

PROGRAMME D'ANIMATION

DU 29 MAI AU 19 JUIN 2022

# LES Seventies

**FUZZ TOP x LES STONES x  
LET'S ZEP'IN x HIGH VOLTAGE  
x STAGE FIGHTER ET  
MANMAX DELUXE x**

les  
**18 & 19  
JUIN**

RÉSERVEZ EN LIGNE <https://bit.ly/FestivalSeventies-BLB>



FESTIVAL LES SEVENTIES «LÂCHE TA BRIDES»

LES 18 ET 19 JUIN À PARTIR DE 20H30 AU PARC THERMAL



**POUR TOUTES LES ACTIVITES PAYANTES, inscription & règlement à l'Office de Tourisme au plus tard la veille de l'activité avant 17h. Toute réservation est ferme & définitive sauf en cas de force MAJEURE**

## DIMANCHE 29 MAI

14h | 3€/personne, sur place

### TOURNOI DE PÉTANQUE

RDV à la Buvette du Parc Thermal



17h/18h30 | Offert

### BAL DU DIMANCHE

Animé par Phil Bouvier

RDV Kiosque du Parc Thermal

## LUNDI 30 MAI

9h/10h | Offert

### GYM

RDV Kiosque du Parc Thermal

10h30/12h | 2€

### BALADE DOUCE

Sentier de Salins

11h/12h | Offert

### RELAXATION STRETCHING

RDV Salle de la Dova

11h | Offert

### CONFÉRENCE DES THERMES

Chassez les idées reçues en nutrition n°1

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

14h/15h30 | 2€

### BALADE INTERMÉDIAIRE

Fontaine, La Gorge aux Pigeons, La Saulce

15h/16h | Offert

### GYM

RDV Kiosque du Parc Thermal

16h/18h | 3€/personne, sur place

### CONCOURS DE TAROT

RDV Petit chalet du parc thermal

17h | Offert

### CONFÉRENCE D'ACCUEIL THERMES

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

18h30/20h | 15€

ATELIER «Votre Bien-Être avec les huiles essentielles et les plantes médicinales»

**Spécial Minceur et Beauté**  
avec Isabelle Negrello



## MARDI 31 MAI

9h/10h | Offert

### ZUMBA

RDV Kiosque du Parc Thermal

9h15/10h15 | 10€

### RÉFLEXOLOGIE

avec Valérie Thiriet

9h30/12h | 3€, places limitées

### BALADE DOUCE & DÉCOUVERTE TIR À L'ARC

10h30/11h30 | 10€

### DANSE EN LIGNE - LINE DANCE

avec Valérie Thiriet

11h/12h | Offert

### GYM

RDV Kiosque du Parc Thermal

11h | Offert

### CONFÉRENCE DES THERMES

La régulation du comportement alimentaire

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

13h/14h30 | 2€

### ÉPICES ET ARÔMES

avec Caroline Lubiartz

14h/15h | Offert

### CONFÉRENCE «Bien-Être et amaigrissement, mes outils psy»

RDV Salle des Expositions, mairie 2ème ét.

14h/15h | Offert

### CONFÉRENCE «Bien-Être et amaigrissement, mes outils psy»

avec Aurélie Riboud

14h/15h | Offert

### GYM

RDV Kiosque du Parc Thermal

14h30/16h | 2€

### BALADE PHOTO

Télécabine de l'Olympe

15h/17h | 15€

### MANDALA

avec Christine Ancel

15h15/16h15 | 10€

### ATELIER PARTICIPATIF

«Zénitude et alimentation grâce à la cohérence cardiaque»

avec Aurélie Riboud

16h30 | Offert

### DÉMONSTRATION DE CUISINE

Des desserts légers

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

17h15/19h15 | 15€

ATELIER CRÉATIF «Fleur de vie et géométrie sacrée»

avec Christine Ancel

18h/19h30 | 2€

### CUISINEZ JUSTE AVEC LE BON MATÉRIEL

Démonstration d'un menu diététique

avec Martine Excoffier

## MERCREDI 01 JUIN

7h/13h |

### MARCHÉ HEBDOMADAIRE

RDV au Parc Thermal

9h/10h | Offert

### GYM

RDV Espace scénique du Parc Thermal

10h/11h | 8€

### CONFÉRENCE ATELIER DO-IN

Liens entre organes vitaux et méridiens  
avec Marielle Querroué



10h30/11h30 | Offert

### PILATES

RDV Salle de la Dova

11h | Offert

### CONFÉRENCE DES THERMES

Réussir son activité physique de retour chez soi

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

14h30/17h30 | 24€

### ATELIER D'ÉCRITURE

L'aventure de l'écriture

avec Sylvie Vincent



15h/15h45 ou 15h45/16h30 | 3€, places limitées

### INITIATION TIR À L'ARC

17h | Offert

### CONFÉRENCE DES THERMES

Ménopause, poids et santé

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

17h/18h30 | Offert

### BAL

Animé par Pascal Revers

RDV Kiosque du Parc Thermal



## JEUDI 02 JUIN

 9h/10h | Offert

**GYM**

RDV Kiosque du Parc Thermal 

 10h30/12h | 12€

**DÉCOUVERTE DU BUNGYPUMP**

**Se muscler sans y penser** : une marche à son rythme ponctuée d'exercices avec **Elisabeth Rabatel**



 11h/12h | Offert

**STRETCHING**

RDV Kiosque du Parc Thermal 

 12h30/13h30 | 10€

**CONFÉRENCE «Votre Bien-Être avec les huiles essentielles et les plantes médicinales»**

**Spécial Immunité et Convalescence avec Isabelle Negrello**



 14h/16h | 3€/personne, sur place, en binôme

**CONCOURS DE BELOTE**

RDV Petit chalet du Parc Thermal 

 14h/16h | 25 €

**ATELIER COUTURE**

**Pochette doublée avec pression. Tissu fourni avec Dany Malandrone**



 17h | Offert

**CONFÉRENCE DES THERMES**

**Pourquoi grossit-on ?**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes 

 17h/17h45 ou 17h45/18h30 | 3€, places limitées

**INITIATION TIR À L'ARC**

 17h/18h30 | Offert

**CONCERT LIVE : HELLO YOU**

RDV Kiosque du parc thermal 



 18h15/19h45 | 13€

**SOPHROLOGIE**

avec **Christine Ancel**

## VENDREDI 03 JUIN

 11h/12h | Offert

**GYM**

RDV Kiosque du Parc Thermal 



 14h/15h | Offert

**GYM**

RDV Kiosque du Parc Thermal 

 14h/16h | 3€, places limitées

**BALADE & DÉCOUVERTE TIR À L'ARC**



 17h | Offert

**CONFÉRENCE DES THERMES**

**Arthrose, poids, alimentation et activité physique**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes 

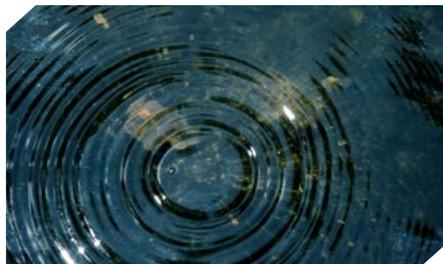
 17h30/19h | 12 €

**INITIATION A LA PLEINE PRÉSENCE**

**Sentir simplement** : se connecter

à son corps et sa respiration

avec **Françoise Marceau**



## LOCATION DE VÉLO À HYDROGÈNE (VAE)

- Demi-journée : 20€

Les Mardi et Jeudi

9h-12h ou 14-17h

Informations & réservation :  
Office de Tourisme

- Sorties encadrées d'1h30 : 8€

Les lundi - mercredi - vendredi

2 Départs : à 9h30 puis à 14h30

## SAMEDI 04 JUIN

 9h/12h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

avec **Claude Vial**

 14h/17h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

avec **Claude Vial**

## DIMANCHE 05 JUIN

 9h/12h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

avec **Claude Vial**

 13h45/17h30 | 24€

**SORTIE DÉCOUVERTE MONTAGNE**

Observation des marmottes, les stars de la

Vanoise. Secteur Champagny

Transport possible sous conditions

avec **Rando Evasion**

 14h/17h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

avec **Claude Vial**

 14h | 3€/personne, sur place

**TOURNOI DE PÉTANQUE**

RDV Buvette du Parc Thermal 



 14h/18h | 45 €

**ATELIER LE PARFUM DES COULEURS**

Mandala, atelier olfactif et

mise en lumière des couleurs

avec **Christine Ancel**



 17h/19h | Offert

**BAL DU DIMANCHE**

Animé par **Gilles Francony**

RDV Kiosque du Parc Thermal 





**POUR TOUTES LES ACTIVITES PAYANTES, inscription & règlement à l'Office de Tourisme au plus tard la veille de l'activité avant 17h. Toute réservation est ferme & définitive sauf en cas de force MAJEURE**

## LUNDI 06 JUIN

### Du 7 au 12 juin EXPOSITION PHOTOS EN PLEIN AIR

Accès libre

par le photographe **Anthony Cottarel**

- Les Chefs de Brides et le label diététique
- Dans ma boîte à œufs, j'ai vu l'univers
- Les fruits et légumes sans fioriture



9h/10h | Offert

GYM

RDV Kiosque du Parc Thermal

9h/12h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

avec **Claude Vial**

10h30/12h | 2€

BALADE DOUCE

La Gorge aux Pigeons

11h/12h | Offert, places limitées

RELAXATION STRETCHING

RDV Salle de la Dova

11h | Offert

CONFÉRENCE DES THERMES

**Le stress et sa gestion**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

14h/15h30 | 2€

BALADE INTERMÉDIAIRE

Bois de Cythère

RDV devant l'Office de Tourisme

14h/17h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

avec **Claude Vial**

15h30/16h30 | Offert

GYM

RDV Kiosque du Parc Thermal

16h/18h | 3€/personne, sur place

CONCOURS DE TAROT

RDV Petit Chalet du parc thermal

17h | Offert

CONFÉRENCE D'ACCUEIL THERMES

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

18h30/20h | 15€

ATELIER «Votre Bien-Être avec les huiles essentielles et les plantes médicinales»

**Spécial Rhumatismes et Arthrose**  
avec **Isabelle Negrello**



## MARDI 07 JUIN

9h/10h | Offert

ZUMBA

RDV Kiosque du Parc Thermal

9h15/10h15 | 10€

RÉFLEXOLOGIE

avec **Valérie Thiriet**

9h30/12h | 3€, places limitées

BALADE & DÉCOUVERTE TIR À L'ARC

10h30/11h30 | 10€

DANSE EN LIGNE - LINE DANCE

avec **Valérie Thiriet**

11h/12h | Offert

GYM

RDV Kiosque du Parc Thermal

11h | Offert

CONFÉRENCE DES THERMES

**Protéines, santé et spécificités du régime végétarien**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

13h/14h30 | 2 €

ÉPICES ET ARÔMES

avec **Caroline Lubiart**

14h/15h | Offert

GYM

RDV Kiosque du Parc Thermal

14h/15h | Offert

CONFÉRENCE «Bien-Être et

**amaigrissement, mes outils psy»**

RDV Salle des Expositions, mairie 2ème ét.

avec **Aurélie Riboud**

14h30/16h | 2€

BALADE PHOTO

Paysage La Gorge aux Pigeons

15h/17h | 15 €

MANDALA

avec **Christine Ancel**

15h15/16h45 | 18 €

ATELIER «Comment utiliser mes émotions et arrêter de les subir»

avec **Aurélie Riboud**

16h30 | Offert

DÉMONSTRATION DE CUISINE

**Menus express**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

17h15/19h15 | 15€

ATELIER CRÉATIF «Fleur de vie et géométrie sacrée»

avec **Christine Ancel**

18h/19h30 | 2€

CUISINEZ JUSTE AVEC LE BON MATÉRIEL

Démonstration d'un menu diététique

avec **Martine Excoffier**

18h/20h | APÉRITIF MUSICAL

Par le chef **Anli HAMADI**

Avec **Sugar Lady**

RDV Hôtel Le Verseau

Infos, tarifs et réservation au 04 79 55 27 44



## MERCREDI 08 JUIN

7h/13h |

MARCHÉ HEBDOMADAIRE

RDV au Parc Thermal

9h/10h | Offert

GYM

RDV Espace scénique du Parc Thermal



10h30/11h30 | Offert, places limitées

PILATES

RDV Salle de la Dova



11h | Offert

CONFÉRENCE DES THERMES  
**Arthrose, poids, alimentation et activité physique**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

14h30/17h30 | 24€

ATELIER D'ÉCRITURE

Les textes courts-poésie  
avec **Sylvie Vincent**



15h/15h45 ou 15h45/16h30 | 3€, places limitées

INITIATION TIR À L'ARC

17h | Offert

CONFÉRENCE DES THERMES

**Chassez les idées reçues en nutrition n°2**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

17h/18h30 | Offert

BAL

Animé par **Sandrine Lion**

RDV Kiosque du Parc Thermal

19h30 | DINER EN MUSIQUE

Par le chef **Jérémy FAURE**

Avec **Flo Music**

RDV Golf Hôtel

Infos, tarifs et réservation au 04 79 55 28 12



## JEUDI 09 JUIN

 9h/10h | Offert

**GYM**

RDV Kiosque du Parc Thermal 

 10h/12h | 2€

**BALADE INTENSE**

Vignotan et sa passerelle

 10h30/12h | 12€

**DÉCOUVERTE DU BUNGYPUMP**

**Se muscler sans y penser** : une marche à son rythme ponctuée d'exercices avec **Elisabeth Rabatel**



 11h/12h | Offert

**DANSE AFRO**

RDV Kiosque du Parc Thermal 

 12h30/13h30 | 10 €

**CONFÉRENCE «Votre Bien-Être avec les huiles essentielles et les plantes médicinales»**

**Apprenez à confectionner votre Trousse de Secours indispensable avec Isabelle Negrello**



 14h/16h | 3€/personne, sur place, en binôme

**CONCOURS DE BELOTE**

RDV Petit Chalet du parc thermal 

 14h/16h | 25 €

**ATELIER COUTURE**

**Trousse de toilette et maquillage. Tissu fourni avec Dany Malandrone**



 15h/16h | Offert, places limitées

**STEP**

RDV Salle de la Dova 

 17h | Offert

**CONFÉRENCE DES THERMES**

**Tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur les sucres**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes 

 17h/17h45 ou 17h45/18h30 | 3€, places limitées

**INITIATION TIR À L'ARC**

 18h15/19h45 | 13 €

**SOPHROLOGIE**

avec **Christine Ancel**

19h30 | **BUFFET DE LA MER**

Par le chef **Didier MOREAU**

Avec le duo musical **Mylove**

RDV Hôtel Le Savoy 

Infos, tarifs et réservation au 04 79 55 20 55



## VENDREDI 10 JUIN

 TOUTE LA JOURNÉE

**BROCANTE**

RDV Parc Thermal 

 11h/12h | Offert

**GYM**

RDV Kiosque du Parc Thermal 



 14h/15h | Offert

**GYM**

RDV Kiosque du Parc Thermal 



 14h/16h | 3€, places limitées

**BALADE & DÉCOUVERTE TIR À L'ARC**



 17h | Offert

**CONFÉRENCE DES THERMES**

**Peau, poids et nutrition**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes 

 17h30/19h | 12 €

**INITIATION A LA PLEINE PRÉSENCE**

**Ouvrir ses sens** : présence ouverte à ce qui nous entoure

avec **Françoise Marceau**



18h | **APÉRITIF MUSICAL**

Par le chef **Jean-Pascal LAUGIER**

Avec **Melcach**

RDV Hôtel Altis Val Vert 

Infos, tarifs et réservation au 04 79 55 22 62



## SAMEDI 11 JUIN

 9h/12h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

avec **Claude Vial**

 14h/17h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

avec **Claude Vial**

19h/21h | **APÉRITIF MUSICAL**

Par le chef **Philippe ROUSSEAU**

Avec **Sandrine Lion**

RDV Hôtel Athéna 

Infos, tarifs et réservation au 04 79 55 31 01



## DIMANCHE 12 JUIN

 8h10/19h- | 52€/personne

**EXCURSION À ANNECY**

«La Venise des Alpes»

avec **Trans-Alpes**

**Le matin** : route en direction d'Annecy.

Temps libre sur le marché de la vieille ville. Au cœur des vieux quartiers, flânez entre les étals du marché le plus typique de la « Venise des Alpes » et déambulez le long des canaux et du lac.

**Déjeuner libre à Annecy.**

**L'après-midi** : route en direction de

Vaulx. Visite libre des Jardins Secrets, mosaïque de petits jardins baroques aux inspirations variées où galeries, patios, fontaines et allées fleuries transportent les visiteurs en Andalousie.

**Covid** : Port du masque obligatoire dans l'autocar. Avant départ, merci de consulter et de prendre vos dispositions quant aux règles sanitaires qui peuvent évoluer à tout moment.

**INFOS & RESERVATIONS** : Office de Tourisme de Brides-les-Bains.

Inscription obligatoire jusqu'au vendredi 12h précédant l'excursion



 9h/12h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

avec **Claude Vial**

 14h/17h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

avec **Claude Vial**

 14h | 3€/personne, sur place

**TOURNOI DE PÉTANQUE**

RDV Buvette du Parc Thermal 

 17h/19h | Offert

**ÉCOUTE MUSICALE**

**Variété française par Adrien**

RDV Kiosque du Parc Thermal 



**POUR TOUTES LES ACTIVITES PAYANTES, inscription & règlement à l'Office de Tourisme au plus tard la veille de l'activité avant 17h. Toute réservation est ferme & définitive sauf en cas de force MAJEURE**

## LUNDI 13 JUIN

9h/10h | Offert

### GYM

RDV Kiosque du Parc Thermal

9h/12h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

avec **Claude Vial**

10h30/12h | 2€

### BALADE DOUCE

Sentier de Salins

11h/12h | Offert, places limitées

### RELAXATION STRETCHING

RDV Salle de la Dova

11h | Offert

### CONFÉRENCE DES THERMES

**Matières grasses, poids et santé**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

13h45/17h30 | 25 €

### SORTIE DÉCOUVERTE MONTAGNE

Cascade de la Fraîche et Cirque de l'Arcelin,

retour par Les Fontanettes. Secteur

Pralognan. Transport possible

avec **Rando Evasion**

14h/15h30 | 2€

### BALADE INTERMÉDIAIRE

Fontaine, la Gorge aux Pigeons, la Saulce

14h/17h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

avec **Claude Vial**

15h30/16h30 | Offert

### GYM

RDV Kiosque du Parc Thermal

16h/18h | 3€/personne, sur place

### CONCOURS DE TAROT

RDV Petit Chalet du parc thermal

17h | Offert

### CONFÉRENCE D'ACCUEIL THERMES

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

17h/18h30 | Offert

### ALORS ON DANSE

Michèle Bianchi vous propose une escapade

dansée à travers des petites chorégraphies

simples, ludiques, à la portée de tous afin de

se préparer pour la soirée du vendredi 17/06.

RDV Kiosque du Parc Thermal

18h30/20h | 15 €

ATELIER «**Votre Bien-Être avec les**

**huiles essentielles et les plantes**

**médicinales**»

**Spécial Détox et Anti-fatigue**

avec **Isabelle Negrello**



## MARDI 14 JUIN

9h/10h | Offert

### ZUMBA

RDV Kiosque du Parc Thermal

9h15/10h15 | 10€

### RÉFLEXOLOGIE

avec **Valérie Thiriet**

9h30/12h | 3€, places limitées

### BALADE & DÉCOUVERTE TIR À L'ARC

10h30/11h30 | 10€

### DANSE EN LIGNE - LINE DANCE

avec **Valérie Thiriet**

11h/12h | Offert

### GYM

RDV Kiosque du Parc Thermal

11h | Offert

### CONFÉRENCE DES THERMES

**La régulation du comportement alimentaire**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

13h/14h30 | 2 €

### ÉPICES ET ARÔMES

avec **Caroline Lubiart**

14h/15h | Offert

### GYM

RDV Kiosque du Parc Thermal

14h/15h | Offert

### CONFÉRENCE «**Bien-Être et**

**amaigrissement, mes outils psy**»

RDV Salle des Expositions, mairie 2ème ét.

avec **Aurélié Riboud**

14h30/16h | 2€

### BALADE PHOTO

Proxy'nature au chemin de Salins

15h/17h | 15 €

### MANDALA

avec **Christine Ancel**

15h15/16h15 | 10€

### ATELIER PARTICIPATIF

«**Zénitude et alimentation grâce**

**à la cohérence cardiaque**»

avec **Aurélié Riboud**

16h30 | Offert

### DÉMONSTRATION DE CUISINE

**Les légumes d'hiver**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

17h15/19h15 | 15€

ATELIER CRÉATIF «**Fleur de vie et**

**géométrie sacrée**»

avec **Christine Ancel**

18h/19h30 | 2 €

### CUISINEZ JUSTE AVEC LE BON MATÉRIEL

Démonstration d'un menu diététique

avec **Martine Excoffier**

18h15/22h30 | 25 €

### SORTIE COUCHER DE SOLEIL

La Pointe du Cuchet, vue sur le Mont-Blanc,

Vanoise, Vallée des Belleville. Secteur

Fontaine le Puis. Transport possible

avec **Rando Evasion**

## MERCREDI 15 JUIN

7h/13h |

### MARCHÉ HEBDOMADAIRE

RDV au Parc Thermal

9h/10h | Offert

### GYM

RDV Espace scénique du Parc Thermal

10h/11h | 8 €

### CONFÉRENCE ATELIER DO-IN

**Liens entre organes vitaux et méridiens**

avec **Marielle Querroué**

10h30/11h30 | Offert, places limitées

### PILATES

RDV Salle de la Dova

11h | Offert

### CONFÉRENCE DES THERMES

**Réussir son activité physique de retour chez soi**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

13h45/17h00 | 24€

### SORTIE DÉCOUVERTE MONTAGNE

Lez'Arts en adret, balade panoramique sur

Vanoise et Tarentaise. Secteur Hautecour

Transport possible sous conditions

avec **Rando Evasion**

13h55/19h- | 38€/personne

### EXCURSION À CHAMBÉRY

«**Un air d'Italie** »

avec **Trans-Alpes**

Visite guidée de Chambéry, la plus

italienne des villes françaises ! Liée,

historiquement à l'Italie et la Maison de

Savoie pendant six siècles, les façades

colorées, les portiques, les traboules,

les trompes l'œil et la douceur de vivre

rappellent l'ambiance de sa voisine

trans-alpine, Turin.

Partez à la découverte de la Cité des

Ducs à travers la visite du château, palais

princier et emblème du pouvoir des

comtes et ducs de Savoie. Poursuivez la

visite dans les allées, de places en cours

intérieures d'hôtels particuliers. Laissez-

vous conter l'étonnante histoire de la

célèbre fontaine des éléphants avant

de profiter d'un petit temps libre en fin

d'après-midi.

Port du masque obligatoire dans l'autocar

### INFOS & RESERVATIONS :

Office de Tourisme de Brides

Inscription obligatoire jusqu'au lundi 12h

précédant l'excursion

14h30/17h30 | 24€

### ATELIER D'ÉCRITURE

**Une voix**

avec **Sylvie Vincent**

15h/15h45 ou 15h45/16h30 | 3€, places limitées

### INITIATION TIR À L'ARC

17h | Offert

### CONFÉRENCE DES THERMES

**L'équilibre alimentaire, trouvez vos repères !**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes

17h/18h30 | Offert

### BAL | Animé par Charly Pag

RDV Kiosque du Parc Thermal

## JEUDI 16 JUIN

 9h/10h | Offert

**GYM**

RDV Kiosque du Parc Thermal 

 10h30/12h | 2€

**BALADE DOUCE**

Bois de Cythère

 10h30/12h | 12€

**DÉCOUVERTE DU BUNGYPUMP**

**Se muscler sans y penser** : une marche à son rythme ponctuée d'exercices **avec Elisabeth Rabatel**

 11h/12h | Offert

**DANSE AFRO**

RDV Kiosque du Parc Thermal 

 11h | Offert

**CONFÉRENCE DES THERMES**

**Chassez les idées reçues en nutrition n°1**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes 

 12h30/13h30 | 10 €

**CONFÉRENCE «Votre Bien-Être avec les huiles essentielles et les plantes médicinales»**

**Spécial Retrouvez un bon Sommeil avec Isabelle Negrello**

 14h/16h | 3€/personne, sur place, en binôme

**CONCOURS DE BELOTE**

RDV Petit Chalet du parc thermal 



 14h/16h | 25 €

**ATELIER COUTURE**

**Sac à courses pliable. Tissu fourni avec Dany Malandrone**

 15h/16h | Offert, places limitées

**STEP**

RDV Salle de la Dova 

 17h | Offert

**CONFÉRENCE DES THERMES**

**Pourquoi grossit-on ?**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes 

 17h/17h45 ou 17h45/18h30 | 3€, places limitées

**INITIATION TIR À L'ARC**

 17h30 | Offert

**CONFÉRENCE DU PÔLE SANTÉ**

**De Pékin à Brides : énergétiques chinoises avec Sylvain Dupont, acupuncteur**

RDV Salle des Expositions, mairie 2ème ét. 

 18h15/19h45 | 13 €

**SOPHROLOGIE**

**avec Christine Ancel**

 20h30 | Entrée libre

**CONCERT CHORALE MABELVOY**

RDV Eglise de Brides-les-Bains 

## VENDREDI 17 JUIN

 11h/12h | Offert

**GYM**

RDV Kiosque du Parc Thermal 

 11h | Offert

**CONFÉRENCE DES THERMES**

**Alimentation, poids et prévention des cancers**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes 

 14h/15h | Offert

**GYM**

RDV Kiosque du Parc Thermal 

 14h/16h | 3€

**BALADE & DÉCOUVERTE TIR À L'ARC**



 17h | Offert

**CONFÉRENCE DES THERMES**

**Arthrose, poids, alimentation et activité physique**

RDV Salle de conf. Centre Nutri. Thermes 

 17h30/19h | 12 €

**INITIATION A LA PLEINE PRÉSENCE**

**Accueillir-offrir** : relation à l'autre et à moi-même

**avec Françoise Marceau**



 20h | Offert

**CONCERT L'HARMONIE DE MOÛTIERS**

35 musiciens pour un programme musical varié, éclectique et enchanteur



«Gym Silhouette» est heureuse d'associer ses chorégraphies à ce programme musical



RDV Kiosque du Parc Thermal 

## SAMEDI 18 JUIN

 9h/12h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

**avec Claude Vial**

 14h/17h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

**avec Claude Vial**

 20h30/00h30 | Infos & Réservation :

<https://bit.ly/FestivalSeventies-BLB>

**CONCERT FESTIVAL LES SEVENTIES**

3 concerts. Petite restauration sur site

RDV Parc Thermal 

## DIMANCHE 19 JUIN

 9h/12h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

**avec Claude Vial**

 9h30/17h | 75 €

**SORTIE JOURNÉE À PRALOGNAN**

«Comme un goût de montagne»

Balade niveau facile avec découverte des plantes gustatives de montagne au pied des glaciers de la Vanoise suivi d'un repas. Visite guidée, transport et repas (hors boisson) inclus

**avec Hôtel Le Grand Bec**

 13h45/17h30 | 25 €

**SORTIE DÉCOUVERTE MONTAGNE**

Le sentier de l'eau et ses cascades entre forêt et panorama grandiose sur la Tarentaise. Secteur Montgirod

Transport possible **avec Rando Evasion**

 14h/17h | **SCULPTURE SUR BOIS** | 40 €

Initiation aux bas-reliefs

**avec Claude Vial**

 20h30/00h30 | Infos & Réservation :

<https://bit.ly/FestivalSeventies-BLB>

**CONCERT FESTIVAL LES SEVENTIES**

3 concerts. Petite restauration sur site

RDV Parc Thermal 

NUMÉRO 02

# B

Le bonheur made in Brides-les-Bains

ATTITUDE



NOUVELLE ÉDITION



Bavarder Buller Bouger Butiner



## COMPRENDRE LES ACTIVITÉS | CONNAÎTRE LES INTERVENANTS



PAR AURÉLIE RIBOUD, PSYCHOLOGUE À BRIDES

### VOTRE DÉMARCHÉ SANTÉ

Des conférences et des ateliers qui vous donnent les clefs pour vous inscrire sur une dynamique de changement positif et personnel. Parmi les thèmes, nous parlerons émotions, motivations, alimentation, addictions, souvenirs traumatiques, cohérence cardiaque...



PAR ISABELLE NEGRELLO

### VOTRE BIEN-ÊTRE AVEC LES HUILES ESSENTIELLES ET PLANTES MÉDICINALES

Alpes & Naturopathie vous fait découvrir l'univers fascinant des huiles essentielles et des plantes médicinales. Apprenez à les utiliser en toute sécurité, afin de trouver une réponse naturelle à votre santé.



PAR VALÉRIE THIRIET

### RÉFLEXOLOGIE & DANSE EN LIGNE

Venez vous détendre et éliminer les tensions du corps en pratiquant la réflexologie sur vous-même ! Bougez en musique et découvrez la Line Dance (danse en ligne). Deux moments privilégiés à ne pas rater !



PAR MARIELLE QUERROUÉ

### CONFÉRENCE ATELIER DO-IN

Voyage au cœur de l'énergétique orientale. Venez découvrir toute la richesse et la subtilité d'un organe vital dans sa fonction et son organisation. Et pour stimuler tous les méridiens, je vous propose une pratique accessible à tous : le Do-In associé au Shiatsu.



PAR ELISABETH RABATEL

### DÉCOUVERTE DU BUNGYPUMP

Les bâtons munis d'une résistance nous permettent de muscler le haut et le bas du corps lors des marches. Ces bâtons s'utilisent dans l'équilibre du corps lors des descentes, sont des appuis précieux dans les montées. Le bâton nous propulse et ainsi aide la personne à mieux gérer son effort dans l'exercice. «On se muscle sans y penser».



PAR CHRISTINE ANCEL

### SOPHROLOGIE ET MANDALA

La Sophrologie est basée sur la relaxation pour accéder à un mieux-être. Le mandala est un outil très créatif de méditation. Venez reprendre confiance et apprendre à gérer votre stress.



PAR FRANÇOISE MARCEAU

### INITIATION À LA PLEINE PRÉSENCE

Être à l'écoute de son corps, cœur, conscience  
Une pratique mais aussi un apprentissage qui conduit à développer la connaissance de soi, à régénérer nos énergies, à perfectionner nos modes de fonctionnement, à libérer toutes nos tensions, à retrouver la sérénité et la paix intérieure.



PAR SYLVIE VINCENT

### ATELIER D'ÉCRITURE

Un atelier d'écriture est une dynamique durant laquelle chaque être partage bien plus qu'il ou elle ne pense. Tout lieu est propice à l'expression et toute personne aime raconter ou se raconter. L'important ici est de trouver ses propres mots, de les respecter et de les valoriser. Découvrir le plaisir d'écrire des histoires, des textes, se surprendre, relever le défi. Oser !



PAR MARTINE EXCOFFIER

### «CUISINEZ JUSTE AVEC LE BON MATÉRIEL»

Durant cette démonstration culinaire et diététique, découvrez un menu délicieux et équilibré, créé par Solveig Darrigo-Dartinet. De nombreuses astuces sont délivrées par Martine.



PAR CAROLINE LUBIARZ

### ÉPICES ET ARÔMES

Nous allons découvrir comment utiliser les épices, les arômes, les texturants (agar, konjac...) dans les plats diététiques. Des explications et astuces pour le plaisir de la cuisine savoureuse.



PAR CLAUDE VIAL

### SCULPTURE SUR BOIS

Venez développer votre créativité et sculpter votre pièce en bois. Le matériel est fourni, et vous repartez avec votre oeuvre. Très facile, cet atelier s'adresse aux petits comme aux grands.



PAR DANY MALANDRONE

### «ATELIER COUTURE»

Initiation à la couture sur machine avec création d'un projet, le tissu est fourni. Vous choisissez votre tissu et vous repartez avec votre ouvrage. Chaque semaine le projet est différent, il y a 3 modèles différents.

## INFORMATION CORONAVIRUS

## COVID-19



# PROTÉGEONS-NOUS LES UNS LES AUTRES



PAR NICOLAS TAVERNIER

### SORTIE DÉCOUVERTE ET MARCHÉ NORDIQUE

Rando Evasion vous dévoile les plus beaux sites du Parc de la Vanoise : des paysages splendides lors de balades en journée ou demi-journée. Découvrez un patrimoine naturel et humain, pour votre plaisir !

70

# Travelling

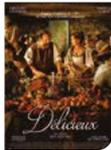


CINÉMA DORON  
Brides-les-Bains

01 juin / 21 juin 22



	MER. 01 JUIN	MAR. 07 JUIN	M 01	J 02	V 03	S 04	D 05	L 06	M 07
<b>DOWNTON ABBEY II : UNE NOUVELLE ÈRE</b> 2h06 <b>VOST</b>				21:00		fermeture hebdomadaire		18:00	
<b>LES FOLIES FERMIERES</b> 1h49			18:00					21:00	
<b>TENOR</b> 1h41				18:00					21:00
<b>J'ADORE CE QUE VOUS FAITES</b> 1h31			21:00		18:00			18:00	21:00
<b>LIMBO</b> 1h51 <b>VOST</b> ♥					21:00				18:00
<b>LA PANTHÈRE DES NEIGES</b> 1h32 ♥				18:00					
<b>EN CORPS</b> 1h58 ♥								18:00	
<b>DOCTOR STRANGE IN THE MULTIVERSE OF MADNESS</b> 2h06	21:00								21:00
<b>FRÈRE &amp; SOEUR</b> 1h48			18:00		21:00			18:00	21:00
<b>ON SOURIT POUR LA PHOTO</b> 1h35				21:00					18:00
<b>THE DUKE</b> 1h27 <b>VOST / VF</b>					18:00		21:00		



**Eric Besnard | France** — Grégory Gadebois, Isabelle Carré...  
À l'aube de la Révolution, Mancerin et son apprentie inventent un lieu de plaisir et de partage pour tous : le premier restaurant. Ce qui leur vaudra : clients et ennemis.  
Besnard nous plonge avec soin dans l'univers culinaire. *Délicieux* est une agréable surprise qui valorise le vivre ensemble. Un film gourmand à consommer sans modération.



**Arnaud Desplechin | FR** — Marion Cotillard, Melvil Poupaud...  
Un frère et une sœur à l'orée de la cinquantaine... Alice est actrice, Louis fut professeur et poète. Alice hait son frère depuis 20 ans, mais ils sont amenés à se revoir.  
En Sélection Officielle au Festival de Cannes, Desplechin explore l'autre visage de l'amour : la haine et s'interroge sur le moyen d'y mettre fin puisque celle-ci est vaine.

MER. 08 JUIN | MAR. 14 JUIN

Projection de 3 films gourmands au tarif Coup de Cœur

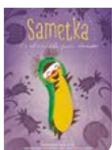
	M 08	J 09	V 10	S 11	D 12	L 13	M 14
<b>DÉLICIEUX</b> 1h53 ♥		21:00*		fermeture hebdomadaire			18:00*
<b>LA BRIGADE</b> 1h37 ♥			21:00*			18:00	
<b>THE CHEF</b> 1h32 <b>VOST</b> ♥	18:00*					21:00	
<b>TOP GUN : MAVERICK</b> 2h12	18:00		18:00				
<b>HOMMES AU BORD DE LA CRISE DE NERFS</b> 1h37		21:00				18:00*	21:00
<b>COUPEZ !</b> 1h51	21:00						18:00*
<b>FRÈRE &amp; SOEUR</b> 1h48			21:00				18:00
<b>LES PASSAGERS DE LA NUIT</b> 1h51		18:00*					21:00
<b>BIRDS OF AMERICA</b> 1h24 <b>VOST</b>	21:00					18:00	
<b>MAISON DE RETRAITE</b> 1h37						21:00	
<b>LA PANTHÈRE DES NEIGES</b> 1h32			18:00				
<b>HIT THE ROAD</b> 1h33 <b>VOST</b>		18:00				21:00	



**Renan Ozturk, Freddie Wilkinson | USA**  
Parc national de Denali en Alaska. Trois alpinistes partent sur les traces du légendaire explorateur et photographe Bradford Washburn...  
*Au delà des sommets*, documentaire atypique et récit d'aventure palpitant, porte un regard inoubliable sur les raisons qui nous poussent à explorer et nous dépasser.



**Nicolas Vanier | FR** — Elsa Zylberstein, Eric Elmosnino...  
Jean, Patrick, Joanna, Romane et Guillaume, amis depuis plus de 30 ans, se retrouvent en Champagne pour l'enfermement de vie de garçon de Patrick...  
Film choral aux qualités esthétiques indéniables, *Champagne!* est une jolie ode à l'amitié qui dure et aux vignobles : à consommer sans modération !



	MER. 15 JUIN	MAR. 21 JUIN	M 15	J 16	V 17	S 18	D 19	L 20	M 21
<b>CHAMPAGNE !</b> 1h43			21:00*		18:00*	fermeture hebdomadaire	21:00		18:00
<b>C'EST MAGNIFIQUE !</b> 1h37				21:00				18:00	21:00
<b>TOP GUN : MAVERICK</b> 2h12			21:00		18:00				
<b>SAMETKA, LA CHENILLE QUI DANSE</b> 0h40 ♥			10:00						21:00
<b>HOMMES AU BORD DE LA CRISE DE NERFS</b> 1h37					21:00				18:00*
<b>QU'EST-CE QU'ON A TOUS FAIT AU BON DIEU</b> 1h38			18:00						18:00
<b>ALLONS ENFANTS</b> 1h50				21:00				18:00	
<b>COMPÉTITION OFFICIELLE</b> 1h54 <b>VOST</b>					21:00			18:00	
<b>AU DELÀ DES SOMMETS</b> 1h36 <b>VOST</b>			18:00					21:00	
<b>LIMBO</b> 1h51 <b>VOST</b>				18:00*					21:00
<b>THE DUKE</b> 1h35				18:00			21:00		

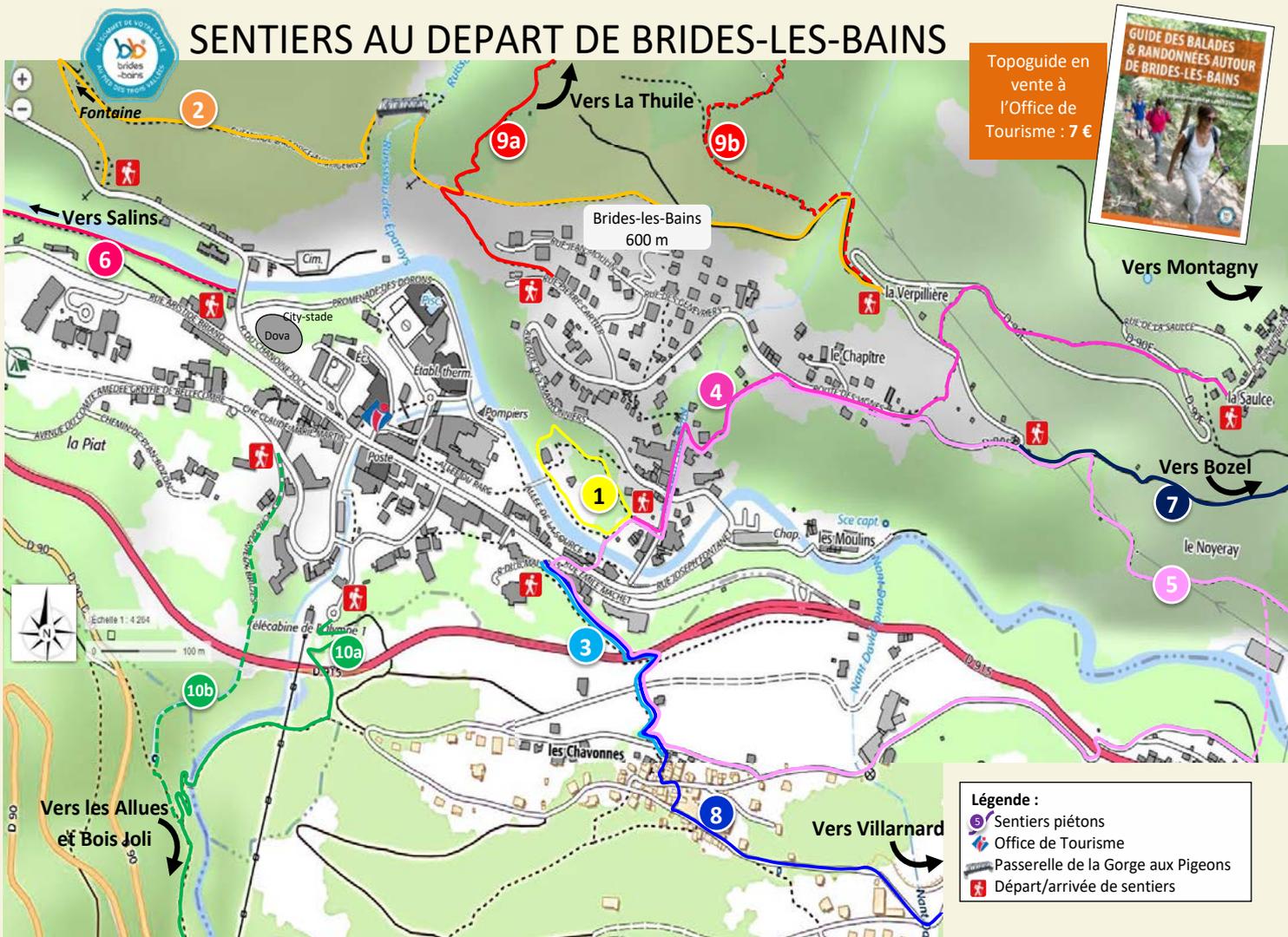


LES AMIS DU CINÉMA  
Associé 333

SN = Sortie Nationale AP = Avant-Première ♥ = Coup de Cœur 5,00€ \* = changement de salle Événement

Cinéma : 04 79 55 26 10 / Administration : 04 79 37 58 77 / www.cinemas-rex-doron.fr

# SENTIERS AU DEPART DE BRIDES-LES-BAINS



Topoguide en vente à l'Office de Tourisme : 7 €



**Légende :**  
 5 Sentiers piétons  
 Office de Tourisme  
 Passerelle de la Gorge aux Pigeons  
 Départ/arrivée de sentiers

**Les temps indiqués sont donnés à titre indicatif et peuvent varier suivant le niveau et la condition physique des promeneurs.**

Les sentiers sont balisés avec des panneaux jaunes.  
 D+ = dénivelé positif / D- = dénivelé négatif

Attention, tous les sentiers au départ de Brides-les-Bains ont entre 90 et 600 mètres de dénivelé, il est donc recommandé de se munir de chaussures de marche adaptées (chaussures de randonnées fortement conseillées), de prendre de l'eau et s'hydrater avant d'avoir soif, et de disposer d'un topo de randonnées et/ou d'une carte détaillée au 1/25000.

En saison thermale, les marches organisées par le service animation de l'Office de Tourisme sont classées de « balade douce » à « balade tonique ». Elles contribuent à une recherche de bien-être et accompagnent un objectif de remise en forme physique.

- Des difficultés adaptées à votre condition physique et à votre niveau :
- Balade douce :** Marche avec moins de 100 mètres de dénivelé. Le rythme est doux.
- Balade remise en forme :** Marche de 1h30 à 2h avec des dénivelés de 100 à 200 mètres. Le rythme est progressif.
- Balade tonique :** Marche de 2h à 3h avec des dénivelés de 200 à 300 mètres. Le rythme est régulier et soutenu.

## 1 L'Arborétum

Temps de marche : 15 min la boucle  
 A partir de l'Office de Tourisme, prenez la rue Emile Machet puis descendez dans le parc thermal devant l'hôtel Mercure. Empruntez le pont Chamberlain puis tournez à gauche pour passer derrière l'auditorium.

## 2 La Gorge aux Pigeons – 90 m D+

Depuis le départ du sentier, temps de marche aller : 30 min / Depuis l'Office de Tourisme : 1h la boucle  
 A partir de l'Office de Tourisme, suivez la rue Aristide Briand, puis descendez sur la droite après les toilettes publiques dans la rue du Chanoine Joly. Continuez jusqu'au pont Simond et tournez à gauche sur la route de Fontaine.

## 3 Les Chavonnes – 90 m D+

Temps de marche aller/retour : 30 à 45 min  
 A partir de l'Office de Tourisme suivez la rue Emile Machet jusqu'à l'hôtel Le Belvédère. Au niveau de l'arrêt de bus, tournez à droite dans la rue du 8 mai 1945 puis tournez à gauche et suivez le chemin rural, derrière la boulangerie de la Source.

## 4 La Saulce – 160 m D+

Temps de marche aller/retour : 1h à 1h30  
 A partir de l'Office de Tourisme, descendez dans le parc thermal devant l'hôtel Mercure. Empruntez le pont Chamberlain puis tournez à droite pour remonter vers la résidence Plein Sud. Suivez le chemin des Vignes.

## 5 Le Noyerai – 130 m D+

Temps de marche : 1h30 la boucle  
 Traverser le parc thermal, prendre le chemin des 4 maisons. Puis suivre la route des Vignes jusqu'au chemin de terre du lieu dit le Noyerai. Vous traverserez les villages de Vignot, Champétel pour enfin redescendre sur le chemin des Chavonnes.

## 6 Le Chemin de Salins-les-Thermes – 190 m D-

Temps de marche aller/retour : 2h30 (pendant la saison thermale, possibilité d'emprunter la navette des thermes (payante) pour le retour à Brides-les-Bains).  
 A partir de l'Office de Tourisme, suivez la rue Aristide Briand, puis descendez sur la droite après les toilettes publiques dans la rue du Chanoine Joly, puis tournez à gauche avant le pont Simond.

## 7 Le Chemin de Bozel – 260 m D+

Temps de marche aller/retour : 4h  
 A partir de l'Office de Tourisme, suivez le chemin de la Saulce. Dans le premier virage, bifurquez à droite vers Bozel.

## 8 Villarnard par les Chavonnes – 430 m D+

Temps de marche aller/retour : 3h à 4h  
 Suivre départ n° 3 Les Chavonnes.

## 9a La Thuile – 460 m D+

Temps de marche aller/retour : 4h  
 A partir de l'Office de Tourisme, descendez dans le parc thermal devant l'hôtel Mercure. Empruntez le pont Chamberlain puis tournez à droite pour remonter vers la résidence Plein Sud. Continuez sur l'avenue des Marronniers puis la route Pierre Cartier.

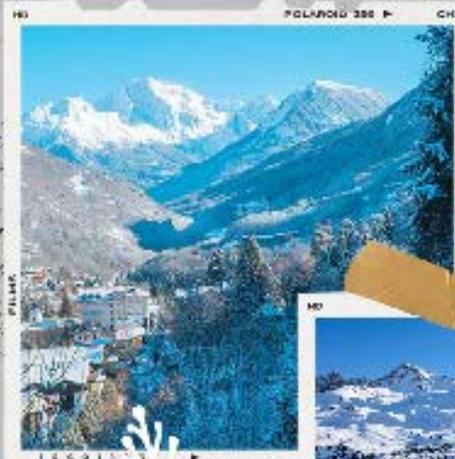
**9b Variante de départ :** allez sur la route des vignes (direction la Saulce) puis rejoindre le hameau de la Verpillière. Le chemin est plus doux mais un peu plus long.

## 10a Les Allues par le Bois de Cythère – 520 m D+

Temps de marche aller/retour : 4h30 à 5h  
 Rejoignez le départ de la télécabine de l'Olympe.

**10b En hiver,** depuis l'Office de Tourisme, suivre l'avenue du comte Greyfié de Bellecombe. Prendre à gauche juste après l'hôtel Les Chalets et suivre le chemin du vieux Brides.

# REMPORTEZ UN SÉJOUR\* AU SKI POUR 4 PERSONNES À BRIDES-LES-BAINS !



<https://bit.ly/sejour-hiver-blb-22>

\* Appartement pour 4 pers 7 nuits samedi-samedi  
+ Forfaits de ski Vallée de Meribel 6 jours  
avec assurance.  
Séjour à utiliser impérativement entre le  
7 janvier et le 04 février 2023. Voir règlement  
du jeu.



## NAVETTE THERMALE LIGNE : BRIDES LES BAINS - SALINS

Du lundi au samedi (jours fériés compris)  
du 28 mars 2022 au 09 juillet 2022 et du 29 août 2022 au 05 novembre 2022

Les arrêts se font sur les emplacements d'arrêt de bus

Beau Séjour / La Source / Office du tourisme / Les Cybèles/ Salins

RETOUR de Salins idem avec en plus arrêt SUPER U

Moutiers gare SNCF

### Tarifs de la navette thermique :

- Carte 3 semaines trajets illimités : 8.5€  
En vente uniquement à l'accueil des  
Thermes. Réservée aux curistes ayant  
des soins à Salins.

Couleur de ticket : Ivoire

- Ticket à l'unité : 2.8€

En vente dans le bus auprès du  
chauffeur. Ouvert à tous  
Couleur du ticket : vert tilleul

BRIDES → SALINS → MOUTIERS

MOUTIERS → SALINS → BRIDES

BRIDES	SALINS	MOUTIERS
08:45	09:00	
09:15	09:30	09:35
10:00	10:15	
10:30	10:45	
11:00	11:15	11:20
11:45	12:00	
12:15	12:30	
12:45	13:00	13:05
13:30	13:45	
14:00	14:15	14:20
14:45	15:00	
15:15	15:30	
16:45	17:00	
17:15	17:30	17:35
18:00	18:15	
BRIDES	SALINS	MOUTIERS

MOUTIERS	SALINS	BRIDES
	09:00	09:15
09:40	09:45	10:00
	10:15	10:30
	10:45	11:00
11:25	11:30	11:45
	12:00	12:15
	12:30	12:45
13:10	13:15	13:30
	13:45	14:00
14:25	14:30	14:45
	15:00	15:15
	15:30	15:45
	17:00	17:15
17:40	17:45	18:00
	18:15	18:30
MOUTIERS	SALINS	BRIDES

# LABEL DIÉTÉTIQUE

Brides-les-Bains, destination star des cures minceur, est la seule station thermale en France à bénéficier de ce Label !



## JEU CONCOURS

TENTEZ DE GAGNER UN REPAS  
DIÉTÉTIQUE POUR 2  
PERSONNES DANS UN DES 13  
RESTAURANTS LABELLISÉS À  
BRIDES-LES-BAINS

<https://social-sb.com/zn/label-diet-s3>

Tirage au sort  
le 10 juin 2022

Pour jouer flashez le QR code  
ou cliquez sur le lien



### BUFFET DE LA MER AU SAVOY HÔTEL

Buffet à volonté au tarif de 38€/personne  
Reservation + versement de 20€ d'arrhes par personne obligatoires  
Heure : 19h30  
Dates : 09/06, 01/07, 22/07, 12/08, 02/09, 23/09, 04/11  
6, place de l'Eglise - Tel : 04 79 55 20 55  
contact@savoy-hotel-brides.com



# VOS LOISIRS

## CASINO DES 3 VALLÉES

Faites vos jeux, 7/7 de 11h00 à 3h00  
Machines à sou et roulettes anglaises électriques uniquement  
www.casinobrides.com - Tél. +33 (0)4 79 55 23 07



## SPA DU MERCURE

### GRAND HOTEL DES THERMES

Sur rendez-vous uniquement auprès de Célia, SPA Manager :  
@ - h9860-th@accor.com Tel. +33 (0)4 79 55 34 19  
www.gdhotel-brides.com



## LE GRAND SPA THERMAL

Ouvert du lundi au samedi de 8h à 20h (fermé le dimanche)  
contact@legrandspathermal.com  
www.thermes-brideslesbains.fr/spa  
Tel. +33 (0)4 79 55 26 70

## CINÉMA LE DORON

2 salles - 2 séances à 18h et 21h  
Ouvert 6/7 (fermé le samedi) Tel. +33 (0)4 79 55 26 10



## BIBLIOTHÈQUE

Ouverture au public tous les jours de 9h à 12h et de 14h à 18h.  
Abonnements et informations auprès de l'accueil de l'Office de  
Tourisme. Fermeture du 9 au 16 mai inclus. Caution : 45€

Tarifs :

1 semaine	2,50 €
2 semaines	5,00 €
3 semaines	6,50 €
Saison ou année	9,50 €



Ancey, la « Venise des Alpes » 52 € / pers.

Inscription obligatoire jusqu'au vendredi  
12h précédant l'excursion

Les dimanches :

12 Juin,  
3 et 24 Juillet, 14 Août,  
4 et 25 Septembre,  
16 et 30 Octobre



Chambéry, un « air d'Italie » 38 € / pers.

Inscription obligatoire jusqu'au lundi  
12h précédant l'excursion

Les mercredis après-midi :

15 Juin,  
6 et 27 Juillet,  
17 Août, 7 et  
28 Septembre,  
19 Octobre



## EXCURSIONS Sorties à la journée

90<sup>ème</sup> Fête du Lac d'Ancey  
Samedi 6 Août 2022

Emerveillez-vous devant l'un des spectacles  
pyrotechniques les plus importants d'Europe !

74 €/pers.  
49 €/enfant  
(4-11ans)



Informations & Réservations : Office de Tourisme de Brides-les-Bains

OFFICE DE TOURISME - BIBLIOTHÈQUE  
2 Place du Centenaire - BP 28 73572 Brides-les-Bains Cedex  
Tél. +33(0)4.79.55.20.64 contact@brides-  
les-bains.com www.brides-les-bains.com  
7j/7 - De 9h à 12h et de 14h à 18h

RETROUVEZ  
BRIDES-LES-BAINS SUR

