

◇ Pour participer aux animations, il est obligatoire de s'inscrire.

Pour s'inscrire aux animations gratuites **Le Vendredi 1er Juillet 2022 :**

- par téléphone, au 06 45 71 62 77 - de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 16h30
- ou par mail à : celine.thevenard@ville-gap.fr

Pour s'inscrire et régler les sorties payantes **Le Lundi 4 et Mercredi 6 Juillet 2022 :**

Au Guichet Unique, Rue Colonel Roux,
de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 17h00

Le tarif est compris entre 16€ et 23€. Paiement à l'inscription selon un tarif calculé d'après l'avis d'imposition 2021 sur les revenus 2020 (à fournir lors de l'inscription si pas déjà transmis).

Bon été à toutes et tous !

PROGRAMME DES ANIMATIONS DE L'ÉTÉ 2022

Mardi 5/07	Activité jeux de société
Afin de passer un agréable moment de divertissement autour des jeux de société au foyer Hermann.	
Gratuit	
De 14h à 16h / RDV au foyer Hermann.	

Jeudi 7/07	Activité balade dans les parcs
Balade commentée des parcs Galleron et Givaudan avec guide naturaliste du domaine de Charance.	
Pique-nique tiré du sac.	
Gratuit	
De 9h à 15h / RDV sur le parking de But	

Vendredi 8/07	Atelier loisirs créatifs
Création de bijoux fantaisies. Pour avoir le plaisir de porter des pièces uniques et surtout de les avoir créées.	
Gratuit	
De 13h30 à 15h30 / RDV à la Luysanne.	

Lundi 11/07	Sortie au marché de Forcalquier
<p>Direction le Sud !</p> <p>« La tradition du marché à Forcalquier remonte au moyen âge. Sous les auvents, les étals des commerçants occupent la place centrale du Bourguet, de part et d'autre de la route départementale 4100 qui traverse la ville, ils débordent largement dans la vieille ville, les rues et les places adjacentes.» Le marché hebdomadaire du lundi à Forcalquier est une institution. C'est le plus important du département des Alpes de Haute Provence, et assurément un des plus beaux marchés de Provence.</p> <p>Déjeuner libre sur place</p> <p>Après-midi balade à Sisteron.</p> <p>Prix : entre 16€ et 23€ - Transport en autobus</p>	
De 8h à 17h30 / RDV à l'IUT.	

Mardi 12/07	Activité Gym de plein air
<p>Direction le parc de la pépinière pour un maintien en forme !</p> <p>9h : Gym douce (motricité, coordination, relaxation et étirements)</p> <p>10h : Pilates (équilibre et renforcement)</p> <p>Prévoir un tapis de sol ou une serviette et une bouteille d'eau</p> <p>Gratuit</p>	
De 9h à 11h / RDV devant le kiosque	

Mardi 12/07	Atelier balade Naturaliste
<p>Mini rando commentée de Charance, sortie avec un guide naturaliste du domaine de Charance.</p> <p>Avec pique-nique tiré du sac.</p> <p>Gratuit</p>	
De 10h à 15h00 / RDV sur le parking de Charance.	

Mercredi 13/07	Balade au lac de Charance
<p>Direction le lac de Charance !</p> <p>10h : Balade à travers les bois et cours d'eau au-dessus du lac.</p> <p>11h30 : Étirements doux (type Stretching)</p> <p>Gratuit</p> <p><u>Possibilité de prendre la navette gratuite. Voir les horaires à la dernière page de ce programme.</u></p>	
De 10h à 12h30 / RDV sur le parking de Charance.	

Mercredi 13/07	Atelier Gourmand
<p>A vos tabliers!!</p> <p>Réalisation d'une recette salée , feuilleté soleil au saumon fumé et fromage à l'ail et fines herbes</p> <p>Gratuit</p>	
De 10h à 12h00 / RDV au foyer Pasteur.	

<p>Lundi 18/07</p>	<p>Balade sur le plateau de Bayard</p>
<p>Direction le golf de Bayard! Circuit mobilité douce (motricité, coordination, renforcement) Respirez, soufflez, évadez-vous à seulement 15 minutes de Gap !</p> <p>Prévoir le pique-nique.</p> <p><u>Possibilité de prendre la navette gratuite. Voir les horaires à la dernière page de ce programme.</u></p> <p>Gratuit</p>	
<p>De 10h30 à 15h30 / RDV sur le parking de Bayard.</p>	

<p>Mardi 19/07</p>	<p>Activité Gym de plein air</p>
<p>Direction le parc de la pépinière pour un maintien en forme !</p> <p>9h : Gym douce (motricité, coordination, relaxation et étirements)</p> <p>10h : Pilates (équilibre et renforcement)</p> <p>Prévoir un tapis de sol ou une serviette et une bouteille d'eau</p> <p>Gratuit</p>	
<p>De 9h à 11h / RDV devant le kiosque</p>	

Mardi 19/07	Atelier Gourmand
<p>Pause Gourmand autour d'une recette sucrée, avec une Tarte amandine aux poires.</p> <p>Gratuit</p>	
<p>De 10h à 12h / RDV au foyer Pasteur.</p>	

Mercredi 20/07	Balade au lac de Charance
<p>Direction le lac de Charance !</p> <p>10h : Balade à travers les bois et cours d'eaux</p> <p>11h30 : Étirements doux (Stretching)</p> <p>Gratuit</p> <p><u>Possibilité de prendre la navette gratuite. Voir les horaires à la dernière page de ce programme.</u></p>	
<p>De 10h à 12h30 / RDV sur le parking de Charance.</p>	

Jeudi 21/7	Atelier balade Naturaliste
<p>Journée marche commentée à Bayard, avec un guide naturaliste du domaine de Charance, qui nous expliquera tout sur la faune et la flore.</p> <p>Pique-nique tiré du sac.</p> <p>Gratuit.</p>	
<p>De 10h à 15h00 / RDV sur le parking de Charance.</p>	

Jeudi
21/07

Sortie Terre et Lac

Direction Réallon et le Lac de Saint Apollinaire pour une sortie 2 en 1 !

Groupe 1 : randonnée montagne (4 km de distance - 330 m de dénivelée positive et 200 m en négatif)

Groupe 2 : randonnée colline (4 km de distance - 100 m de dénivelée positive et 200 m en négatif)

9h : 2 Randonnées faciles depuis la station de Réallon en direction du Lac de Saint Apollinaire

Groupe 1 : circuit du Clot la Règue (1873 m)

Groupe 2 : randonnée par la piste de Joubelle (GR 50)

Vers 12h : pique-nique ou repas au restaurant du lac (sur réservation)

14h : Jeux aquatiques au bord du lac

Pensez à prendre vos maillots de bain, serviette et crème solaire.

Prix : entre 16€ et 23€ Transport en autobus.

De 8h à 18h / RDV à l'IUT.

Vendredi
22/07

Atelier loisir créatif

Création avec de la récup'.
Fabrication d'un petit tabouret en carton.

Gratuit

De 9h30 à 11h30 / RDV au foyer Pasteur

Jeudi 4/08

Sortie Terre et Lac

Direction Les Infournas et le Lac de Saint Julien en Champsaur pour une sortie 2 en 1 !

Groupe 1 : randonnée montagne (8 km de distance et 320 m de dénivelée positive et 200 m en négatif)

Groupe 2 : randonnée colline (6 km de distance et 150 m de dénivelée positive et 200 m en négatif)

9h : 2 Randonnées faciles depuis le village des Infournas en direction du Lac de Barbeyroux.

Groupe 1 : circuit de Subeyrannes par le serre du moulin (1627 m)

Groupe 2 : circuit du lac de Barbeyroux (par le canal de Malcros)

Vers 12h : pique-nique ou repas au restaurant du lac (sur réservation)

14h : Jeux aquatiques au bord du lac

Pensez à prendre vos maillots de bain, serviette et crème solaire.

Prix : entre 16€ et 23€ Transport en autobus.

De 8h à 18h / RDV à l'IUT.

Lundi 8/08	Balade naturaliste : le plateau de Bayard
<p>En compagnie d'une guide naturaliste, empruntez les sentiers ombragés du plateau de Bayard et découvrez la faune et la flore environnantes. Respirez, soufflez, évadez-vous à seulement 15 minutes de Gap !</p> <p>Prévoir le pique-nique.</p> <p>Le repas sera suivi d'une séance de relaxation et d'étirements.</p> <p><u>Possibilité de prendre la navette gratuite. Voir les horaires à la dernière page de ce programme.</u></p> <p>Gratuit</p>	
De 9h30 à 15h30 / RDV sur le parking de Bayard.	

Mardi 9/08	Activité Gym de plein air
<p>Direction le parc de la pépinière pour un maintien en forme !</p> <p>9h : Gym douce (motricité, coordination, relaxation et étirements)</p> <p>10h : Pilates (équilibre et renforcement)</p> <p>Prévoir un tapis de sol ou une serviette et une bouteille d'eau</p> <p>Gratuit</p>	
De 9h à 11h / RDV devant le kiosque	

Horaires navettes pour Charance/ Bayard

Aller

LIGNE 73 GOLF DE BAYARD - DOMAINE DE CHARANCE										
DU 1^{er} JUILLET AU 31 AOÛT	LUNDI À DIMANCHE									
GOLF BAYARD	09:20	10:40				14:00	15:30		17:30	19:00 *
CAMPING ALPES DAUPHINÉ	09:30	10:50	11:50			14:10	15:40		17:40	19:10 *
ROCHASSON	09:35	10:55	11:55			14:15	15:45		17:45	19:15 *
FAURE DU SERRE	09:40	11:00	12:00			14:20	15:50	16:30	17:50	19:20 *
PÔLE UNIVERSITAIRE	09:42	11:02	12:02			14:22	15:52	16:32	17:52	
LE PAVILLON	09:45	11:05	12:05			14:25	15:55	16:35	17:55	
DOMAINE DE CHARANCE	09:55	11:15	12:15			14:35	16:05	16:45	18:00	

* Navette assurée par le Golf sur demande à l'accueil

Retour

LIGNE 73 DOMAINE DE CHARANCE - GOLF DE BAYARD									
DU 1^{er} JUILLET AU 31 AOÛT	LUNDI À DIMANCHE								
DOMAINE DE CHARANCE		10:00	11:20	12:20		14:40	16:10	16:50	18:10
LE PAVILLON		10:05	11:25	12:25		14:45	16:15	16:55	18:15
HÔPITAL		10:09	11:30	12:28		14:49	16:19	16:59	18:19
FAURE DU SERRE	08:55	10:15	11:35	12:30	13:30	15:00	16:25	17:05	18:25
PÔLE UNIVERSITAIRE	08:57	10:17	11:37		13:32	15:02		17:07	
ROCHASSON	09:00	10:20	11:40		13:35	15:05		17:10	
CAMPING ALPES DAUPHINÉ	09:05	10:25	11:45		13:40	15:10		17:15	
CANAL COL BAYARD	09:10	10:30			13:45	15:15		17:20	
GOLF BAYARD	09:15	10:35			13:50	15:20		17:25	