



Centre culturel **Théâtre des Mazades**

Centre culturel **Espace Job**

Centre culturel de quartier **Renan**

Maison de quartier **Lalande**

EXCURSIONS CULTURELLES OU SPORTIVES

JUILLET 2023 – AOÛT 2023

MAIRIE DE



TOULOUSE



JUILLET

BÉLESTA (11)

Mercredi 5 juillet



Randonnée (bons marcheurs)

Randonnée à travers la forêt royale de Bélesta et rencontre avec un artisan passionné travaillant la corne et le bois.

Distance : 8 km | Dénivelé : 300m

RDV 8h métro Argoulets Ligne A

Retour 18h

Tarif A



BELFLOU (11)

Jeudi 6 juillet



Randonnée aquatique

Découverte du Stand Up Paddle, en initiation sur le lac de la Ganguisse, de nouvelles sensations au fil de l'eau au plus près de la nature. Repas partagé, apportez votre pique-nique, des affaires de rechange et des baskets fermés pour la balade.

Balade famille, dès 12 ans.

Savoir nager est un prérequis.

RDV 8h métro Argoulets Ligne A

Retour 18h

Tarif B



AUZAT (09)

Vendredi 7 juillet



Escalade

Dans le Val de Sos, escalade "blocs" (sans cordes) et sur "voies écoles" (avec cordes) au pied des sommets ariégeois.

Activité familiale, dès 10 ans.

RDV 8h métro Argoulets Ligne A

Retour 18h

Tarif A



JUILLET

LAC DE SAINT-FERRÉOL (31)

Mardi 11 juillet

Sortie en famille



Balade autour du Lac de Saint-Ferréol, dans un site préservé proposant des activités nautiques et de plein air (toboggan, pédalos, jeux pour les enfants). Prévoir son pique-nique et de l'eau, maillot de bain, crème solaire, serviette et chaussures de marche. RDV 9h Maison de quartier de Lalande Retour 18h

Tarif A



ORLU (09)

Mercredi 12 juillet

Escalade



Journée escalade "blocs" (sans cordes) et sur "voies écoles" (avec cordes) dans le vallon dynamique de l'Oriège.

Activité familiale, dès 10ans.

RDV 8h métro Argoulets Ligne A

Retour 18h

Tarif A



MAULÉON BAROUSSE (65)

Jeudi 13 juillet

Randonnée (marcheurs)



Randonnée à travers la vallée verte et fraîche de la Barousse. Ce village est classé parmi les plus beaux villages de France.

Distance : 9 km | Dénivelé : 300m

RDV 8h métro Basso Cambo Ligne A

Retour 20h

Tarif A



JUILLET

LAC DE MONTRÉJEAU (31)

Mardi 18 juillet

Sortie en famille



Face à la chaîne des Pyrénées, balade et baignade dans un espace dédié aux loisirs (jeux d'enfants et sentiers pédagogiques). Prévoir son pique-nique et de l'eau, maillot de bain, crème solaire, serviette et chaussures de marche.

RDV 9h Maison de quartier de Lalande

Retour 18h

Tarif A



MONTAUBAN DE LUCHON (31)

Mercredi 19 juillet

Randonnée (randonneurs)



Une randonnée exceptionnelle offrant une vue sur les sommets à 3000m de la Haute-Garonne.

Distance : 9 km | Dénivelé : 400m

RDV 8h métro Basso Cambo Ligne A

Retour 18h

Tarif A



COUIZA (11)

Jeudi 20 juillet

Randonnée (marcheurs)



Balade à l'air libre en pays audois, dans un vallon. Découverte (surprise !) d'une curiosité unique dans la région

Distance : 12 km | Dénivelé : 315m

RDV 8h métro Argoulets Ligne A

Retour 18h

Tarif A





JUILLET

LAC DU LAMPY (81)

Mardi 25 juillet

Sortie en famille



Balade et baignade à la source à l'origine du Canal du Midi "le lampy vieux". Prévoir son pique-nique et de l'eau, maillot de bain, crème solaire, serviette et chaussures de marche.

RDV 9h Maison de quartier de Lalande

Retour 18h

Tarif A



LAC DE MONDELY (09)

Mercredi 26 juillet

Sortie en famille



Bel endroit ombragé propice à la balade et à la baignade. Prévoir son pique-nique et de l'eau, maillot de bain, crème solaire, serviette et chaussures de marche.

RDV 9h Maison de quartier de Lalande

Retour 18h

Tarif A



LAC DE MONTBEL (09)

Jeudi 27 juillet

Sortie en famille



Balade ariégeoise entre les lacs de Lérans et de Montbel, puis baignade dans le lac de Montbel. Prévoir son pique-nique et de l'eau, maillot de bain, crème solaire, serviette et chaussures de marche.

RDV 9h Maison de quartier de Lalande

Retour 18h

Tarif A





AOÛT

QUILLAN (81)

Mardi 1 août



Randonnée (bons marcheurs)

Une belle boucle dans la Haute-Vallée de l'Aude au-dessus de la rivière au départ des anciennes forges à la catalane.

Distance : 11 km | Dénivelé : 340m

RDV 8h métro Argoulets Ligne A

Retour 18h

Tarif A



LÉRAN (09)

Mercredi 2 août



Sortie en famille

Visite et baignade au bord d'une retenue sur le piémont avec vue sur les sommets des Pyrénées ariégeoises.

Distance : 5 km | Dénivelé : 180m

RDV 9h métro Argoulets Ligne A

Retour 18h

Tarif A



LAC DU CARLA BAYLE (09)

Jeudi 3 août



Sortie en famille

Balade dans un lieu unique qui associe un paysage de baignade avec des espaces de marche, des visites culturelles et des galeries d'artistes. Prévoir son pique-nique et de l'eau, maillot de bain, crème solaire, serviette et chaussures de marche.

RDV 9h Maison de quartier de Lalande

Retour 18h

Tarif A





BLOC NOTES







INFORMATIONS PRATIQUES

Ouverture des inscriptions le 1^{er} juin

NOUVEAU ! Inscrivez-vous depuis chez vous ! Pour cela, vous avez la possibilité d'utiliser le télé service mis à votre disposition. En cas de difficultés, un accompagnement est possible :

- en prenant rendez-vous directement à partir du téléservice,
 - en téléphonant à l'un des agents d'accueil dans les Centres culturels,
 - en écrivant à l'adresse suivante : inscriptionsDASC@mairie-toulouse.fr.
- Chaque personne peut s'inscrire à 3 excursions par mois (2 payantes + 1 parmi l'offre gratuite). Les autres choix seront portés sur une liste d'attente.
 - La clôture des inscriptions se fait la veille de chaque excursion à 12h.
 - Certaines excursions nécessitent de prévoir un pique-nique ou des tenues adaptées
 - Aucun objet volumineux n'est autorisé dans le bus. Ainsi glacière, poussette, trottinette, gros sacs,... sont interdits.
 - L'âge minimum requis pour participer aux sorties en bus est de 3 ans.
 - Les enfants restent sous l'entière responsabilité de leurs parents/tuteurs légaux.

LES TYPES D'EXCURSIONS :

- **Promenades** : des balades natures pour le plaisir ! Sans difficultés et sur terrain plat.
- **Sorties en famille** : elles ont lieu le mercredi, le samedi ou pendant les vacances scolaires. Pour les enfants entre 3 et 6 ans, prévoir un rehausseur.
- **Randonnées** : plusieurs niveaux précisés dans la programmation (marcheurs - dénivelé inférieur à 400m & 4h de marche, bon marcheurs - marches en terrains accidentés, randonneurs - dénivelé supérieur à 400m)
- **Activités de plein air** : escalade, canoë, VTT, tir à l'arc, ...

Quelques excursions nécessitent une condition physique et ne sont pas adaptées à certaines contraintes médicales. **N'oubliez pas d'informer l'animateur de vos contraintes médicales.**

Ne surestimez pas votre niveau, prenez plaisir avec un niveau plus facile, au lieu de risquer de souffrir et de ralentir le groupe. Les animateurs seraient obligés de modifier le parcours prévu.

Les équipes des centres sont à votre disposition pour vous renseigner sur les conditions requises.

L'ÉQUIPEMENT INDISPENSABLE :

- chaussures de marche (protection des chevilles et semelles **adhérentes**),
- sac à dos pouvant contenir toutes vos affaires,
- pique-nique et boisson en **quantité suffisante**,
- lunettes de soleil,
- couvre-chef,
- vêtements chauds et coupe-vent,
- petit nécessaire de soin (pansements, couverture de survie, etc.).

TARIFS EXCURSIONS / PERSONNE

	Tarif A	Tarif B	Tarif C
Moins de 6 ans	2,10 €	2,30 €	5,30 €
De 6 à 17 ans	3,70 €	5,70 €	17,10 €
Adulte	5,70 €	9,40 €	24,40 €

N.B. : Pour les moins de 6 ans une autorisation du responsable légal est obligatoire.

(*) Référence Recueil des tarifs des services publics de la Mairie de Toulouse, décembre 2022

Tarif A : sans prestation complémentaire

Tarif B : avec prestation complémentaire

Tarif C : tarif week-end > pour un départ le vendredi ou retour le lundi rajouter au tarif week-end une journée sans prestation

Les conditions de remboursement sont disponibles auprès des Centres culturels.

ENVIE DE DÉCOUVRIR D'AUTRES EXCURSIONS CULTURELLES OU SPORTIVES ?



Découvrez toute l'offre des excursions culturelles ou sportives proposée par l'ensemble des Centres culturels de Toulouse dans la brochure en ligne disponible sur metropole.toulouse.fr





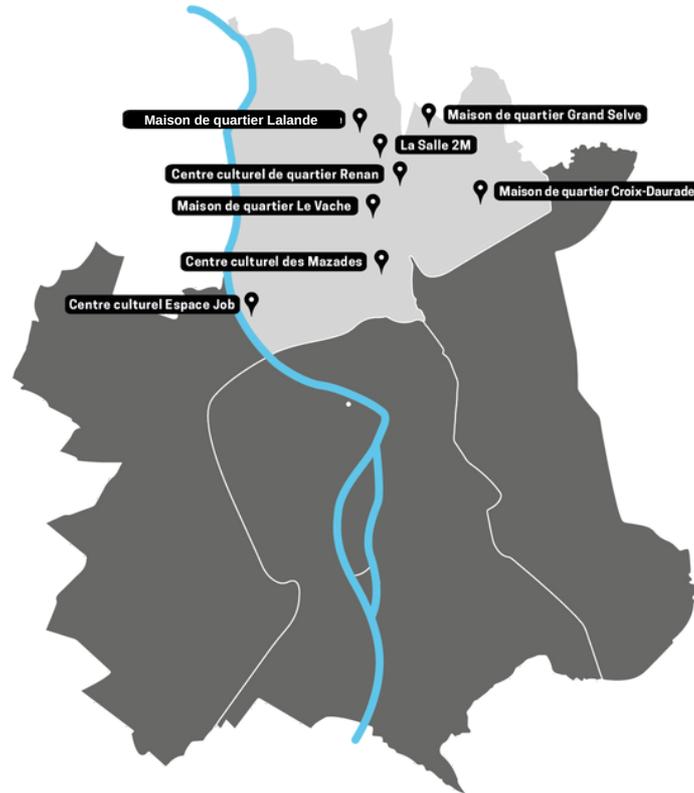
CENTRES
CULTURELS



job.toulouse.fr
mazades.toulouse.fr
renan.toulouse.fr



Centres culturels de Toulouse



CENTRE CULTUREL ESPACE JOB

105, route de Blagnac
31200 Toulouse
Tél : 05 31 22 98 72
Bus L1, n° 70 – Arrêt Soleil d’Or
Renseignements :
accueil.job@mairie-toulouse.fr

MAISON DE QUARTIER LALANDE

239, avenue de Fronton
31200 Toulouse
Tél : 05 36 25 28 23
Bus n° 29, 60, 69 – Arrêt Riché Lalande
Renseignements :
accueil.lalande@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL THÉÂTRE DES MAZADES

10, avenue des Mazades
31200 Toulouse
Tél : 05 31 22 98 00
Métro ligne B – Minimes Claude-Nougaro
Renseignements :
accueil.mazades@mairie-toulouse.fr

CENTRE CULTUREL DE QUARTIER RENAN

5, chemin d’Audibert
31200 Toulouse
Tél : 05 34 24 58 06
Métro ligne B – Trois Cocus
Renseignements :
accueil.renan@mairie-toulouse.fr