

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 samedi 13 septembre  
+ 3 séjours / an : Automne, Hiver, Printemps



[www.augredutemps.org](http://www.augredutemps.org)

Saison 2025-26

# Renseignements et tarifs

**Saison** : de septembre à fin juin  
**Adhésion** : 15 € par personne ou 26 € par couple

Chant Gospel : 180 € / an)  
Randonnée : 10 € / an  
Yoga : 1 cours semaine (130 € / an)  
: 2 cours semaine (210 € / an)

Ne pas jeter sur la voie publique



[www.augredutemps.org](http://www.augredutemps.org)

Remerciements à la municipalité pour  
son soutien logistique et financier



Association Boujanaise

# AUGREDUTEMPS

[www.augredutemps.org](http://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](mailto:augredutemps34@gmail.fr)

Activité



## Séjours :

### Automne : Béгур - Espagne

Suite du sentier littoral, commencé en France ces deux dernières saisons, qui se poursuit en Espagne : Départ de Béгур...

### Hiver : Raquettes à Mont Louis

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

### Randonnée - Yoga

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



Activité



## Yoga

### Etirement, Gainage, Assouplissement, Respiration, Relaxation

Séances le mardi de 10h00 à 11h30.  
le Mardi de 19h00 à 20h30 et  
le jeudi de 19h à 20h30  
Salle annexe Mairie  
Reprise le mardi 9 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 15 septembre  
Le lundi de 19h00 à 21h00  
Espace intergénérationnel  
Raymond FARO

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