

L'Indépendant, 19/08/23

## Que faire cet été dans les Pyrénées-Orientales ? Découvrez les activités sportives près de chez vous



Des sessions de yoga seront organisées à Sainte-Marie-la-Mer. Pexels

Durant tout l'été, L'Indépendant vous accompagne et vous donne tous les jours des idées de sorties dans les Pyrénées-Orientales et dans l'Aude. Aujourd'hui, on vous propose quelques activités sportives à faire dans la région. Quelle est la programmation ? Suivez le guide !

Pour profiter de cette fin d'été et des dernières journées estivales, venez vous dépenser dans un cours de zumba, lors d'une compétition de golf ou de tennis. De nombreuses autres activités sont proposées jusqu'à la fin de la saison et pour tous les âges.

ADVERTISING

### Samedi 19 août

#### Font-Romeu-Odeillo-Via

- À 9h, compétition de golf, au golf de Font-Romeu. Toute la matinée.

- À 9h30, tournois de tennis en tenue d'époque, au tennis de Font-Romeu. Toute la matinée. Ouvert à tout le monde et tout âge. Tenue blanche et longue conseillée. Des raquettes en bois d'époque pourront être prêtées. Matches amicaux en poules, remise de prix et apéritif de l'amitié. Gratuit

## Dimanche 20 août

### Font-Romeu-Odeillo-Via

- À 9h, compétition de golf, au golf de Font-Romeu. Toute la matinée.
- À 16h30, démonstration de Slackline à l'esplanade des Comtes de Cerdagne. Durée : environ 1h. Gratuit.

### Saint-Génis-des-Fontaines

- De 13h à 20h, après-midi dansante avec Only Dance and Smile. Entrée à 3€ (6€ pour les non-adhérents).

### Sainte-Marie-la-Mer

- De 8h30 à 9h30, session Stretching sur la place Sourribes. Au programme : des exercices d'étirement de l'ensemble des groupes musculaires sollicités dans la vie quotidienne. Prévoir une serviette, de l'eau et une protection solaire.

## Lundi 21 août

### Sainte-Marie-la-Mer

- De 19h à 20h, session pilates sur la place Sourribes. Prévoir une serviette, de l'eau et une protection solaire.
- De 18h30 à 20h30, visite guidée à vélo. Rendez-vous au complexe Oméga. Vélos non fournis. Inscription obligatoire au bureau d'information touristique : 04 68 80 14 00.

### Les Angles

- De 14h à 16h, initiation à l'escalade avec Sébastien. Rocher d'escalade de Balcère. Inscriptions obligatoires. À partir de 5 ans.

## Mardi 22 août

### Font-Romeu-Odeillo-Via

- Les mardis kids : De 10h à 12h, parcours d'obstacles au parking de l'ancienne école de Font-Romeu. Point de rendez-vous à l'Office de Tourisme. À partir de 3 ans. Les enfants restent sous la responsabilité des parents durant l'activité. Gratuit. Inscription à l'Office de Tourisme.

## **Sainte-Marie-la-Mer**

- De 8h30 à 9h30, session yoga sur la place Guibert. Prévoir une serviette, de l'eau et une protection solaire.

## **Les Angles**

- De 10h à 12h, tournoi de foot au city stade du bas de station. À partir de 8 ans.
- De 14h à 17h, randonnée en VTT électrique.

## **Sorède**

- De 8h à 12h, rando découverte, paysages et patrimoine des albères. Inscriptions obligatoires au 04 48 98 00 04 ou directement en ligne : [boutique.tourisme-pyrenees-mediterranee.com](http://boutique.tourisme-pyrenees-mediterranee.com).
- À 21h, initiation et animation sardanes avec Els Amics Sardanistes sur la place de la République.

## **Mercredi 23 août**

### **Font-Romeu-Odeillo-Via**

- À 9h, compétition de golf, au golf de Font-Romeu. Toute la matinée.
- À 10h, Fun mountain orientation au départ du Musée sans Murs, avenue Jean-Paul. Durée : 2h. Inscription à l'Office de Tourisme : 04 68 30 68 30. Prévoir téléphone portable, pantalon et chaussures de sport. Gratuit et à partir de 12 ans.
- À 13h50, tournoi de ping-pong jeunes par poules, au club house du tennis club. Durée : 2h30. Le matériel peut être prêté. Lots et boissons offerts à tous les participants en fin d'après-midi. Inscription préalable souhaitable au 06 14 40 76 41.
- À 17h30, Zumk'Altitude, à l'esplanade des Comtes de Cerdagne. Durée : 45 minutes. En famille à partir de 8 ans et gratuit.

### **Prats-de-Mollo-la-Preste**

- À 8h, randonnée pastorale. Inscriptions au 06 04 67 32 51. 5 à 6h de marche avec dénivelé et 2h de salage et découverte du milieu. Niveau expérimenté. Tarif : 28€/pers.

## **Sainte-Marie-la-Mer**

- À 6h45, yoga sunrise en musique sur la place Guibert.
- De 19h à 20h, zumba sur la place Sourribes. Prévoir de l'eau et une protection solaire.

## **Les Angles**

- À 9h30, cours de yoga, yog'altitude avec Clémence. Information et réservation au 06 22 06 23 86.
- À 10h, sortie nature avec Benjamin Joffre. Places limitées, réservations à l'office de tourisme.

### **Sorède**

- De 8h à 12h, rando-découverte. Réservation au 04 48 98 00 04.

## **Jeudi 24 août**

### **Le Boulou**

- À 10h, balade nature, observation et analyse de la faune et flore environnante. Rendez-vous à la Maison de l'eau, puis départ sur les berges du Tech. Réservation au 04 68 87 50 10 ou accueil @mem-leboulou.fr. Tarifs : 7€ adultes et 5€ enfants (6-12 ans).

### **Sainte-Marie-la-Mer**

- De 19h à 20h, session Pilates sur la place Sourribes. Prévoir de l'eau et une serviette.

### **Les Angles**

- À 14h, atelier découverte de la course d'orientation au terrain de tennis, bas de station. À partir de 6 ans.

## **Vendredi 25 août**

### **Font-Romeu-Odeillo-Via**

- À 13h45, tournoi de tennis jeunes par poules au tennis de Font-Romeu. Compétition amicale non homologuée. Au programme : 13h45: accueil et explication des formats de match. À 14h: Matches par poules (environ 4 matchs par joueur). À 16h45: Remise des prix pour tous les participants et goûter. Tarif : 12 euros. Inscription préalable souhaitée au 06 14 40 76 41. Limité à 20 personnes. De 7 à 17 ans.

### **Sainte-Marie-la-Mer**

- De 8h30 à 9h30, session de cross training sur la place Sourribes. Prévoir de l'eau et une protection solaire.
- De 18h30 à 20h, initiation à la sardane sur la place du village.
- De 19h à 20h, z