

LES ATELIERS

Sur inscription 20€ l'année de date à date.



Qi Gong par Antony

lundi ou jeudi 10h 12h ou 14h30, 16h30

Chants par Emmanuelle

vendredi 15h30 17h

Généalogie par Karine

1/2 mercredi 14h 16h

Dessin par Joël

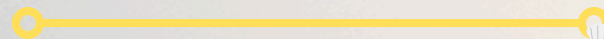
mardi 14h30

Macramé par Sophie

1/2 mardi 14h 17h 8 et 22 septembre

Français langue étrangère par Thierry

lundi 10h 12h 13h30 16h



Cuisine par Eric, Patrick et Sophie

9h30 12€

Vendredi 17 juillet brochettes variées

Jeudi 27 août Tarte et Tian aux légumes d'été

Vendredi 25 Septembre Gaspacho encornets farcis"



LES SAMEDIS DE FRANCINE

14 h puis goûter partagé

12 septembre belote et jeux

19 septembre après-midi danse en ligne

Pétanque entre amis

René vous donne rendez-vous au terrain de boule au stade d'athlétisme les lundis à 13h30.

LES BALADES

Animées par Daniel, René, Eric et Patrick



Jeudi 9 juillet 8 h

Facile 6 €

Boucle riou de clavier Seillans 5.5 km 110 m dénivelé

Jeudi 23 juillet 9 h

Facile 4 €

Boucle dans la Valmasque 6.6 km 93 m dénivelé

Jeudi 6 août 9 h

Facile 5 €

Balade aux marmottes Valberg 5.20 km 214 m dénivelé

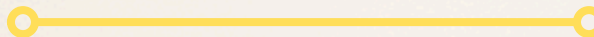
Jeudi 20 août 7 h

Facile 6 €

Le lac d'allos 7.5km 175m dénivelé

Vendredi 11 septembre 9 h Facile 5 €

Balade forestière Col de Turini 6 km 206 m dénivelé



2 et 3 juillet 9h

Moyenne 5€ + frais

Nuité Refuge de la Madonne des Fenestre

Jeudi 16 juillet 7h

Moyenne 5€

Lac Autier 6.16 km 545 dénivelé

Jeudi 30 juillet 7 h

Moyenne 5€

Lac terre rouge Isola 2000 7.64 km 460 m dénivelé

Jeudi 13 août 7 h

Moyenne 5€

Les lacs de Morgon Saint dalmas 9.15 km 535 m dénivelé

Jeudi 27 août 7h

Moyenne 5€

tête de Chamia Vignols 9.28km 501 m dénivelé

Jeudi 10 septembre 7 h

Moyenne 5€

Lac de trécolpas 8.79 km 542 m de dénivelé

Jeudi 24 septembre 7 h 30

Moyenne 5€

Sommet Lauvet d'ilonse 9.17 km 484 m dénivelé



LES SORTIES ET SOIRÉES

Animées par Daniel, Catherine, Monique et Katia

Pause détente fraîcheur

Lundi 6 juillet 13h30 8€

Musée Lou Férouil à Gilette

Vendredi 17 juillet 9 h, 10 €

La Colmiane et le télésiège

Mercredi 19 août 9 h, 5€

Grotte du Lazaret et pique-nique

Jeudi 17 septembre 14 h 5€

Juan Les Pins

Mardi 29 septembre 13h30

Saint Jeannet

Mercredi 8 juillet 20h à la Passerelle

Séance de découverte du planétarium 1 heure

Vendredi 10 juillet 20h

Nuit aux étoiles Carros Village et petites animations

Mercredi 29 juillet 7h 3€

Petit déjeuner partagé plage de la mala

Mardi 04 août 9 h 17€

Bateau électrique sur les bords de la Siagne

Lundi 17 août 19h

Pétanque / jeux parc de la Tourre repas partagé

Vendredi 28 août 11h 10€

pique nique et chaussure de marche

Jardin Val Mereh à Menton

Vendredi 18 septembre 19h 5€

Karaoké /plancha

(Un dessert ou boisson sans alcool)

Samedi 26 septembre 9h30 15€

visite, échange avec les bénévoles et repas sur place



Sorties et Soirées

*Afin d'assurer un accès à tous, chaque adhérent peut s'inscrire à 2 sorties ou balades par mois.

AGENDA

Appel pour les rendez-vous

8 et 9 juin au **06 34 26 30 25**

Jours d'inscription : 15.16 juin et 17 juin
après-midi

Vendredi 3 juillet 19h

Buffet dinatoire

Jeux / belote

Judi 16 juillet 18h

Apériludes

Parvis du forum Jacques Prévert

Judi 23 juillet 18h

Apériludes

Place Saint Pierre

Vendredi 31 juillet 17h 20h

Soirée jeux de société

Samedi 27 juin

Séminaire Grande équipe
Ouvert à tous les bénévoles

Mardi 26 au Samedi 30 mai

Semaine internationale du jeu

La Passerelle

Vous voulez être bénévole pour la

fête du jeu

Faites le savoir !



La Passerelle

Un espace convivial, ouvert à tous
Un lieu d'animations, d'accès aux droits
et de soutien aux initiatives.

habitants

idées

bénévoles

intergénérationnel

plaisir

famille

aides aux démarches

activités

rencontres

Modalités d'adhésion et d'inscription

L'adhésion est valable un an de date à date

7€ individuelle ou 12€ famille.



04 93 08 78 03



Facebook

PARmixcite Lapasserelle



Instagram

lapasserellecarros

lapasserelle@parimixcite.org



15 bis rue du bosquet 06510

Carros



2026

3ÈME TRIMESTRE

ADULTES

UN LIEU QUI
BOUGE AVEC
VOS IDÉES

WWW.LAPASSERELLE-CARROS.FR