

Interco' Mag

Du 1/01/25 au 31/01/25

Loisirs

EN CARMAUSIN-SÉGALA

ANNÉE 2025

Jeudi 9/01/25

Carmaux

> Vœux à la population

🕒 18h30 📍 Salle François Mitterrand

🆓 Gratuit.

Invitation aux vœux du Maire

☎ 05 63 80 22 50



Vendredi 10/01/25

Carmaux

> Concert jazz Club

🕒 19h-23h 📍 Café Dynamo

🆓 Gratuit.

Ambiance

☎ 07 83 32 19 33



Samedi 11/01/25

Carmaux

> "Les formes de la nature » ART
TEXTILE avec l'artiste ISAO

🕒 10h-17h - 1h de pause méridienne

📍 Atelier Amusé

🎟 Tarif unique : 55 €

Initiation à l'art textile

Matériel fourni, 2 machines à disposition.

☎ 06 76 04 75 22



Lundi 13/01/25

Carmaux

> Bulle d'R - Répit aidant

🕒 14h30-16h30 📍 Siège Social ASAD

🆓 Gratuit.

L'ASAD - Accueil de jour vous offre une pause dans votre quotidien en vous proposant des séances de yoga du rire et de sophro-théâtre avec un service d'accueil AIDÉS

Atelier gratuit mené par une sophrologue un lundi par mois à partir du mois de septembre.

☎ 05 63 76 51 79



Samedi 18/01/25

Blaye-les-Mines

> Expérience Orchestra "LAKHDAR
HANOU ENSEMBLE & L'ORCHESTRE
DE CHAMBRE DE TOULOUSE"

🕒 21h

🆓 Gratuit.

Le parfait mélange entre les albums du Lakhdar Hanou ensemble avec les arrangements de Cordes de Julien Costa écrit pour l'Orchestre de la Chambre de Toulouse.

☎ 05 63 80 25 10



Carmaux

> stage de danse

🕒 13h30-17h 📍 Salle Carlos Gardel

🎟 Tarif unique : 6 €

apprentissage et perfectionnement de danses traditionnelles

☎ 06 15 80 40 11



OFFICE DE TOURISME DU SÉGALA TARNAIS

+33(0)5 63 76 76 67 - accueil@tourisme-tarn-carmaux.fr

www.tourisme-tarn-carmaux.fr



> Musique : F.I.L

🕒 20h30 📍 Clap' Ciné

🎟️ Plein tarif : 10 €

Un peu de musique ! Le partenariat entre la ville de Carmaux et la Scène nationale d'Albi-Tarn se poursuit et vous propose un rendez-vous musical au Clap Ciné.

www.carmaux.fr



© Christine Chapuis

> A VOIR, A FAIRE JUSQU'AU...
... 1/01/25

Moularès

> Réveillon St Sylvestre

🕒 19h30 tous les jours 📍 Domaine du Vergnet

🎟️ Plein tarif : 70 €

Repas - Soirée musicale DJ - Animations et spectacle de danses de l'Inde avec Sabine

☎ 07 87 76 73 81



© Despagne

Dimanche 19/01/25

Montirat

> Stages de danse libre mensuels

🕒 10h-17h 📍 Canezac

🎟️ Adulte : 50 / 65 €

La danse libre est une pratique de danse improvisée ou méditation en mouvement.



Aucun mouvement à reproduire, aucun objectif chorégraphique.

☎ 06 86 37 67 81

https://ikaa-lagarou.com/seances-et-stages-danse-libre/#stages_immersifs

Samedi 25/01/25

Carmaux

> "On sait jamais ça peut servir"

Atelier Sculpture

🕒 10h-17h - 1h de pause méridienne

📍 Atelier Amusé

🎟️ Tarif unique : 95 €

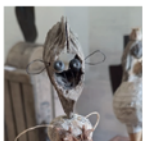
SCULPTURE autour du papier mâché-collé et du collectage de végétaux avec l'artiste Vincent CROS

Samedi 25 janvier : « On sait jamais ça peut servir ! » #1

Samedi 1er février : « On sait jamais ça peut servir ! » #2

☎ 06 72 08 16 11

<https://crosvincentcros.wixsite.com/vincent-cros-artiste>



... 27/06/25

Monestiés

> Taiji Quan & Qi Gong

🕒 18h30-19h30 et 19h45-21h mardi.

18h-19h et 19h15-20h15 mercredi.

📍 Centre de Ressourcement Énergétique de Maraval

🎟️ Tarif unique : 150 €

Animations Taiji Quan & Qi Gong (prononcer Taichi Chuan & Chi Kung), ainsi que : gym douce, stretching & méditation, sophro-relaxation... École Fa Taiji

Tout niveau, essai gratuit, tarifs adaptés (couples, précaires...), paiement échelonné...

☎ 06 06 49 87 22 - 06 28 56 65 44

<https://davidboudaille.wixsite.com/taijiquan-et-qigong>



© Cécile Nal

Saint-Benoît-de-Carmaux

> Taiji Quan & Qi Gong

🕒 10h-11h et 18h15-19h15 mardi.

14h30-15h30, 18h45-19h45 et 20h-21h15

mercredi. 18h15-19h15 et 19h30-20h45

jeudi. 📍 Pôle Culturel Art'Air

🎟️ Plein tarif : 150 €

Animations Taiji Quan & Qi Gong (prononcer Taichi Chuan & Chi Kung), ainsi que : gym douce, stretching & méditation, sophro-relaxation... École Fa Taiji

Tout niveau, essai gratuit, tarifs adaptés (couples, précaires...), paiement échelonné...

☎ 06 06 49 87 22 - 06 28 56 65 44

<https://davidboudaille.wixsite.com/taijiquan-et-qigong>



© Cécile Nal

... 31/12/24

Tanus

> Marché

📍 Place de l'Église

🆓 Gratuit.

En plus des produits du terroir proposés par les producteurs locaux, vous aurez la possibilité de savourer de la tête de veau.
<http://ville-tanus.fr/>



© Ville de Tanus - M. de la Roche

ET AUSSI...

TOUS LES LUNDIS

Mirandol-Bourgnouac

Toute l'année

> Marché des producteurs de pays

🕒 16h30-19h lundi D'octobre à mars :
salle des fêtes D'avril à octobre : place du foirail 📍 Salle des fêtes

🆓 Gratuit.

Le marché de producteurs de Mirandol se déroule tous les lundis de 16h30 à 19h

☎ 05 63 76 90 11



Communauté de Communes Mirandol

Monestiés

Du 9/09/24 au 27/06/25

> Taiji Quan style Yang

🕒 18h30-19h30 et 19h45-21h
lundi. saison 2024-2025 📍 Mairie de Monestiés

🎟 Tarif unique : 225 €

Animations Taiji Quan & Qi Gong (prononcer Taichi Chuan & Chi Kung), ainsi que : gym douce, stretching & méditation, sophro-relaxation... École Fa Taiji
Tout niveau, essai gratuit, tarifs adaptés (couples, précaires...), paiement échelonné...

☎ 06 06 49 87 22 - 06 28 56 65 44

<https://davidboudaille.wixsite.com/taijiquan-et-qigong>



© David B. Vall

Du 9/09/24 au 4/08/25

> Cours collectifs de Hatha Yoga à Canitrot

🕒 18h30-19h45 lundi 📍 Salle des Fêtes de Canitrot

🎟 Adulte : 15 €

Cours collectifs de Hatha Yoga à Canitrot (Monestiés)
Séance d'1h15 accessibles à tous dans le respect du corps et de ses possibles.

Sur réservation

☎ 06 84 29 20 94

<https://yoga-pour-soi.fr/>



© Yoga Pour Soi

TOUS LES MERCREDIS

Cagnac-les-Mines

Toute l'année

> Marché hebdomadaire

🕒 8h-12h mercredi De 8h à 12h 📍 Place Emile Grand

🆓 Gratuit.

Retrouvez les producteurs du terroir au cœur du village.

☎ 05 63 53 73 00

www.cagnac-les-mines.fr/default/



© Cagnac-Mines

Saint-Benoît-de-Carmaux

Du 18/09/24 au 25/06/25

> Cours de danse country et de line dance

🕒 18h30-20h30 mercredi 📍 Salle des fêtes

🎟 Adulte : 70 € - Enfant : 20 €

Apprentissage et pratique de la danse country et de la line dance avec l'association Old Friends Country Club

☎ 06 09 87 34 87 - 07 83 22 09 62



TOUS LES JEUDIS

Carmaux

Du 10/09/24 au 12/08/25

> Cours de Hatha Yoga à Carmaux

🕒 15h-16h15 jeudi 📍 Salle Carlos Gardel

Cours collectifs et individuels de Hatha Yoga à Carmaux.

☎ 06 84 29 20 94



© Yoga Pour Soi

<https://yoga-pour-soi.fr/>

Monestiés

Du 12/09/24 au 7/08/25

> Yoga thérapie et astro-thérapie
à Monestiés

🕒 13h30-17h jeudi 📍 Salle Jean Jaurès

👤 Tarifs non communiqués.

Yoga Thérapie et Astro-Thérapie

☎ 06 81 29 20 94

<https://yoga-pour-soi.fr/astro-therapie-avec-aurore-castex-astrotherapie/>



Du 12/09/24 au 3/07/25

> Cours de yoga

🕒 18h30-19h45 jeudi 📍 Salle Jean Jaurès

👤 Tarifs non communiqués.

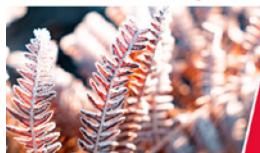
Cours de yoga à la mairie de Monestiés
toute l'année

☎ 06 44 04 98 24

www.bienetre-biengrandir.fr/



20/25



Christian Bordolil, vice-président
en charge du tourisme et l'équipe
de l'Office de tourisme du Ségala
tarnais vous présentent leurs

**MEILLEURS VOEUX
POUR L'ANNÉE 2025 !**

SÉGALA.
SAUVAGE DE CARACTÈRE



TOUS LES VENDREDIS

Carmaux

Toute l'année

> Marché hebdomadaire
Carmaux

🕒 8h-13h vendredi 📍 Place Gambetta

👤 Gratuit.

Le marché hebdomadaire du vendredi

matin à Carmaux est un rendez-vous incontournable. A vous
de remplir vos paniers avec les bons produits du terroir.

☎ 05 63 80 22 50

