

D'ANIMATIONS PROGRAMME

Du 23 mars au 13 avril 2026

 brides les bains



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 scannant le QR code.



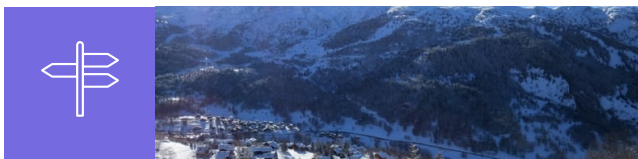
VENIR À BRIDES-LES-BAINS

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



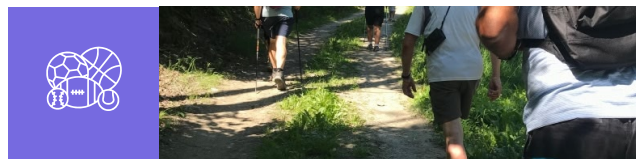
SORTIE RAQUETTE AVEC NICOLAS, LES MULTIPLES FACETTES DU PLANTIN - LUNDI 23 MARS

Lundi 23 Mars / 8h45-12h30

RAQUETTE DE DECOUVERTE ET DE DETENTE

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Tarif unique : 39 €.



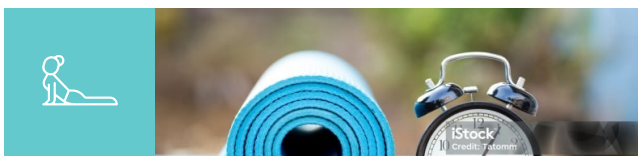
BALADE INTERMÉDIAIRE - LUNDI 23 MARS

Lundi 23 Mars / 14h-15h30

Balade intermédiaire !

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Gratuit.



EVEIL - LUNDI 23 MARS

Lundi 23 Mars / 9h30-10h

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

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



CONFÉRENCE DES THERMES "MANGER, TOUTE UNE HISTOIRE !" - LUNDI 23 MARS

Lundi 23 Mars / 17h-18h

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



ZUMBA & RENFORCEMENT MUSCULAIRE - LUNDI 23 MARS

Lundi 23 Mars / 12h-12h45

Séance de Zumba & renforcement musculaire !

📍 La Dova

€ Gratuit.



CONFÉRENCE DES THERMES "L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE, TROUVEZ VOS REPÈRES !" - MARDI 24 MARS

Mardi 24 Mars / 11h-12h

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



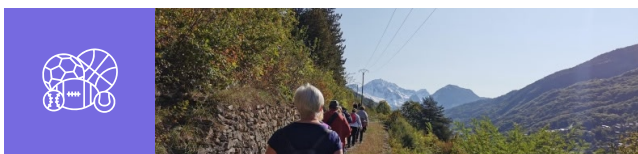
GYM - MARDI 24 MARS

Mardi 24 Mars / 11h-12h

Invitation à une Gym Joyeuse au Parc Thermal !

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



BALADE DOUCE - MARDI 24 MARS

Mardi 24 Mars / 14h-15h30

Balade Douce : Une Évasion Enchantée !

📍 Mairie

€ Gratuit.



CONFÉRENCE DES THERMES "OPTIMISEZ VOTRE CURE" - MARDI 24 MARS

Mardi 24 Mars / 15h-15h45

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



MARCHÉ DE BRIDES-LES-BAINS - MERCREDI 25 MARS

Mercredi 25 Mars / 8h-13h

Marché hebdomadaire de Brides-les-Bains

📍 Parc Thermal

€ Accès libre.



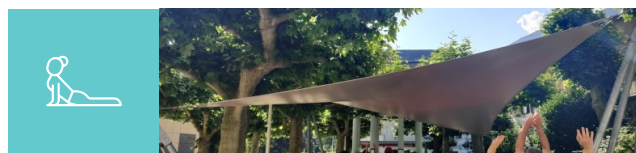
SORTIE RAQUETTE AVEC NICOLAS, REFLETS ET LACS DE LA ROSIÈRE - MERCREDI 25 MARS

Mercredi 25 Mars / 8h35-12h30

RAQUETTE NATURE & EVASION

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Tarif unique : 39 €.



GYM - MERCREDI 25 MARS

Mercredi 25 Mars / 10h15-11h

Invitation à une Gym Joyeuse au Parc Thermal !

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



STRETCH DEBOUT - MERCREDI 25 MARS

Mercredi 25 Mars / 11h-11h30

Venez vous étirer au parc thermal !

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



CONFÉRENCE DES THERMES "TOUT CE QUE VOUS AVEZ TOUJOURS VOULU SAVOIR SUR LES SUCRES" - MERCREDI 25 MARS

Mercredi 25 Mars / 11h-12h

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous à la salle des conférences du centre thermal.



BALADE INTENSE - MERCREDI 25 MARS

Mercredi 25 Mars / 14h-15h30

Balade intense

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Gratuit.

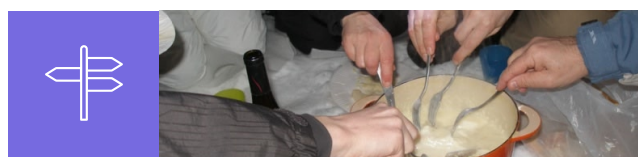


CONFÉRENCE DES THERMES "OPTIMISEZ VOTRE CURE" - MERCREDI 25 MARS

Mercredi 25 Mars / 15h-15h45

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



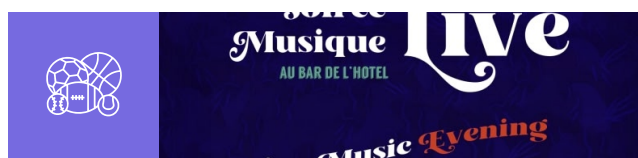
SOIRÉE INSOLITE EN RAQUETTE AVEC NICOLAS, FONDUE DANS UN IGLOO OU TIPI - MERCREDI 25 MARS

Mercredi 25 Mars / 18h30-23h

Une soirée originale unique dans la vallée de Méribel et des 3 Vallées Un effort d'environ 3/4 - 1 d'heure pour arriver à l'igloo (Naturel), ou Tipi

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Tarif unique : 73 €.



SOIRÉE MUSIQUE AU B&B HOME AVEC MADEMOISELLE FAUSTINE - MERCREDI 25 MARS

Mercredi 25 Mars / 19h-20h30

Le B&B Home a le plaisir d'accueillir un concert de Mademoiselle Faustine le mercredi 25 mars, de 19h00 à 20h30, dans l'ambiance conviviale de son bar. Cet événement est entièrement gratuit et ouvert à tous (clients de l'hôtel comme public extérieur).

📍 B&B Home Brides-les-Bains 3 Vallées

€ Accès libre.



INFOS BIBLIOTHÈQUE

EMPRUNT
POSSIBLE AVEC
ABONNEMENT

**Ouvert tous les jours
De 9h à 12h et de 13h à 18h**

Une sélection de quotidiens français,
livres, magazines, BD, livres et
magazines Jeunesse, jeux de société et
prix littéraires. Ordinateur et réseau
Wi-Fi à disposition.

Locaux de l'Office du tourisme,
2 place du Centenaire
04.79.55.20.64

contact@brides-les-bains.com



EVEIL - JEUDI 26 MARS

Jeudi 26 Mars / 9h30-10h

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

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



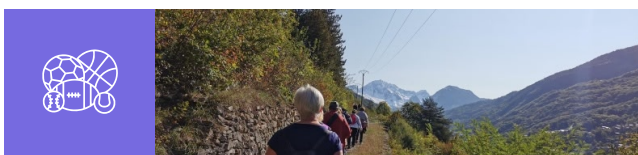
GYM - JEUDI 26 MARS

Jeudi 26 Mars / 14h-14h45

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 DOUCE - JEUDI 26 MARS

Jeudi 26 Mars / 10h30-12h

Balade Douce : Une Évasion Enchantée !

📍 Mairie

€ Gratuit.



CONCOURS DE TAROT - JEUDI 26 MARS

Jeudi 26 Mars / 14h-16h

Participez au Concours de Tarot ! Êtes-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 €.



CONFÉRENCE DES THERMES "ARTHROSE, POIDS, ALIMENTATION ET ACTIVITÉ PHYSIQUE" - JEUDI 26 MARS

Jeudi 26 Mars / 11h-12h

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



CONCERT VIN CHAUD BLANC - JEUDI 26 MARS

Jeudi 26 Mars / 17h-19h

Venez profitez du concert du Dj Clément Libéros avec vin blanc chaud offert ce jeudi à partir de 17h !

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Gratuit.



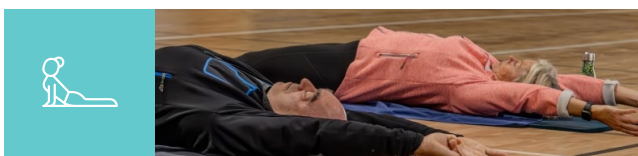
SÉANCE DE PILATES - VENDREDI 27 MARS

Vendredi 27 Mars / 10h15-11h

Claire vous propose d'ajouter une séance de Pilates, relaxation, stretch à votre liste d'activités à faire pendant votre séjour ou votre week-end à la montagne. Les vacances à Brides-les-Bains sont l'occasion de s'accorder une pause détente bien méritée.

📍 La Dova

€ Gratuit.



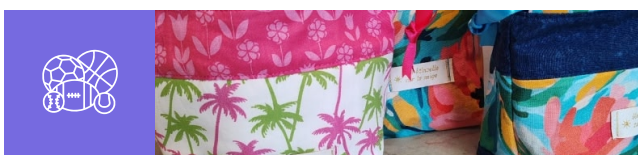
RELAX / STRETCH - VENDREDI 27 MARS

Vendredi 27 Mars / 14h30-15h15

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

📍 La Dova

€ Gratuit.



ACTIVITÉ COUTURE AVEC DANY, CRÉEZ VOTRE POCHON À MAQUILLAGE - VENDREDI 27 MARS

Vendredi 27 Mars / 16h30-18h30

Vous cherchez une activité créative et amusante ? Ne manquez pas notre atelier couture animé par la talentueuse Dany ! Ce vendredi, de 16h30 à 18h30, venez réaliser votre magnifique pochon de maquillage.

📍 Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 30 €.



SORTIE RAQUETTE AVEC NICOLAS, REFLETS ET LACS DE LA ROSIÈRE - SAMEDI 28 MARS

Samedi 28 Mars / 8h35-12h30

RAQUETTE NATURE & EVASION

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Tarif unique : 39 €.



ÉCRIRE ET ACCUEILLIR AVEC ANITA - DIMANCHE 29 MARS

Dimanche 29 Mars / 9h30-12h

ECRIRE ET (AC)CUEILLIR... « On écrit pour raconter, non pour prouver » Quintilien

📍 Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 39 €.



SE RELIER À SOI PAR LE MODELAGE DE LA TERRE AVEC ANITA - DIMANCHE 29 MARS

Dimanche 29 Mars / 14h-17h

SE RELIER A SOI PAR LE MODELAGE DE LA TERRE "Il saisit la motte d'argile, lui imprime un mouvement, mélange de force et de tendresse, dans un geste qui est à la fois discipline et liberté." auteur inconnu

📍 Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 45 €.



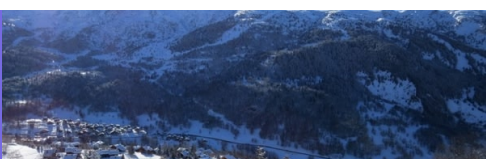
CONCERT VIN CHAUD ROUGE - DIMANCHE 29 MARS

Dimanche 29 Mars / 17h-19h

Welcome to Brides-les-Bains ! Vous venez de rejoindre notre station ? Venez fêter votre arrivée en musique avec le groupe And'Joy. Vin rouge chaud offert à partir de 17h !

📍 *Devant l'Office de Tourisme*

€ *Gratuit.*



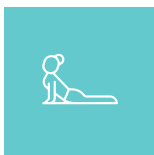
SORTIE RAQUETTE AVEC NICOLAS, LES MULTIPLES FACETTES DU PLANTIN - LUNDI 30 MARS

Lundi 30 Mars / 8h45-12h30

RAQUETTE DE DECOUVERTE ET DE DETENTE

📍 *Devant l'Office de Tourisme*

€ *Tarif unique : 39 €.*



GYM TAPIS/STEP - LUNDI 30 MARS

Lundi 30 Mars / 10h15-11h

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

📍 *La Dova*

€ *Gratuit.*



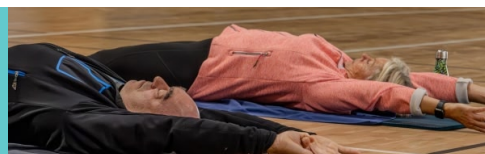
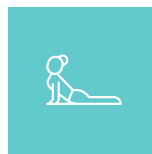
BALADE DOUCE - GORGES AUX PIGEONS - LUNDI 30 MARS

Lundi 30 Mars / 10h30-12h

Balade Douce à la Gorge aux Pigeons : Une Évasion Enchantée !

📍 *Mairie*

€ *Gratuit.*



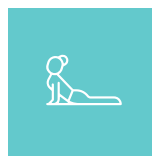
RELAX / STRETCH - LUNDI 30 MARS

Lundi 30 Mars / 11h15-12h

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

📍 *La Dova*

€ *Gratuit.*



ZUMBA & RENFORCEMENT MUSCULAIRE - LUNDI 30 MARS

Lundi 30 Mars / 12h15-13h

Séance de Zumba & renforcement musculaire !

📍 *La Dova*

€ *Gratuit.*



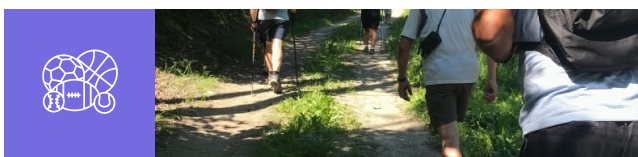
SÉANCE DE PILATES - LUNDI 30 MARS

Lundi 30 Mars / 14h-14h45

Claire vous propose d'ajouter une séance de Pilates, relaxation, stretch à votre liste d'activités à faire pendant votre séjour ou votre week-end à la montagne. Les vacances à Brides-les-Bains sont l'occasion de s'accorder une pause détente bien méritée.

📍 La Dova

€ Gratuit.



BALADE INTERMÉDIAIRE - LUNDI 30 MARS

Lundi 30 Mars / 14h-15h30

Balade intermédiaire !

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Gratuit.



RÉFLEXOLOGIE AVEC VALÉRIE - LUNDI 30 MARS

Lundi 30 Mars / 16h45-17h45

Rejoignez-nous pour un atelier de réflexologie !

📍 Salle d'exposition

€ Tarif unique : 13 €.



CONFÉRENCE DES THERMES "LE SOMMEIL ET MOI" - LUNDI 30 MARS

Lundi 30 Mars / 17h-18h

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



LINE DANCE AVEC VALÉRIE - LUNDI 30 MARS

Lundi 30 Mars / 18h-19h

Participez à la Line Dance avec Valérie !

📍 Salle d'exposition

€ Tarif unique : 13 €.



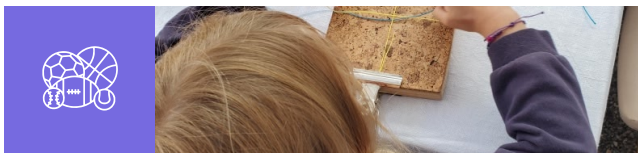
DANSE AFRO - MARDI 31 MARS

Mardi 31 Mars / 10h-11h

Découvrez la Danse Afro avec notre Animatrice Énergique !

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



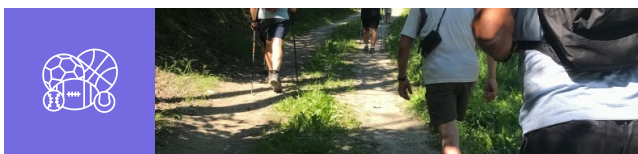
ATELIER MICRO-MACRAMÉ AVEC CLEM, CRÉATION BRACELET OU PORTE-CLÉ - MARDI 31 MARS (MATIN)

Mardi 31 Mars / 10h-12h

Découvrez l'atelier de micro macramé avec Clémentine ! Vous cherchez une activité créative qui allie plaisir et convivialité ? Rejoignez Clémentine pour un atelier de micro macramé où vous aurez l'occasion de créer des bijoux uniques qui vous ressemblent

 Bibliothèque

 Tarif unique : 35 €.



BALADE INTERMÉDIAIRE - MARDI 31 MARS

Mardi 31 Mars / 10h30-12h

Balade intermédiaire !

 Devant l'Office de Tourisme

 Gratuit.



STRETCH DEBOUT - MARDI 31 MARS

Mardi 31 Mars / 11h-11h30

Venez vous étirer au parc thermal !

 Kiosque du Parc Thermal


 Gratuit.

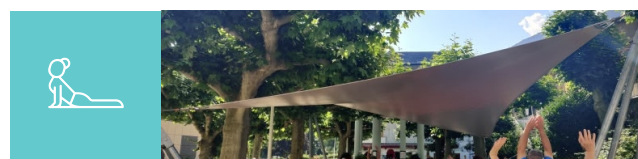


CONFÉRENCE DES THERMES "LE STRESS ET SA GESTION" - MARDI 31 MARS

Mardi 31 Mars / 11h-12h

 Thermes de Brides-les-Bains

 Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



GYM - MARDI 31 MARS

Mardi 31 Mars / 14h-14h45

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.



CONCOURS DE BELOTE (VENIR EN BINÔME) - MARDI 31 MARS

Mardi 31 Mars / 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 €.



ATELIER MICRO-MACRAMÉ AVEC CLEM, CRÉEZ VOTRE COLLIER - MARDI 31 MARS (APRÈS-MIDI)

Mardi 31 Mars / 14h30-16h30

Découvrez l'atelier de micro macramé avec Clémentine ! Vous cherchez une activité créative qui allie plaisir et convivialité ? Rejoignez Clémentine pour un atelier de micro macramé où vous aurez l'occasion de créer des bijoux uniques qui vous ressemblent

 Bibliothèque

 Tarif unique : 50 €.



EQUILIBRE MOBILITÉ - MARDI 31 MARS

Mardi 31 Mars / 15h-15h30

Ce cours vise à améliorer la stabilité, la coordination et la fluidité des mouvements. A travers des exercices progressifs, vous renforcez les muscles profonds, développez votre mobilité articulaire et gagnez en aisance au quotidien.

 Kiosque du Parc Thermal

 Gratuit.



CONFÉRENCE DES THERMES "OPTIMISEZ VOTRE CURE" - MARDI 31 MARS

Mardi 31 Mars / 15h-15h45

 Thermes de Brides-les-Bains

 Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



INITIATION PLEINE PRÉSENCE AVEC FRANÇOISE MARCEAU THÈME 1 - MARDI 31 MARS

Mardi 31 Mars / 18h-19h30

Détendez-vous et ressourcez-vous avec la Pleine Présence Découvrez les bienfaits de la méditation guidée avec Françoise Marceau.

 Petit Chalet du parc Thermal

 Tarif unique : 12 €.



MARCHÉ DE BRIDES-LES-BAINS - MERCREDI 01 AVRIL

Mercredi 1 Avril / 8h-13h

Marché hebdomadaire de Brides-les-Bains

 Parc Thermal

 Accès libre.



SORTIE RAQUETTE AVEC NICOLAS, REFLETS ET LACS DE LA ROSIÈRE - MERCREDI 01 AVRIL

Mercredi 1 Avril / 8h35-12h30

RAQUETTE NATURE & EVASION

 Devant l'Office de Tourisme

 Tarif unique : 39 €.



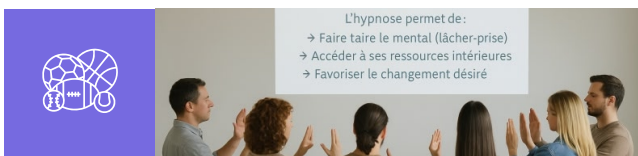
GYM - MERCREDI 1ER AVRIL

Mercredi 1 Avril / 9h-10h

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

📍 Espace scénique

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



L'hypnose permet de:
→ Faire taire le mental (lâcher-prise)
→ Accéder à ses ressources intérieures
→ Favoriser le changement désiré

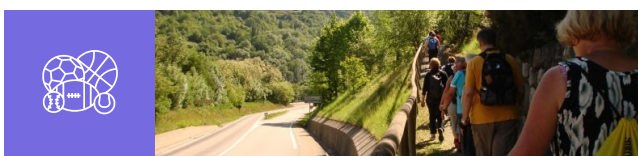
ATELIER AUTO-HYPNOSE AVEC SYLVIA - MERCREDI 01 AVRIL

Mercredi 1 Avril / 9h-12h

Atelier Auto-Hypnose – Gagnez en légèreté, en calme et en autonomie

📍 Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 45 €.



BALADE INTERMÉDIAIRE/INTENSE - MERCREDI 01 AVRIL

Mercredi 1 Avril / 10h-12h

Balade intense

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Gratuit.



SÉANCE DE PILATES - MERCREDI 1 AVRIL

Mercredi 1 Avril / 10h30-11h15

Claire vous propose d'ajouter une séance de Pilates, relaxation, stretch à votre liste d'activités à faire pendant votre séjour ou votre week-end à la montagne. Les vacances à Brides-les-Bains sont l'occasion de s'accorder une pause détente bien méritée.

📍 La Dova

€ Gratuit.



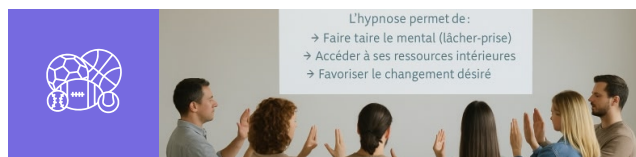
ATELIERS CRÉATIFS - MERCREDI 01 AVRIL

Mercredi 1 Avril / 14h-15h

Un moment ludique où les participants imaginent, découpent, collent et fabriquent de petites créations inspirées de l'hiver.

📍 Salle d'exposition

€ Gratuit.



L'hypnose permet de:
→ Faire taire le mental (lâcher-prise)
→ Accéder à ses ressources intérieures
→ Favoriser le changement désiré

ATELIER AUTO-HYPNOSE AVEC SYLVIA - MERCREDI 01 AVRIL

Mercredi 1 Avril / 14h-17h

Atelier Auto-Hypnose – Gagnez en légèreté, en calme et en autonomie

📍 Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 45 €.



GYM SUR CHAISE - MERCREDI 01 AVRIL

Mercredi 1 Avril / 14h30-15h15

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

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.

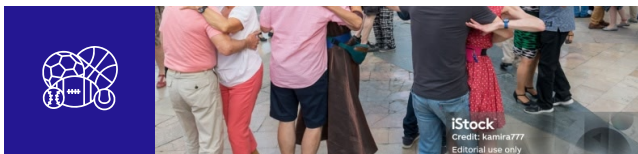


CONFÉRENCE DES THERMES "OPTIMISEZ VOTRE CURE" - MERCREDI 1ER AVRIL

Mercredi 1 Avril / 15h-15h45

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



BAL ANIMÉ PAR PHILIPPE LEMON - MERCREDI 01 AVRIL

Mercredi 1 Avril / 16h30-18h

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

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.

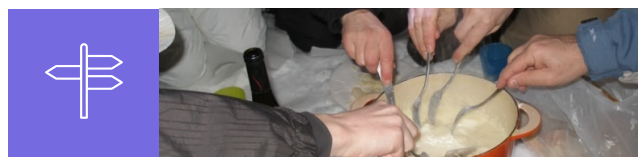


CONFÉRENCE DES THERMES "POURQUOI GROSSIT-ON?" - MERCREDI 1ER AVRIL

Mercredi 1 Avril / 17h-18h

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



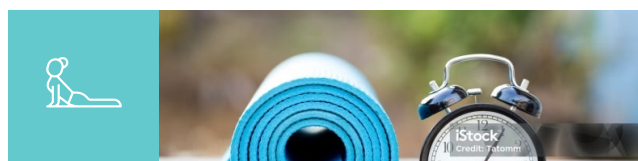
SOIRÉE INSOLITE EN RAQUETTE AVEC NICOLAS, FONDUE DANS UN IGLOO OU TIPI - MERCREDI 01 AVRIL

Mercredi 1 Avril / 18h30-23h

Une soirée originale unique dans la vallée de Méribel et des 3Vallées Un effort d'environ 3/4 - 1 d'heure pour arriver à l'igloo (Naturel), ou Tipi

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Tarif unique : 73 €.



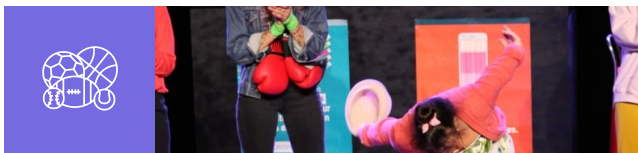
EVEIL - JEUDI 2 AVRIL

Jeudi 2 Avril / 9h30-10h

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

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



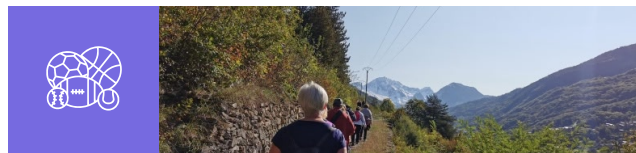
INITIATION THÉÂTRE - JEUDI 02 AVRIL

Jeudi 2 Avril / 10h-11h

L'initiation au théâtre avec Justine sur les thèmes de l'expression du corps, la confiance en soi et l'expression artistique est une activité innovante qui invite chaque participant à découvrir à libérer son potentiel créatif.

📍 *Cinéma Le Doron*

€ *Gratuit.*



BALADE DOUCE - SALINS-LES-THERMES - JEUDI 02 AVRIL

Jeudi 2 Avril / 14h-15h30

Balade Douce sur le sentier de Salins-les-Thermes : Une Évasion Enchantée !

📍 *Mairie*

€ *Gratuit.*



CONFÉRENCE DES THERMES "RÉUSSIR SON ACTIVITÉ PHYSIQUE DE RETOUR CHEZ SOI" - JEUDI 2 AVRIL

Jeudi 2 Avril / 11h-12h

📍 *Thermes de Brides-les-Bains*

€ *Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.*



CONCOURS DE TAROT - JEUDI 02 AVRIL

Jeudi 2 Avril / 14h-16h

Participez au Concours de Tarot ! Êtes-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 €.*



ZUMBA - JEUDI 02 AVRIL

Jeudi 2 Avril / 11h-12h

Séance de Zumba & renforcement musculaire !

📍 *Kiosque du Parc Thermal*

€ *Gratuit.*



PÉTANQUE LIBRE - JEUDI 02 AVRIL

Jeudi 2 Avril / 14h-17h

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

📍 *Buvette du Parc*

€ *Gratuit.*



PILATES SUR CHAISE - JEUDI 02 AVRIL

Jeudi 2 Avril / 14h30-15h15

Session de Pilates sur chaise ! Si vous êtes à Brides-les-Bains, ne manquez pas notre séance de Pilates sur chaise.

📍 *Kiosque du Parc Thermal*

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



CONFÉRENCE "REPRENDRE LE POUVOIR SUR SA VIE, SON POIDS ET SES RELATIONS" AVEC AUDE - JEUDI 02 AVRIL

Jeudi 2 Avril / 15h-16h

Perdre du poids... et si le vrai changement commençait à l'intérieur ?

📍 *Salle d'exposition*

€ *Tarif unique : 5 €.*



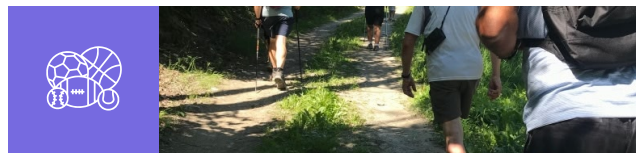
STRETCH DEBOUT - JEUDI 02 AVRIL

Jeudi 2 Avril / 16h-16h30

Venez vous étirer au parc thermal !

📍 *Kiosque du Parc Thermal*

€ *Gratuit.*



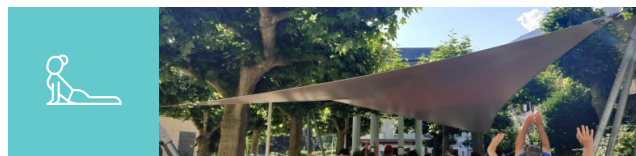
BALADE INTERMÉDIAIRE - MARDI 03 AVRIL

Vendredi 3 Avril / 10h-12h

Balade intermédiaire !

📍 *Devant l'Office de Tourisme*

€ *Gratuit.*



GYM - VENDREDI 3 AVRIL

Vendredi 3 Avril / 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.*



ATELIER ÉPICES ET ARÔMES AVEC CAROLINE - VENDREDI 03 AVRIL

Vendredi 3 Avril / 14h-15h30

Éveillez vos sens et révolutionnez votre cuisine !

📍 *Petit Chalet du parc Thermal*

€ *Tarif unique : 2 €.*



RELAX / STRETCH - VENDREDI 3 AVRIL

Vendredi 3 Avril / 14h30-15h15

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

📍 La Dova

€ Gratuit.



ACTIVITÉ COUTURE AVEC DANY, CRÉEZ VOTRE MASQUE DE SOMMEIL AVEC SON ÉTUI - VENDREDI 03 AVRIL

Vendredi 3 Avril / 16h30-18h30

Vous cherchez une activité créative et amusante ? Ne manquez pas notre atelier couture animé par la talentueuse Dany ! Ce vendredi, de 16h30 à 18h30, venez réaliser votre masque de sommeil avec son étui.

📍 Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 30 €.



SORTIE RAQUETTE AVEC NICOLAS, REFLETS ET LACS DE LA ROSIÈRE - SAMEDI 04 AVRIL

Samedi 4 Avril / 8h35-12h30

RAQUETTE NATURE & EVASION

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Tarif unique : 39 €.



RÊVE TA VIE ET VIS TES RÊVES AVEC ANITA - DIMANCHE 05 AVRIL

Dimanche 5 Avril / 9h30-12h30

REVE TA VIE ET VIS TES REVES « Fais de ta vie un rêve et d'un rêve une réalité » Antoine de Saint-Exupéry

📍 Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 45 €.



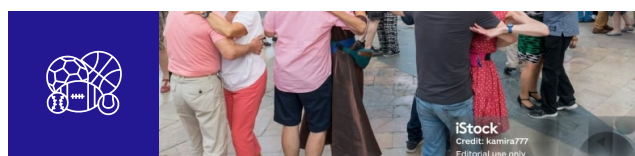
LE CHEMIN DES POSSIBLES AVEC ANITA - DIMANCHE 05 AVRIL

Dimanche 5 Avril / 14h-18h

LE CHEMIN DES POSSIBLES Jeu coopératif de développement personnel

📍 Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 49 €.



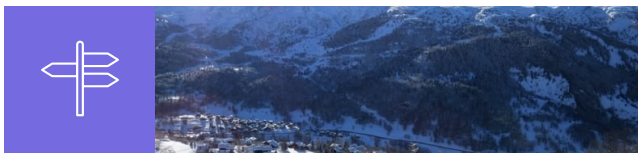
BAL ANIMÉ PAR PHIL BOUVIER - DIMANCHE 05 AVRIL

Dimanche 5 Avril / 16h30-18h

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

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



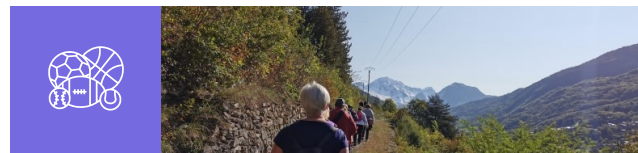
SORTIE RAQUETTE AVEC NICOLAS, LES MULTIPLES FACETTES DU PLANTIN - LUNDI 06 AVRIL

Lundi 6 Avril / 8h45-12h30

RAQUETTE DE DECOUVERTE ET DE DETENTE

📍 *Devant l'Office de Tourisme*

€ *Tarif unique : 39 €.*



BALADE DOUCE - GORGES AUX PIGEONS - LUNDI 6 AVRIL

Lundi 6 Avril / 10h30-12h

Balade Douce à la Gorge aux Pigeons : Une Évasion Enchantée !

📍 *Mairie*

€ *Gratuit.*



EVEIL - LUNDI 6 AVRIL

Lundi 6 Avril / 9h30-10h

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

📍 *Kiosque du Parc Thermal*

€ *Gratuit.*



CONFÉRENCE DES THERMES "MATIÈRES GRASSES, POIDS ET SANTÉ" - LUNDI 6 AVRIL

Lundi 6 Avril / 11h-12h

📍 *Thermes de Brides-les-Bains*

€ *Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.*



RELAX / STRETCH - LUNDI 6 AVRIL

Lundi 6 Avril / 10h15-11h

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

📍 *La Dova*

€ *Gratuit.*



SÉANCE DE PILATES - LUNDI 6 AVRIL

Lundi 6 Avril / 11h15-12h

Claire vous propose d'ajouter une séance de Pilates, relaxation, stretch à votre liste d'activités à faire pendant votre séjour ou votre week-end à la montagne. Les vacances à Brides-les-Bains sont l'occasion de s'accorder une pause détente bien méritée.

📍 *La Dova*

€ *Gratuit.*



ZUMBA & RENFORCEMENT MUSCULAIRE - LUNDI 06 AVRIL

Lundi 6 Avril / 12h15-13h

Séance de Zumba & renforcement musculaire !

📍 La Dova

€ Gratuit.



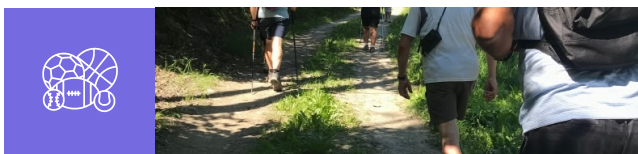
CIRCUIT TRAINING - LUNDI 6 AVRIL

Lundi 6 Avril / 14h-14h45

Le circuit training est une méthode d'entraînement intensif durant lequel on réalise plusieurs exercices cardio et de renforcement musculaire.

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



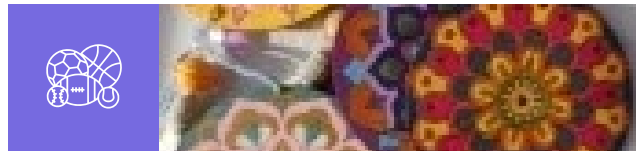
BALADE INTERMÉDIAIRE - LUNDI 06 AVRIL

Lundi 6 Avril / 14h-15h30

Balade intermédiaire !

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Gratuit.



ATELIER MANDALA "CAPTEUR DE LUMIÈRE" AVEC CHRISTINE - LUNDI 06 AVRIL

Lundi 6 Avril / 14h-16h

Atelier Mandala peinture sur bois et réalisation d'un capteur de lumière à s'offrir pour mettre de la lumière dans votre maison . Durée 2h

📍 Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



STRETCH DEBOUT/CHAISE - LUNDI 06 AVRIL

Lundi 6 Avril / 15h30-16h

Venez vous étirer au parc thermal !

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



ATELIER MANDALA COLLAGE ET ÉCRITURE AVEC CHRISTINE - LUNDI 06 AVRIL

Lundi 6 Avril / 16h-18h

Atelier Mandala Collage et Ecriture

📍 Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



RÉFLEXOLOGIE AVEC VALÉRIE - LUNDI 06 AVRIL

Lundi 6 Avril / 16h45-17h45

Rejoignez-nous pour un atelier de réflexologie !

📍 *Salle d'exposition*

€ *Tarif unique : 13 €.*



ATELIER MICRO-MACRAMÉ AVEC CLEM, CRÉEZ VOTRE BRACELET OU VOTRE PORTE-CLÉ - MARDI 14 AVRIL (MATIN)

Mardi 7 Avril / 10h-12h

Découvrez l'atelier de micro macramé avec Clémentine ! Vous cherchez une activité créative qui allie plaisir et convivialité ? Rejoignez Clémentine pour un atelier de micro macramé où vous aurez l'occasion de créer des bijoux uniques qui vous ressemblent

📍 *Bibliothèque*

€ *Tarif unique : 35 €.*



LINE DANCE AVEC VALÉRIE - LUNDI 06 AVRIL

Lundi 6 Avril / 18h-19h

Participez à la Line Dance avec Valérie !

📍 *Salle d'exposition*

€ *Tarif unique : 13 €.*



BALADE INTENSE - MARDI 07 AVRIL

Mardi 7 Avril / 10h-12h

Balade intense

📍 *Devant l'Office de Tourisme*

€ *Gratuit.*



DANSE AFRO - MARDI 7 AVRIL

Mardi 7 Avril / 10h-11h

Découvrez la Danse Afro avec notre Animatrice Énergique !

📍 *Kiosque du Parc Thermal*

€ *Gratuit.*



STRETCH DEBOUT - MARDI 07 AVRIL

Mardi 7 Avril / 11h-11h30

Venez vous étirer au parc thermal !

📍 *Kiosque du Parc Thermal*

€ *Gratuit.*

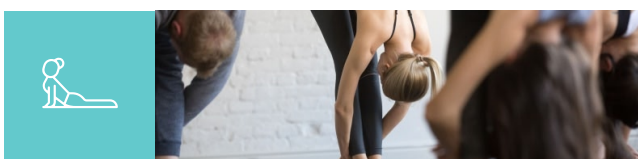


CONFÉRENCE DES THERMES "CHASSEZ LES IDÉES REÇUES EN NUTRITION N°1" (NOUVEAUTÉ 2026) - MARDI 7 AVRIL

Mardi 7 Avril / 11h-12h

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



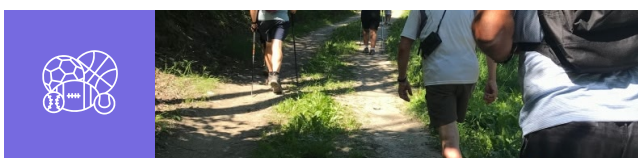
PILATES SUR CHAISE - MARDI 07 AVRIL

Mardi 7 Avril / 14h-14h45

Session de Pilates sur chaise ! Si vous êtes à Brides-les-Bains, ne manquez pas notre séance de Pilates sur chaise.

📍 Kiosque du Parc Thermal

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



BALADE INTERMÉDIAIRE - MARDI 07 AVRIL

Mardi 7 Avril / 14h-15h30

Balade intermédiaire !

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Gratuit.



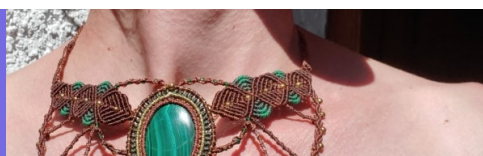
CONCOURS DE BELOTE (VENIR EN BINÔME) - MARDI 07 AVRIL

Mardi 7 Avril / 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 €.



ATELIER MICRO-MACRAMÉ AVEC CLEM, CRÉEZ VOTRE COLLIER - MARDI 07 AVRIL (APRÈS-MIDI)

Mardi 7 Avril / 14h30-16h30

Découvrez l'atelier de micro macramé avec Clémentine ! Vous cherchez une activité créative qui allie plaisir et convivialité ? Rejoignez Clémentine pour un atelier de micro macramé où vous aurez l'occasion de créer des bijoux uniques qui vous ressemblent

📍 Bibliothèque

€ Tarif unique : 50 €.



CONFÉRENCE DES THERMES "OPTIMISEZ VOTRE CURE" - MARDI 7 AVRIL

Mardi 7 Avril / 15h-15h45

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



ATELIER ART-THÉRAPIE AUTO PORTRAIT AVEC CHRISTINE - MARDI 07 AVRIL

Mardi 7 Avril / 15h-17h

Atelier ludique avec de la terre ou de la Peinture acrylique, amusez vous a faire d'une façon intuitive votre auto - portrait une manière de s'autoriser a se voir avec un nouveau regard .

Atelier de groupe Durée 2h

📍 Salle d'exposition

💰 Tarif unique : 15 €.



INITIATION PLEINE PRÉSENCE AVEC FRANÇOISE MARCEAU THÈME 2 - MARDI 07 AVRIL

Mardi 7 Avril / 18h-19h30

Détendez-vous et ressourcez-vous avec la Pleine Présence Découvrez les bienfaits de la méditation guidée avec Françoise Marceau.

📍 Petit Chalet du parc Thermal

💰 Tarif unique : 12 €.



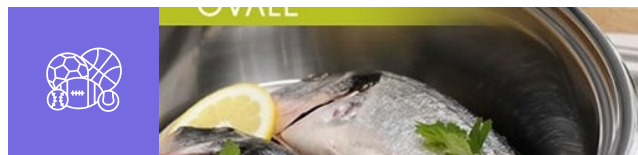
GYM - MARDI 7 AVRIL

Mardi 7 Avril / 15h30-16h15

Invitation à une Gym Joyeuse au Parc Thermal !

📍 Kiosque du Parc Thermal

💰 Gratuit.



DÉMONSTRATION DE CUISINE AVEC MARTINE - MARDI 07 AVRIL

Mardi 7 Avril / 18h-19h30

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

📍 La Maison de Marielle

💰 Tarif unique : 2 €.



CONFÉRENCE DES THERMES "PEAU, POIDS ET NUTRITION" - MARDI 7 AVRIL

Mardi 7 Avril / 17h-18h

📍 Thermes de Brides-les-Bains

💰 Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



MARCHÉ DE BRIDES-LES-BAINS - MERCREDI 08 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 8h-13h

Marché hebdomadaire de Brides-les-Bains

📍 Parc Thermal

💰 Accès libre.



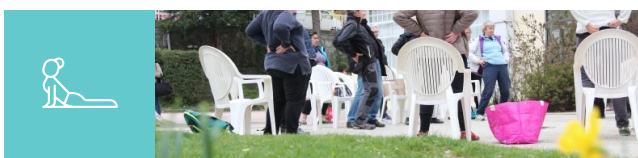
SORTIE RAQUETTE AVEC NICOLAS, REFLETS ET LACS DE LA ROSIÈRE - MERCREDI 08 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 8h35-12h30

RAQUETTE NATURE & EVASION

📍 *Devant l'Office de Tourisme*

€ *Tarif unique : 39 €.*



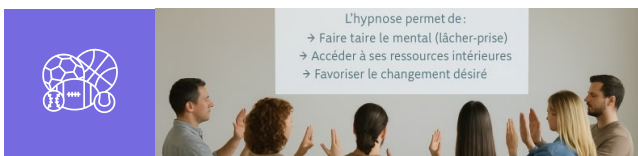
GYM - MERCREDI 08 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 9h-10h

Venez vous dépenser et vous détendre lors d'une activité gym exceptionnelle le mercredi de 9h à 10h à l'espace scénique !

📍 *Espace scénique*

€ *Gratuit.*



L'hypnose permet de:
→ Faire taire le mental (lâcher-prise)
→ Accéder à ses ressources intérieures
→ Favoriser le changement désiré

ATELIER AUTO-HYPNOSE AVEC SYLVIA - MERCREDI 08 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 9h-12h

Atelier Auto-Hypnose – Gagnez en légèreté, en calme et en autonomie

📍 *Petit Chalet du parc Thermal*

€ *Tarif unique : 45 €.*



BALADE INTERMÉDIAIRE/INTENSE - MERCREDI 08 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 10h-12h

Balade intense

📍 *Devant l'Office de Tourisme*

€ *Gratuit.*



SÉANCE DE PILATES OU YOGA - MERCREDI 8 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 10h15-11h

Claire vous propose d'ajouter une séance de Pilates, relaxation, stretch à votre liste d'activités à faire pendant votre séjour ou votre week-end à la montagne. Les vacances à Brides-les-Bains sont l'occasion de s'accorder une pause détente bien méritée.

📍 *La Dova*

€ *Gratuit.*



RELAX / STRETCH - MERCREDI 8 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 11h-11h30

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

📍 *La Dova*

€ *Gratuit.*



ATELIERS CRÉATIFS - MERCREDI 8 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 14h-15h

Un moment ludique où les participants imaginent, découpent, collent et fabriquent de petites créations inspirées de l'hiver.

📍 *Salle d'exposition*

€ *Gratuit.*

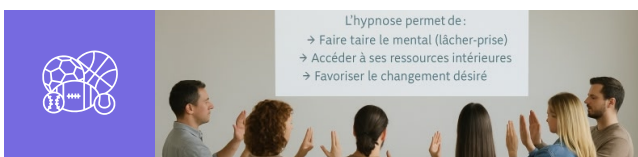


CONFÉRENCE DES THERMES "OPTIMISEZ VOTRE CURE" - MERCREDI 8 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 15h30-16h15

📍 *Thermes de Brides-les-Bains*

€ *Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.*



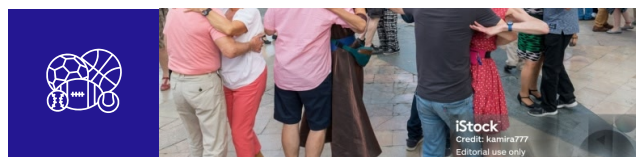
ATELIER AUTO-HYPNOSE AVEC SYLVIA - MERCREDI 08 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 14h-17h

Atelier Auto-Hypnose – Gagnez en légèreté, en calme et en autonomie

📍 *Petit Chalet du parc Thermal*

€ *Tarif unique : 45 €.*



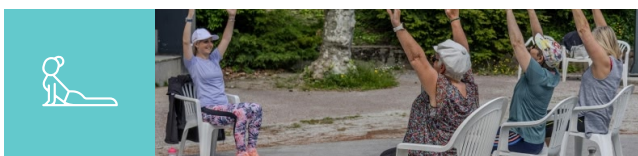
BAL ANIMÉ PAR TEMPS DANSE - MERCREDI 08 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 16h30-18h

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

📍 *Espace scénique*

€ *Gratuit.*



GYM SUR CHAISE - MERCREDI 8 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 14h30-15h15

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

📍 *Kiosque du Parc Thermal*

€ *Gratuit.*



CONFÉRENCE DES THERMES "PROTÉINES, SANTÉ, VÉGÉTARISME" - MERCREDI 8 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 17h-18h

📍 *Thermes de Brides-les-Bains*

€ *Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.*



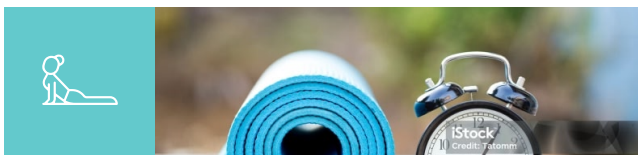
SOIRÉE INSOLITE EN RAQUETTE AVEC NICOLAS, FONDUE DANS UN IGLOO OU TIPI - MERCREDI 08 AVRIL

Mercredi 8 Avril / 18h30-23h

Une soirée originale unique dans la vallée de Méribel et des 3 Vallées Un effort d'environ 3/4 - 1 d'heure pour arriver à l'igloo (Naturel), ou Tipi

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Tarif unique : 73 €.



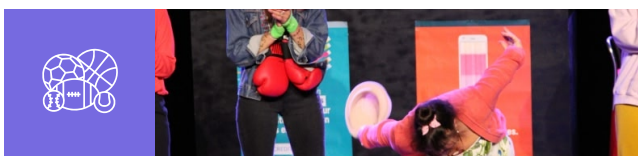
EVEIL - JEUDI 9 AVRIL

Jeudi 9 Avril / 9h30-10h

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

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



INITIATION THÉÂTRE - JEUDI 9 AVRIL

Jeudi 9 Avril / 10h-11h

L'initiation au théâtre avec Justine sur les thèmes de l'expression du corps, la confiance en soi et l'expression artistique est une activité innovante qui invite chaque participant à découvrir à libérer son potentiel créatif.

📍 Cinéma Le Doron

€ Gratuit.



MARCHE NORDIQUE - JEUDI 09 AVRIL

Jeudi 9 Avril / 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).



CONFÉRENCE DES THERMES "ARTHROSE, POIDS, ALIMENTATION ET ACTIVITÉ PHYSIQUE" - JEUDI 9 AVRIL

Jeudi 9 Avril / 11h-12h

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



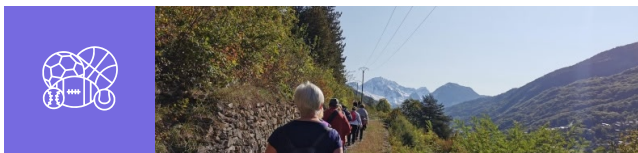
ZUMBA - JEUDI 09 AVRIL

Jeudi 9 Avril / 11h-12h

Séance de Zumba & renforcement musculaire !

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



BALADE DOUCE - SALINS-LES-THERMES - JEUDI 9 AVRIL

Jeudi 9 Avril / 14h-15h30

Balade Douce sur le sentier de Salins-les-Thermes : Une Évasion Enchantée !

📍 Mairie

€ Gratuit.



CIRCUIT TRAINING - JEUDI 9 AVRIL

Jeudi 9 Avril / 14h30-15h15

Le circuit training est une méthode d'entraînement intensif durant lequel on réalise plusieurs exercices cardio et de renforcement musculaire.

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



CONCOURS DE TAROT - JEUDI 09 AVRIL

Jeudi 9 Avril / 14h-16h

Participez au Concours de Tarot ! Êtes-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 €.



CONFÉRENCE "REPRENDRE LE POUVOIR SUR SA VIE, SON POIDS ET SES RELATIONS" AVEC AUDE - JEUDI 09 AVRIL

Jeudi 9 Avril / 15h-16h

Perdre du poids... et si le vrai changement commençait à l'intérieur ?

📍 Salle d'exposition

€ Tarif unique : 5 €.



PÉTANQUE LIBRE - JEUDI 09 AVRIL

Jeudi 9 Avril / 14h-17h

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

📍 Buvette du Parc

€ Gratuit.



EQUILIBRE MOBILITÉ - JEUDI 9 AVRIL

Jeudi 9 Avril / 16h30-17h

Ce cours vise à améliorer la stabilité, la coordination et la fluidité des mouvements. A travers des exercices progressifs, vous renforcez les muscles profonds, développez votre mobilité articulaire et gagnez en aisance au quotidien.

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



SOPHROLOGIE DE GROUPE AVEC CHRISTINE - JEUDI 09 AVRIL

Jeudi 9 Avril / 18h15-19h45

Séance de sophrologie avec relaxation dynamique du corps (mouvements libérateurs de tension du corps) ,outils PNL ,visualisations avant une relaxation sophronique apaisante et la découverte d'un MUDRA a chaque séance..Durée 1h-1h30

📍 Salle d'exposition

💰 Tarif unique : 17 €.



BROCANTE - VENDREDI 10 AVRIL

Vendredi 10 Avril / 8h

Brocante à Brides-les-Bains

📍 Parc Thermal

💰 Accès libre.



YOGA - VENDREDI 10 AVRIL

Vendredi 10 Avril / 9h-10h

Eveillez votre esprit et votre corps : Séance de Yoga !

📍 La Dova

💰 Gratuit.

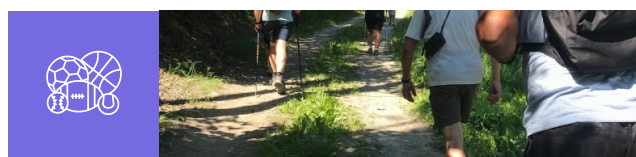


SÉANCE DE DÉDICACE DU LIVRE "MINCEUR AU FIL DES SAISON" - VENDREDI 10 AVRIL

Vendredi 10 Avril / 9h-11h

📍 Thermes de Brides-les-Bains

💰 Gratuit. Rendez-vous en salle de conférence du centre thermal.



BALADE INTERMÉDIAIRE - VENDREDI 10 AVRIL

Vendredi 10 Avril / 10h-12h

Balade intermédiaire !

📍 Devant l'Office de Tourisme

💰 Gratuit.



GYM - VENDREDI 10 AVRIL

Vendredi 10 Avril / 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.



ATELIER ÉPICES ET ARÔMES AVEC CAROLINE - VENDREDI 10 AVRIL

Vendredi 10 Avril / 14h-15h30

Éveillez vos sens et révolutionnez votre cuisine !

📍 *Petit Chalet du parc Thermal*

€ *Tarif unique : 2 €.*



STRETCH DEBOUT/CHAISE - VENDREDI 10 AVRIL

Vendredi 10 Avril / 16h-16h30

Venez vous étirer au parc thermal !

📍 *Kiosque du Parc Thermal*

€ *Gratuit.*



JEUX DE SOCIÉTÉ ET VIDÉO - VENDREDI 10 AVRIL

Vendredi 10 Avril / 14h-16h

Après-midi Jeux & Détente ! Vous avez envie de passer une après-midi loin des pistes de skis ? Rejoignez-nous pour un moment jeux !

📍 *Salle d'exposition*

€ *Gratuit.*



ACTIVITÉ COUTURE AVEC DANY, CRÉEZ VOTRE SAC À CHAUSSURE AVEC SON ZIP ASSORTI - VENDREDI 10 AVRIL

Vendredi 10 Avril / 16h30-18h30

Vous cherchez une activité créative et amusante ? Ne manquez pas notre atelier couture animé par la talentueuse Dany ! Ce vendredi, de 16h30 à 18h30, venez réaliser votre sac à chaussure avec son zip assorti !

📍 *Petit Chalet du parc Thermal*

€ *Tarif unique : 30 €.*



GYM SUR TAPIS - VENDREDI 10 AVRIL

Vendredi 10 Avril / 14h30-15h15

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

📍 *La Dova*

€ *Gratuit.*



ATELIER MÉDITATION OLFACTIVE AVEC CHRISTINE - VENDREDI 10 AVRIL

Vendredi 10 Avril / 16h30-19h

Atelier Méditation Olfactive ,une plongée dans le monde des sens et de votre monde intérieur ,ses odeurs et ses souvenirs avec 14 mélanges d'huiles essentielles bio et leurs couleurs .un voyage olfactif étonnant et parfois libérateur .Durée 2h30

📍 *Salle d'exposition*

€ *Tarif unique : 30 €.*



SORTIE RAQUETTE AVEC NICOLAS, REFLETS ET LACS DE LA ROSIÈRE - SAMEDI 11 AVRIL

Samedi 11 Avril / 8h35-12h30

RAQUETTE NATURE & EVASION

 *Devant l'Office de Tourisme*

 *Tarif unique : 39 €.*



QUI SUIS-JE ? AVEC ANITA - DIMANCHE 12 AVRIL

Dimanche 12 Avril / 9h30-12h30

QUI SUIS-JE? Atelier de dessin pour se découvrir autrement

 *Petit Chalet du parc Thermal*

 *Tarif unique : 45 €.*



SE RENCONTRER À TRAVERS LA COULEUR AVEC ANITA - DIMANCHE 12 AVRIL

Dimanche 12 Avril / 14h-17h

SE RENCONTRER A TRAVERS LA COULEUR Dialoguer et jouer avec l'aquarelle

 *Petit Chalet du parc Thermal*

 *Tarif unique : 45 €.*



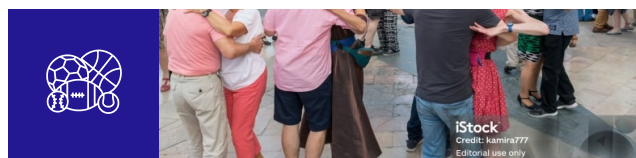
JEUX DE SOCIÉTÉ ENTRE AMIS OU EN FAMILLE - DIMANCHE 12 AVRIL

Dimanche 12 Avril / 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 SANDRINE LION - DIMANCHE 12 AVRIL

Dimanche 12 Avril / 16h30-18h

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

 *Kiosque du Parc Thermal*

 *Gratuit.*



EVEIL - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 9h30-10h

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

 *Kiosque du Parc Thermal*

 *Gratuit.*



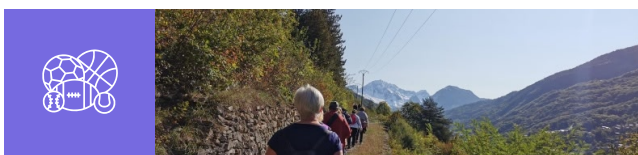
RELAX / STRETCH - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 10h15-11h

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

📍 La Dova

€ Gratuit.



BALADE DOUCE - GORGES AUX PIGEONS - LUNDI 16 AVRIL

Lundi 13 Avril / 10h30-12h

Balade Douce à la Gorge aux Pigeons : Une Évasion Enchantée !

📍 Mairie

€ Gratuit.



CONFÉRENCE DES THERMES "LA RÉGULATION DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE" - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 11h-12h

📍 Thermes de Brides-les-Bains

€ Gratuit. Rendez-vous en salle des conférences du centre thermal.



SÉANCE DE PILATES - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 11h15-12h

Claire vous propose d'ajouter une séance de Pilates, relaxation, stretch à votre liste d'activités à faire pendant votre séjour ou votre week-end à la montagne. Les vacances à Brides-les-Bains sont l'occasion de s'accorder une pause détente bien méritée.

📍 La Dova

€ Gratuit.



ZUMBA & RENFORCEMENT MUSCULAIRE - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 12h15-13h

Séance de Zumba & renforcement musculaire !

📍 La Dova

€ Gratuit.



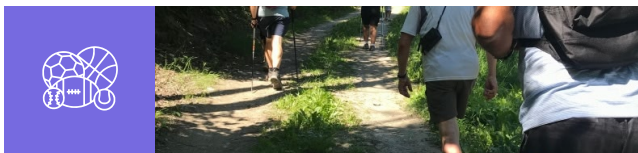
CIRCUIT TRAINING - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 14h-14h45

Le circuit training est une méthode d'entraînement intensif durant lequel on réalise plusieurs exercices cardio et de renforcement musculaire.

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



BALADE INTERMÉDIAIRE - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 14h-15h30

Balade intermédiaire !

📍 Devant l'Office de Tourisme

€ Gratuit.



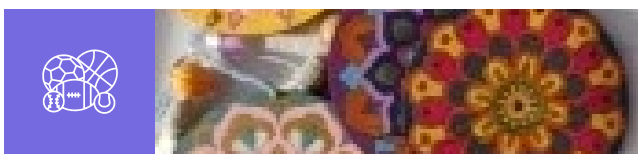
ATELIER MANDALA COLLAGE ET ÉCRITURE AVEC CHRISTINE - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 16h-18h

Atelier Mandala Collage et Ecriture

📍 Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



ATELIER MANDALA "CAPTEUR DE LUMIÈRE" AVEC CHRISTINE - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 14h-16h

Atelier Mandala peinture sur bois et réalisation d'un capteur de lumière a s'offrir pour mettre de la lumière dans votre maison . Durée 2h

📍 Petit Chalet du parc Thermal

€ Tarif unique : 15 €.



RÉFLEXOLOGIE AVEC VALÉRIE - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 16h45-17h45

Rejoignez-nous pour un atelier de réflexologie !

📍 Salle d'exposition

€ Tarif unique : 13 €.



STRETCH DEBOUT/CHAISE - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 15h30-16h

Venez vous étirer au parc thermal !

📍 Kiosque du Parc Thermal

€ Gratuit.



CONFÉRENCE DES THERMES "TOUT CE QUE VOUS AVEZ TOUJOURS VOULU SAVOIR SUR LES SUCRES" - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 17h-18h

📍 Thermes de Brides-les-Bains


€ Gratuit. Rendez-vous à la salle des conférences du centre thermal.



LINE DANCE AVEC VALÉRIE - LUNDI 13 AVRIL

Lundi 13 Avril / 18h-19h

Participez à la Line Dance avec Valérie !

-  *Salle d'exposition*
-  *Tarif unique : 13 €.*