

Activité :

Randonnée

Sandrine Pouzol,
propose **deux randonnées par semaine** :

Le mercredi en demi-journée,
Le dimanche quatre journées par mois.

Inscrivez-vous avant chaque randonnée :

Sandrine : 06 89 27 74 89 (SMS)

RDV : voie verte de Boujan sur Libron

Reprise le dimanche 20 septembre
+ 3 séjours / an : Automne, Hiver, Printemps



www.augredutemps.org

Saison 2026-27

Renseignements et tarifs

Saison : de septembre à juin

Adhésion : 15 € par personne ou 26 € par couple

Chant Gospel : 180 € / an

Randonnée : 15 € / an

Yoga : 1 cours semaine (130 € / an)

: 2 cours semaine (210 € / an)

www.augredutemps.org



Ne pas jeter sur la voie publique



Journées des associations de Boujan :
Le 5 septembre de 9h à 13h Parc Castelbon

Remerciements à la municipalité pour
son soutien logistique et financier



Association Boujanaise

AUGREDUTEMPS

www.augredutemps.org

Nos activités :

**Randonnée, Yoga,
Gospel**

Pour les découvrir, une séance vous est offerte

Contacts :

Sylvie : 06 16 92 01 93

Sandrine : 06 89 27 74 89

Mail : augredutemps34@gmail.fr

Activité

Séjours :

Automne : Espagne

Suite du sentier littoral, commencé en France ces trois dernières saisons, qui se poursuit en Espagne

Hiver : Raquettes à Mont Louis

Balade en raquettes dans les Pyrénées-Orientales
Hôtel et SPA.

Randonnée - Yoga Châteaux Cathares

Très belle rencontre, entre l'équipe de la Randonnée et celle du Yoga, donnant naissance à un séjour mêlant la randonnée, visites culturelles et séances de Yoga... Découverte et zénitude



Activité

Yoga

Etirement, Gainage, Assouplissement, Respiration, Relaxation

Séances le mardi matin de 9h00 à 10h30
et de 10h45 à 12h15
le mardi soir de 19h00 à 20h30
le jeudi de 19h à 20h30
Salle annexe Mairie
Reprise le mardi 8 septembre



Coach : Sylvie Ferrand 06 16 92 01 93



Activité

Gospel

Chant à capella avec choristes de tous niveaux...

de la détente, de la joie, de
l'amitié...

Reprise lundi 14 septembre
Le lundi de 19h00 à 21h00
Espace intergénérationnel
Raymond FARO

Cheffe de chœur et coach vocal
Emilie Gautier : 06 44 92 12 39