

♀ La Dova

€ Gratuit.





SOPHROLOGIE DE GROUPE AVEC CHRISTINE - VENDREDI 24 OCTOBRE

Vendredi 24 Octobre / 18h15-19h45

Sophrologie de groupe : votre rendez-vous bien-être ! Découvrez les bienfaits de la sophrologie grâce à des exercices simples et efficaces. Réduisez le stress, améliorez votre sommeil et boostez votre énergie.

Salle d'exposition



SCULPTURE SUR BOIS AVEC CLAUDE - DIMANCHE 26 OCTOBRE (MATIN)

Dimanche 26 Octobre / 9h-12h

Vous cherchez une activité amusante et créative pour ce week-end? Ne manquez pas notre atelier de sculpture sur bois qui se déroulera ce dimanche de 9h à 12h, animé par notre talentueux Claude!

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 50 €.



ATELIER MÉDITATION OLFACTIVE AVEC CHRISTINE - DIMANCHE 26 OCTOBRE

Dimanche 26 Octobre / 14h-16h30

L'olfact est un sens puissant, directement lié à nos émotions et à notre mémoire. Cet atelier vous propose de découvrir les bienfaits de la méditation olfactive associée à la chromothérapie pour un voyage sensoriel unique.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 35 €.



SCULPTURE SUR BOIS AVEC CLAUDE - DIMANCHE 26 OCTOBRE (APRÈS-MIDI)

Dimanche 26 Octobre / 14h-17h

Vous cherchez une activité amusante et créative pour ce week-end? Ne manquez pas notre atelier de sculpture sur bois qui se déroulera ce dimanche de 14h à 17h, animé par notre talentueux Claude!

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 50 €.



JEUX DE SOCIÉTÉ ENTRE AMIS OU EN FAMILLE - DIMANCHE 26 OCTOBRE

Dimanche 26 Octobre / 14h-17h30

Ne savez-vous pas quoi faire de votre après-midi? Venez profiter d'un moment convivial à la salle d'exposition de la mairie! Que ce soit entre amis ou en famille, cet endroit est parfait pour passer un bon moment tous les dimanches de 14h à 17h30

Salle d'exposition

€ Gratuit.



BAL ANIMÉ PAR FABIEN BLANC -DIMANCHE 26 OCTOBRE

Dimanche 26 Octobre / 16h30-18h

Venez danser et chanter au bal pour des moments de plaisir!

♀ Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



RÉVEIL MATINAL AVEC AUDE - LUNDI 27 OCTOBRE

Lundi 27 Octobre / 9h-10h

Réveil Matinal Animé par Aude : Éveillez Votre Corps et Esprit! Rejoignez-nous ce lundi de 9h à 10h pour une séance revitalisante animée par Aude, votre guide vers un quotidien plus serein et positif.

Petit Chalet du parc Thermal



BALADE INTERMÉDIAIRE -LUNDI 27 OCTOBRE

Lundi 27 Octobre / 10h30-12h

Balade autour de Brides-les-Bains sur un rythme intermédiaire à la découverte des splendides panorama.

Mairie

& Gratuit. Rendez-vous devant l'Office de Tourisme environ 5 minutes avant le début de l'activité.



RELAX / STRETCH - LUNDI 27 OCTOBRE

Lundi 27 Octobre / 11h15-12h

Venez vous détendre avec notre séance gratuite Relax/Stretch à la Salle de la Dova!

• La Dova

€ Gratuit.



ATELIER MANDALA SACRÉ AVEC CHRISTINE - LUNDI 27 OCTOBRE

Lundi 27 Octobre / 13h30-15h30

Venez découvrir le mandala sacré! Le mandala, symbole universel de l'unité et de l'harmonie, est un outil puissant pour exprimer ses émotions et ses pensées.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



GYM SUR TAPIS - LUNDI 27 OCTOBRE

Lundi 27 Octobre / 14h-14h45

Session gym sur tapis! Si vous êtes à Brides-les-Bains, ne manquez pas notre cours de gym sr tapis qui aura lieu de 14h à 14h45 à la salle de la Dova.

• La Dova

& Gratuit. Rendez-vous à la salle de la Dova environ 5 minutes avant le début de l'activité.



BALADE DOUCE - LUNDI 27 OCTOBRE

Lundi 27 Octobre / 14h-15h30

Balade Douce autour de Brides : Une Évasion Enchantée!

Mairie

€ Gratuit.



ATELIER MANDALA COLLAGE ET ÉCRITURE AVEC CHRISTINE - LUNDI 27 OCTOBRE

Lundi 27 Octobre / 15h30-17h30

Voyage au cœur de votre créativité : atelier mandala collage et écriture" Le mandala, symbole universel de l'unité et de l'harmonie, est un outil puissant pour exprimer ses émotions et ses pensées.

Petit Chalet du parc Thermal



ATELIER SPÉCIAL MINCEUR ET BEAUTÉ AVEC ISABELLE - LUNDI 27 OCTOBRE

Lundi 27 Octobre / 18h-19h

Votre Bien-Être avec les Huiles Essentielles et les Plantes Médicinales spécial Minceur et Beauté

- Petit Chalet du parc Thermal
- € Tarif unique : 15 €.





APPRENEZ À CONFECTIONNER VOTRE TROUSSE DE SECOURS À BASE D'HUILES ESSENTIELLES AVEC ISABELLE - LUNDI 27 OCTOBRE

Lundi 27 Octobre / 19h15-20h15

Apprenez à confectionner votre Trousse de Secours indispensable à base d'huiles essentielles

- Petit Chalet du parc Thermal
- € Tarif unique : 15 €.



GYM - MARDI 28 OCTOBRE

Mardi 28 Octobre / 9h-10h

Invitation à une Gvm au Parc Thermal!

- Kiosque du Parc Thermal
- € Gratuit.





BALADE DOUCE - MARDI 28 OCTOBRE

Mardi 28 Octobre / 10h30-12h

Balade Douce : Une Évasion Enchantée !

- Mairie
- € Gratuit.



ATELIER ÉPICES ET ARÔMES AVEC CAROLINE - MARDI 28 OCTOBRE

Mardi 28 Octobre / 12h30-14h

Éveillez vos sens et révolutionnez votre cuisine!

- Petit Chalet du parc Thermal
- **€** Tarif unique : 2 €.



GYM - MARDI 28 OCTOBRE

Mardi 28 Octobre / 14h-14h45

Invitation à une Gym au kiosque du parc thermal!

- **♀** Kiosque du Parc Thermal
- **€** Gratuit.



BALADE INTENSE - MARDI 28 OCTOBRE

Mardi 28 Octobre / 14h-15h30

Balade intense autour de Brides!

Devant l'Office de Tourisme

€ Gratuit.



ATELIER MANDALA "FLEUR DE VIE ET GÉOMÉTRIE SACRÉE" AVEC CHRISTINE - MARDI 28 OCTOBRE

Mardi 28 Octobre / 15h30-17h30

Libérez votre créativité et harmonisez votre intérieur grâce à la fleur de vie! La fleur de vie, symbole universel de la création, possède des propriétés vibratoires particulièrement harmonisantes.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



DÉMONSTRATION DE CUISINE AVEC MARTINE - MARDI 28 OCTOBRE

Mardi 28 Octobre / 18h-19h30

Venez découvrir l'art de la cuisine légère avec Martine!

• La Maison de Marielle

€ Tarif unique : 2 €.







ATELIER EXPRESS 1 : LES DIFFICULTÉS DE MOUVEMENTS VUES PAR LES RÉFLEXES ARCHAÏQUES AVEC CÉLINE - RÉFLEXES73 MERCREDI 29 OCTOBRE

Mercredi 29 Octobre / 7h30-8h

Parfait pour les planning serrés Idéal pour tous curieux Conçu pour ceux qui veulent avancer.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 10 €.



ATELIER EXPRESS 2 : LES DIFFICULTÉS DE LA VIE ÉMOTIONNELLE VU PAR LES RÉFLEXES ARCHAÏQUES AVEC CÉLINE - RÉFLEXES 73 MERCREDI 29 OCTOBRE

Mercredi 29 Octobre / 8h-8h30

Parfait pour les planning serrés Idéal pour tous curieux Conçu pour ceux qui veulent avancer.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 10 €.





GYM - MERCREDI 29 OCTOBRE

Mercredi 29 Octobre / 9h-10h

Invitation à une Gym à l'espace scénique!

Service Scénique



BALADE INTERMÉDIAIRE - MERCREDI 29 OCTOBRE

Mercredi 29 Octobre / 10h30-12h

Balade intermédiaire

- Devant l'Office de Tourisme
- € Gratuit.





CONCOURS DE BELOTE (VENIR EN BINÔME) - MERCREDI 29 OCTOBRE

Mercredi 29 Octobre / 14h-16h

Participez au Concours de Belote! Êtes-vous prêt à relever un défi amusant et convivial? Nous avons le plaisir de vous inviter à notre Concours de Belote qui aura lieu au petit chalet du parc thermal!

- Petit Chalet du parc Thermal
- **€** Tarif unique : 2 €.



GYM SUR CHAISE - MERCREDI 29 OCTOBRE

Mercredi 29 Octobre / 14h30-15h15

Venez profiter d'une activité bien-être originale et accessible à tous : la gym sur chaise!

- **♀** Kiosaue du Parc Thermal
- € Gratuit.



BAL ANIMÉ PAR SANDRINE LION -MERCREDI 29 OCTOBRE

Mercredi 29 Octobre / 16h30-18h

Venez danser et chanter au bal pour des moments de plaisir!

- **♀** Kiosque du Parc Thermal
- € Gratuit.





ATELIER RÉVEIL D'OBJECTIF PEACE AVEC CÉLINE - RÉFLEXES73 JEUDI 30 OCTOBRE

Jeudi 30 Octobre / 7h30-8h30

Parfait pour tenir un cap fixé. Le premier pas vers un changement durable en douceur.

- Petit Chalet du parc Thermal
- € Tarif unique : 22 €.



EVEIL - JEUDI 30 OCTOBRE

Jeudi 30 Octobre / 9h-9h30

Rejoignez-nous pour une séance d'éveil musculaire pleine d'énergie et de bonne humeur.

- **♀** Kiosque du Parc Thermal
- € Gratuit.



ATELIER MOBILITÉ AVEC AUDE - JEUDI 30 OCTOBRE

Jeudi 30 Octobre / 9h-10h

Rejoignez-nous chaque jeudi de 9h à 10h pour un atelier de mobilité revitalisant !

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 10 €.



CONFÉRENCE N° 2 AVEC AUDE - JEUDI 30 OCTOBRE

Jeudi 30 Octobre / 10h-11h

Conférence : L'amour de soi au service de votre épanouissement Cette conférence accessible à tous promet d'être un moment d'échange enrichissant autour d'un thème essentiel : l'amour de soi.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



MARCHE NORDIQUE - JEUDI 30 OCTOBRE

Jeudi 30 Octobre / 10h30-12h

Marche Nordique : Joie et Partage en Plein Air ! (inscription à l'accueil de l'Office de Tourisme)

Devant l'Office de Tourisme

& Gratuit. (inscription à l'accueil de l'Office de Tourisme).



CONCOURS DE TAROT - JEUDI 30 OCTOBRE

Jeudi 30 Octobre / 14h-16h

Participez au Concours de Tarot! Étes-vous prêt à relever un défi amusant et convivial? Nous avons le plaisir de vous inviter à notre Concours de Tarot qui aura lieu au petit chalet du parc thermal!

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 2 €.



PÉTANQUE LIBRE - JEUDI 30 OCTOBRE

Jeudi 30 Octobre / 14h-17h

Vous souhaitez vous amuser avec vos amis autour d'une partie de pétanque ? Le terrain est à vous !

Buvette du Parc

€ Gratuit.



GYM - JEUDI 30 OCTOBRE

Jeudi 30 Octobre / 14h30-15h30

Ensemble d'activités de mise en forme, comprenant du renforcement musculaire et cardio sur musique.

♀ Kiosque du Parc Thermal

© Gratuit. Rendez-vous au kiosque environ 5 minutes avant le début de l'activité.



GYMSURTAPIS-VENDREDI31OCTOBRE

Vendredi 31 Octobre / 9h-9h45

Invitation à une Gym sur tapis à la salle de Dova!

♀ La Dova

€ Gratuit.





BALADE DOUCE - VENDREDI 31 OCTOBRE

Vendredi 31 Octobre / 10h30-12h

Balade Douce : Une Évasion Enchantée !

Mairie

€ Gratuit.





ACTIVITÉ COUTURE AVEC DANY, CRÉEZ VOTRE TROUSSE DE TOILETTE -VENDREDI 31 OCTOBRE

Vendredi 31 Octobre / 14h-16h

Vous cherchez une activité créative et amusante? Ne manquez pas notre atelier couture animé par la talentueuse Dany! Ce vendredi, de 14h à 16h, venez réaliser une magnifique trousse de toilette qui vous accompagnera partout.

Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 28 €.



RELAX / STRETCH - VENDREDI 31 OCTOBRE

Vendredi 31 Octobre / 14h30-15h15

Venez vous détendre avec notre séance gratuite Relax/Stretch à la Salle de la Dova!

• La Dova

€ Gratuit.



SOPHROLOGIE DE GROUPE AVEC CHRISTINE - VENDREDI 31 OCTOBRE

Vendredi 31 Octobre / 18h15-19h45

Sophrologie de groupe : votre rendez-vous bien-être ! Découvrez les bienfaits de la sophrologie grâce à des exercices simples et efficaces. Réduisez le stress, améliorez votre sommeil et boostez votre énergie.

♀ Salle d'exposition