



PROGRAMME 2025 - 2026 V2 au 21 Août 2025

Activités en Salles

Vice-Présidente responsable : Marie-Françoise LALANNE

36 Rue des Canaris

32000 Auch

06 95 83 05 25 - crsa32@gmail.com - www.crsa32.com

ACTIVITES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
200 Gym MAINTIEN en FORME		14 H 00 à 15 H 00 15 H 15 à 16 H 15 Salle Montégut	10 H 15 à 11 H 15 Sal.Fêtes Ordan Larroque		
201 Gymnastique douce		13 H 45 à 14 H 45 Salle ARAGO	9 H 15 à 10 H 15* 10 H 30 à 11 H 30* Salle ARAGO		
202 Gymnastique zen		10 H 00 à 11 H 00 Salle CARNOT			
203 Gym Tonique				17 H 00 à 18 H 00 Salle St-Martin (Camping)	
204 Renforcement Musculaire					9 H 00 à 10 H 15 Salle des Fêtes Duran
205 Gym Chaise			10 H 30 à 11 H 30 Salle Montégut		
206 Qi Gong		10 H 00 à 11 H 30 Sal.Fêtes Ordan Larroque			
210 Aquagym	15 H 45 à 16 H 45 Piscine d'Auch (a)	15 H 45 à 16 H 45 Piscine d'Auch (b)		15 H 45 à 16 H 45 Piscine d'Auch (c)	
212 Act Physique Adaptée SMS					11 H 00 à 12 H 00 Salle St-Martin (Camping)
220 Toutes danses en ligne		9 H 00 à 10 H 30 Salle Flora Tristan		9 H 00 à 10 H 30 Salle CIAS BrueMontaigne	9 H 00 à 10 H 30 Salle de Lasséran
222 Country	14 H 15 à 16 H 30 Salle Flora Tristan			10 H 30 à 11 H 30 Salle CIAS BrueMontaigne	
224 TaI Chi Intermédiaires* Débutants **				10 H 45 à 12 H 15 Salle St-Martin (camping) Cours avancé	10 H 30 à 11 H 45* 11 H 45 à 13 H 00** Salle des Fêtes Duran
230 Tir à l'Arc Initiation le Mercredi de 10 à 11 H.		19 H 00 à 21 H 00 Salle des Fêtes Duran	08 H 30 à 11 H 30 Salle des Fêtes Duran		
250 Tennis de Table		11 H 45 à 13 H 30 Salle Ernest Vila			11 H 45 à 13 H 30 Salle Ernest Vila
255 Pickleball (voir aussi en ext) *Nouveaux & débutants	13 H 45 à 17 H 45 Salle de Montégut	11 H 45 à 13 H 45* Salle Ernest Vila		11 H 45 à 13 H 45 Salle Ernest Vila	
256 Badminton		9 H 00 à 12 H 00 Salle de Montégut	12 H 00 à 13 H 30 Salle Ernest Vila		
260 Escalade Débutants Aguerris	9 H 00 à 10 H 00 10 H 00 à 11 H 00 (à côté du Mouzon)				
270 Yoga			9 H 00 à 10 H 00 Sal.Fêtes Ordan Larroque		
400 Atelier Mémoire en Eveil				10 H 00 à 11 H 30 Salle Michel Combe A partir Nov	9 H 00 à 10 H 20 10 H 30 à 12 H 00 Salle Michel Combe
410 Chorale	16 H 30 à 18 H 15 Salle Rosiers de Jeanne				
420 Théâtre				14 H 00 à 17 H 00 Salle d'Embats	
430 De Fil en Aiguilles		14 H à 16 H 30 Salle Puechberty			
431 Révision des bases				11 H 00 à 12 H 00 / RB	
432 Conversation Conversation + Advanced conversation		14 H 30 à 15 H 30 tous les 15 jours Advanced conversation Salle laïcité Lasseran		15 H 00 à 16 H 30 / C 13 H 30 à 15 H 00 / C+	
440 Bricolage Menuiserie	08 H à 12 H 00 La Boubée - Auch				
450 Peinture sur Soie			14 H 30 à 17 H 00 Salle Puechberty		
470 Convivialité Jeux					14 H 00 à 17 H 00 Salle Jardin Ortholan
480 Loisirs Cinéma	Ciné 32 - 14 H Voir programme sur Site				

*La gym douce du Mercredi est limitée à une séance par adhérent(e)

21-août-25 BB/DB V2

ATELIER (du 06 Octobre au 1er Décembre 2025)

Escape Game Sommeil

10 H 00 à 12 H 00
Salle laïcité Lasseran



PROGRAMME 2025 - 2026 V2 au 21 Août 2025

Activités de pleine nature

Vice-Président responsable : Jean FURCATTE

36 Rue des Canaris 32000 Auch

06 95 83 05 25 - crsa32@gmail.com - www.crsa32.com

Consultez le site "www.crsa32.com" & retrouvez toutes les infos & programmes au fil de la saison

ACTIVITES	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
255 Pickleball (voir aussi en salle)	de 9 H 00 à 12 H 00 Eté 14 H 00 à 17 H 00 Hiver Anc.Skate Park Auch				09 H 00 à 12 H 00 été 14 H 00 à 17 H 00 Hiver Ancien skate parc bord Gers
260 Escalade	<i>Programmation estivale suivant météo</i>				
300 Randonnée en plaine				Rendez-Vous 13 H 45 Voir "programme semaine" & horaire été sur site	
301 Petite Marche		10 H 30 à 11 H 30 Parking Circa			
310 Randonnées Montagne Niveau1 -1er & 3ème Jeudi mois				Rendez-vous 6 H 30 Parking du Mouzon	
311 Randonnées Montagne Niveau2 -1er & 3ème jeudi mois				6 H 45 à 19 H environ	
Les sorties N1 sont plus difficiles que les N2 - pourront être reprogrammées dans la semaine en fonction météo Voir "programme semaine" sur site					
315 Ski Alpin pour skieurs confirmés	Programmation hivernale suivant enneigement & météo Constitution sur place de deux groupes de niveaux Voir information sur le site, programme semaine				
320 Marche Nordique		8 H 45 à 10 H 30 Parking Hippodrome			8 H 45 à 10 H 30 Parking Hippodrome
Sorties à l'extérieur: voir "programme semaine" sur site					
330 Cyclotourisme Vélo Route 1 - Circuits 45 à 70 kms	Horaires d'Hiver 13 H 30 à 16 H 00				
331 Vélo Route 2 - Circuits 30 à 45 kms	Rendez-vous à 13 H 20				
332 VAE 1 - Circuits 45 à 70 kms	Parking du Mouzon				
333 VAE 2 - Circuits de 30 à 45 kms					
Horaires d'été: Rendez-vous à 8 H 45 - Départ 9 H 00 à 12 H 00					
340 Pétanque			9 H à 11 H 00 Boulodrome Duran		14 H à 17 H Boulodrome Duran
350 Swin-golf		Été 9 H à 11 H 30 Hiver 14 H à 16 H 00 Route de Duran			Été 9 H à 11 H 30 Hiver 14 H à 16 H 00 Route de Duran

Voyages - Séjours

500	Séjour Sportif Raquettes Neige			
501	Séjour Sportif Montagne	Luz St Sauveur	8-juin-26	13-juin-26
502	Séjour Sportif Cyclotourisme	Méjannes le Clap	18-mai-26	23-mai-26
503	Séjour Sportif Marche Nordique	??	25-mai-26	29-mai-26
504	Séjour Sportif Randonnée Plaine	Najac (Aveyron)	22-sept.-25	26-sept.-25
550	Voyages Touristiques	Escapade Castres - Mazamet	16-sept.-25	17-sept.-25
	Journée dans le Tarn & Garonne		16-oct.-25	
	Afrique du Sud		12-mars-26	23-mars-26
	Spectacle Shen Yun à Toulouse		28-avr.-26	
	Entre Bretagne & Normandie		3-mai-26	8-mai-26
	Alsace authentique		14-sept.-26	21-sept.-26

21-août-25 BB/DB V2

Lors de votre adhésion, conservez votre carte d'adhérent : elle vous sera demandée à partir du 1er Octobre