

Interco' Mag

Du 1/04/25 au 30/04/25

Loisirs

EN CARMAUSIN-SÉGALA

ANNÉE 2025

Mardi 1/04/25

Monestiés

> CaSa Mobile

🕒 14h-16h30 📍 Place du Foirail

€ Gratuit.

Camion jaune de La CaSa - centre social Carmausin-Ségala

☎ 05 63 36 14 40



Vendredi 4/04/25

Carmaux

> Relais d'histoire

🕒 9h45-11h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Le Relais Petite Enfance du Carmausin Ségala est un lieu ressource pour les professionnels de la petite enfance, et notamment pour les assistantes maternelles et les gardes à domicile.

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



Mercredi 2/04/25

Carmaux

> Atelier créatif CREA'Muse

🕒 14h15-15h45 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

CRÉAmuse est un atelier créatif et ludique de découverte et d'expérimentation en arts plastiques pour les enfants.

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



Tanus

> Café associatif de la Crouzié

🕒 19h 📍 La Crouzié

€ Gratuit.

Le café asso de la Crouzié à lieu chaque premier vendredi du mois au lieu-dit la Crouzié à Tanus.

☎ 06 69 18 67 86

www.deboutlesyeux.com/



Jeudi 3/04/25

Saint-Benoît-de-Carmaux

> Repair'café du FabLab de Carmaux

🕒 18h30-20h30 📍 Pôle Culturel Art'Air

€ Gratuit.

Tous les premiers jeudi du mois, le Fablab de Carmaux anime gratuitement un Repair'café où il est possible d'amener un objet à réparer.

☎ 07 62 29 94 80

www.fablab-carmaux.fr/



Samedi 5/04/25

Carmaux

> Création de carnets poétiques avec l'artiste-auteur Vincent CROS

🕒 10h-17h - 1h de pause méridienne

📍 Atelier Amusé

€ Tarif unique : 95 €

Création de carnets poétiques avec l'artiste-auteur Vincent CROS

☎ 06 72 08 16 11

<https://crosvincentcros.wixsite.com/crosetgrizzli>



OFFICE DE TOURISME DU SÉGALA TARNAIS

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

www.tourisme-tarn-carmaux.fr



> Stand de découverte Minecraft au cinéma de Carmaux

🕒 13h-18h 📍 Clap' Ciné

€ Gratuit.

Dans le cadre de la sortie du film « Minecraft » qui va sortir le 2 avril 2025, le FabLab et le cinéma « ClapCiné » de Carmaux s'associent pour animer un stand de découverte autour du jeu de construction numérique « Minecraft ».

☎ 07 62 29 94 80

www.fablab-carmaux.fr/



Eclat & Cinema

> Clés d'écoute : la musique de Gabriel Fauré révélée « en chœur »

🕒 14h30 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Les clés d'écoute permettent d'en savoir plus sur un compositeur, un courant musical, ce samedi : la musique de Gabriel Fauré révélée « en chœur ».

☎ 05 63 76 85 85

<https://lamediatheque.carmaux.fr>



C&C

Monestiés

> La serpillière de Monsieur Mutt

🕒 16h-17h 📍 Salle des fêtes

€ Plein tarif : 10 €

Un spectacle espiègle et délicieusement subversif, une ode à la liberté et à l'Art! Dès 4 ans

☎ 05 63 80 14 00



C&C

Montirat

> St Patrick à Montirat

🕒 19h30-23h30 - 19h30 - 23h30 : Repas concert 21h : concert 📍 Salle des fêtes de Montirat/St Christophe

€ Plein tarif : 22 € - Tarif réduit : 14 €

Organisation en partenariat entre Vivre à Lagarde Viaur et le Comité des Fêtes de Jouqueviel

☎ 07 86 25 88 49



C&C

Dimanche 6/04/25

Carmaux

> Vide-greniers de l'APE du collège Victor Hugo

🕒 8h-18h 📍 Salle Pierre Bérégovoy

€ Gratuit.

Vide-greniers au profit des élèves du collège Victor Hugo de Carmaux.

☎ 07 78 64 58 21



C&C

> Redonnez éclat et tonicité à votre visage grâce au Yoga du Visage

🕒 10h-11h30 📍 24 rue de la Briqueterie

€ Plein tarif : 15 €

Redonnez éclat et tonicité à votre visage grâce au Yoga du Visage

Le visage, tout comme le corps, a besoin d'entretien pour rester tonique et rayonnant. Le yoga du visage, une méthode naturelle et douce, permet de raffermir la peau, de lisser les traits.

☎ 06 48 77 32 34

<https://yogaryam.com/>



C&C

Du 8 au 27/04/25

Monestiés

> Exposition « Éternelle enluminure »

🕒 10h-18h tous les jours 📍 Salle Le Moulin

€ Gratuit.

« Les Enluminures d'Adélaïde » vous présentent des reproductions d'enluminures datant du Moyen-Age (XIIIe siècle et plus tard) et des créations sur papier, parchemin végétal ou bois sculpté.

☎ 06 89 61 73 40

<https://enluminuresadelaide.com>



Mercredi 9/04/25

Carmaux

> Heure du livre et du conte

🕒 16h-17h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit. 🧑 À partir de 3 ans

Envie de belles histoires ? Petites ou grandes, elles prennent vie pour rêver, pour rire, pour avoir peur et... pour grandir !

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/index.php>



Jeudi 10/04/25

Carmaux

> Atelier parent-enfant Liens d'histoires

🕒 9h30-10h30 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🎟 Gratuit. 👤 De 0 à 3 ans

Les professionnelles de la Protection Maternelle Infantile (PMI) proposent de partager un moment de plaisir avec son enfant.

📞 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/index.php>



> Conférence : savoir reconnaître les plantes comestibles

🕒 14h30-17h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🎟 Gratuit.

Venez découvrir les plantes sauvages comestibles ou médicinales.

📞 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



Samedi 12/04/25

Carmaux

> Création de carnets poétiques avec l'artiste-auteur Vincent CROS

🕒 10h-17h - 1h de pause méridienne

📍 Atelier Amusé

🎟 Tarif unique : 95 €

Création de carnets poétiques avec l'artiste-auteur Vincent CROS

📞 06 72 08 16 11

<https://crosvincentcros.wixsite.com/crosetgrizzly>



© Vincent Cros

> Tournoi borne arcade

🕒 10h30-12h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🎟 Gratuit. 👤 À partir de 7 ans

Les bornes d'arcades sont de retour à la médiathèque.

📞 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



> Stage de danse

🕒 13h30-17h 📍 Salle Carlos Gardel

🎟 Tarif unique : 6 €

Apprentissage et perfectionnement de danses traditionnelles.

📞 06 15 80 40 11



> Jeux de rôles

🕒 14h-17h30 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🎟 Gratuit. 👤 À partir de 12 ans

Venez découvrir les jeux de rôles.

📞 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/index.php>



> Quiz « médiathèque »

🕒 16h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🎟 Gratuit.

Pour ce premier quiz, venez vous tester sur un jeu de questions-réponses sur le thème : connaissez-vous la médiathèque ?

📞 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



> VOX LAB SHOW #3

🕒 20h30-0h 📍 Salle François Mitterrand

🎟 Plein tarif : 8 €

3ème édition du VOX LAB SHOW, concert de fin d'année des élèves du VOX LAB STUDIO.

📞 06 79 70 90 97

www.voxlabstudio.fr



© Vox Lab Studio

Monestiés

> Atelier émaillage de sardines

🕒 14h30-16h 📍 Boutique Terre de Grès

🎟 Plein tarif : 30 €

Pour le projet de l'eau, je propose plusieurs ateliers d'émaillage de sardines à but utilitaires ou de décorations. Lors d'un atelier d'1h30 vous pourrez décorer avec de l'émail une sardine en grès réalisée par mes soins.

📞 07 85 70 64 59



> Jazz Club du Moulin

🕒 19h-22h 📍 Salle des fêtes

Entrée sur adhésion, participation libre.

Soirée jazz avec invitation d'un groupe + scène ouverte.

À partir de 19h. Buvette et restauration sur place.

☎ 06 16 95 45 25



Montirat

> Repas choucroute

🕒 12h 📍 Salle des fêtes de Montirat/St Christophe

€ Adulte : 24 €

Repas choucroute organisé par l'association les Rencontres de Saint-Christophe

☎ 06 30 60 01 29



Du 12/04 au 2/11/25

Monestiés

> L'eau s'invite dans le musée Bajén Vega

📍 Musée Bajén Vega

€ Plein tarif : 4 €

Des tableaux de peintres Bajén Vega sur le thème de l'eau seront exposés au musée de Monestiés.

☎ 05 63 76 19 17



Dimanche 13/04/25

Monestiés

> Atelier mosaïque sur le thème de l'eau

🕒 14h-17h 📍 Boutique l'Entrée Libre

€ Plein tarif : 45 €

"Subtiles nuances de bleu" - Venez expérimenter la mosaïque le temps d'un après-midi en petit comité dans l'atelier l'Entrée Libre, au cœur du village de Monestiés. Vous réaliserez votre mosaïque à partir de vaisselles anciennes et tesselles.

☎ 07 88 46 38 61



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 61

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



Saint-Benoît-de-Carmaux

> Vide-greniers du FabLab de Carmaux

🕒 7h-17h30 📍 Esplanade des écoles

€ Gratuit.

Le FabLab de Carmaux organise son premier vide-greniers le dimanche 13 avril 2025, de 7h à 17h30 !

Venez chiner, vendre et profiter d'un moment convivial.

Buvette, restauration et WC sur place pour une journée pleine de bonnes affaires !

☎ 07 62 29 94 80

www.fablab-carmaux.fr/



Lundi 14/04/25

Carmaux

> Bulle d'R - Répét 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



Du 14 au 16/04/25

Montirat

> Stage de théâtre enfants

📍 Salle des fêtes de Montirat/St Christophe

Acanthalia, en partenariat avec Les Rencontres de Saint-Christophe propose des stages de théâtre pour les jeunes enfants

☎ 06 62 51 40 10



Du 14 au 25/04/25

Le Garric

> Vacances de printemps à Cap'Découverte

🕒 9h-17h tous les jours - Prêt de jeux fermé de 12h00 à 13h00 et week-end

📍 Parvis de la Maison de la Découverte

€ Gratuit.

Pendant les vacances de printemps, venez profiter des espaces de loisirs en plein air à Cap'Découverte !

☎ 05 63 80 29 00

<https://capdecouverte.com/>



Mardi 15/04/25

Carmaux

> Loup-Garou version numérique : cyber-attaque !

🕒 14h-17h15 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit. 👤 À partir de 10 ans

Venez défendre votre communauté !

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



> Racontines pour les petits

🕒 16h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit. 👤 De 2 à 3 ans

Des comptines et des histoires, pour développer l'imaginaire et l'éveil artistique, favoriser la curiosité, pour le plaisir d'écouter des histoires et donner envie de lire tout seul !

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



Mirandol-Bourgnonac

> Parcours Détente Culturel et Artistique pour Tous

🕒 14h30-17h 📍 Salle des fêtes

10€ par période d'ateliers (d'avril à juin et de septembre à décembre 2025).

Adhésion à l'association Plumes en Ségala obligatoire.

Le Parcours Détente Culturel et Artistique pour tous, initié par l'association Plumes en Ségala de Montirat reprendra dès le mois d'avril jusqu'en juin et de septembre à décembre 2025. Des ateliers culturels et artistiques très variés, accessibles à tous.

☎ 06 15 76 41 91

www.facebook.com/groups/911142936756563?locale=fr_FR



Mercredi 16/04/25

Carmaux

> Ateliers loisirs créatifs

🕒 15h-17h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

€ Gratuit.

Réalisez un projet créatif lors d'ateliers collectifs.

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



Le Garric

> Atelier cerfs-volants parent/enfant

🕒 13h30-17h30 📍 Parvis de la Maison de la Découverte

€ Plein tarif : 10 €

Laissez-vous porter par le vent lors d'un atelier de fabrication de cerfs-volants à Cap'Découverte avec vos enfants.

☎ 05 63 80 29 01

<https://capdecouverte.com/>



Monestiés

> Activité « Fabrication moulin à eau »

🕒 14h30-17h 📍 Médiathèque

🆓 Gratuit.

Les moulins du Cérout ont marqué Monestiés.

Cette activité propose de renouer avec cette histoire de manière ludique et pratique avec une expérimentation autour de l'eau et du fonctionnement d'un moulin à eau.

☎ 05 63 38 07 72



> Visite commentée « La revanche de la moustache à Calvignac »

🕒 15h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🆓 Gratuit.

Le centre culturel de la ville est baptisé du nom de Jean-Baptiste Calvignac. Mais c'est qui ce bonhomme ? Un poète, un ouvrier, un camarade, un maire, un moustachu et un rôleur avec ça.

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



Jeudi 17/04/25

Carmaux

> Racontines pour les grands

🕒 16h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🆓 Gratuit. 👤 À partir de 4 ans

Des comptines et des histoires, pour développer l'imaginaire et l'éveil artistique, favoriser la curiosité, pour le plaisir d'écouter des histoires et donner envie de lire tout seul !

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



> Tournoi borne arcade

🕒 16h30-18h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🆓 Gratuit. 👤 À partir de 7 ans

Les bornes d'arcades sont de retour à la médiathèque.

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



Samedi 19/04/25

Carmaux

> CLUB MED'iatheque - partageons nos coups de cœur

🕒 10h30-11h30 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🆓 Gratuit.

Tous les deux mois, autour d'un café, le samedi matin à 10h30, venez partager vos coups de cœur romans, BD, films, musique... lors d'un moment convivial !

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/index.php>

CLUB MED'iatheque
partageons nos coups de cœur



Pampelonne

> Balade herboristique au bord du Viaur

📍 Site de Thuriers

🎫 Plein tarif : 12 € - Tarif réduit : 10 €

Balade herboristique au bord du Viaur.

Découverte des plantes médicinales et leurs vertus

☎ 06 64 53 28 47



Saint-Benoît-de-Carmaux

> Soirée jeux-vidéo et rétrogaming

🕒 20h30-23h 📍 Pôle Culturel Art'Air

🆓 Gratuit.

Venez découvrir différentes générations de jeux vidéos et de consoles, des années 80 à nos jours, avec des amis, seul ou en famille.

☎ 07 62 29 94 80

www.fablab-carmaux.fr/



Du 19/04 au 3/05/25

Carmaux

> Exposition « La revanche de la moustache à Calvignac »

📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🆓 Gratuit.

Le centre culturel de la ville est baptisé du nom de Jean-Baptiste Calvignac. Mais c'est qui ce bonhomme ? Un poète, un ouvrier, un camarade, un maire, un moustachu et un rôleur avec ça.

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



Mercredi 23/04/25

Carmaux

> Atelier Marionnettes & théâtre d'objets

🕒 14h30-16h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🆓 Gratuit. 👤 De 8 à 10 ans

La compagnie Mains d'Argile / Théâtre d'objets éphémères, propose un nouvel espace de jeu par le biais de l'objet, le matériel, la marionnette !

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/index.php>



Dimanche 20/04/25

Jouqueviel

> Rallye du Viaur

🕒 8h30-16h 📍 Lengourp

🎟 Tarif unique : 2 / 30 €

En matinée, départ de la randonnée pédestre d'environ 12 km à la Vicasse (Montirat) et de la descente canoë kayak du Viaur d'environ 15 km à Lengourp (Jouqueviel). Déjeuner champêtre au camping du Gourpassou (Bor et Bar)

☎ 06 16 32 49 67 - 06 37 01 82 29

<http://viaur.vivant.free.fr/VIAUR/TEXTES/INFO/calrando.htm>



Le Garric

> Balade contée « À la Découverte de la biodiversité »

🕒 14h-16h 📍 Parvis de la Maison de la Découverte

🎟 Tarif unique : 8 €

Balade encadrée par le CPIE des Pays Tarnais.

☎ 05 63 80 29 01

<https://capdecouverte.com/>



Mardi 22/04/25

Carmaux

> Faites vos jeux !

🕒 14h-18h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🆓 Gratuit.

L'espace d'un après-midi, la médiathèque vous propose la découverte de jeux de société

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



Pampelonne

> Film "Flow, le chat qui n'avait plus peur de l'eau" de Gints Zilbalodis

🕒 15h-17h 📍 Salle des fêtes

🆓 Gratuit.

Projection d'un film d'animation

☎ 05 63 76 37 92

www.pampelonne-tarn.com/



Jeudi 24/04/25

Monestiés

> Soirée Jeux de Société

🕒 19h 📍 Mad Dog Pizzeria

🎟 Tarifs non communiqués.

Soirée Pizza à partir de 19h suivie de jeux de cartes et/ou de société à partir de 20h30.

Partagez un bon moment en famille ou entre amis.

Ouvert à tous

☎ 06 75 07 42 80



Samedi 26/04/25

Carmaux

> Visite commentée « La revanche de la moustache à Calvignac »

🕒 15h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🆓 Gratuit.

Le centre culturel de la ville est baptisé du nom de Jean-Baptiste Calvignac. Mais c'est qui ce bonhomme ? Un poète, un ouvrier, un camarade, un maire, un moustachu et un rôleur avec ça.

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



> Sieste musicale

🕒 15h-16h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🆓 Gratuit.

C'est l'heure de la sieste à la médiathèque... Mais en musique !

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



Mardi 29/04/25

Carmaux

> Visite commentée « La revanche de la moustache à Calvignac »

🕒 15h 📍 Médiathèque - Centre culturel Jean-Baptiste Calvignac

🆓 Gratuit.

Le centre culturel de la ville est baptisé du nom de Jean-Baptiste Calvignac. Mais c'est qui ce bonhomme ? Un poète, un ouvrier, un camarade, un maire, un moustachu et un rôleur avec ça.

☎ 05 63 76 85 85

<https://mediatheques.dlireetplus.fr/>



Mercredi 30/04/25

Monestiés

> Cours de Hip Hop

🕒 18h15-19h15 📍 Salle Jean Jaurès

🎟 Plein tarif : 8 €

Le plaisir de danser pour toutes générations. Cours de hip-hop de 7 à 77 ans

☎ 07 64 12 59 89



> A VOIR, A FAIRE JUSQU'AU...

... 6/04/25

Blaye-les-Mines

> Exposition Peintures

🕒 9h-19h tous les jours 📍 Salle Les Pilots

🆓 Gratuit. Entrée gratuite.

Exposition tableaux



... 27/04/25

Pampelonne

> Exposition « Les formes de l'eau dans le Tarn » par Xavier Floutard-Vayleux

🕒 Tous les jours 📍 Mairie de Pampelonne

🆓 Gratuit.

Tout un magnifique programme que Xavier Floutard-Vayleux, photographe au Département du Tarn depuis 2018, propose de nous raconter à travers 19 récits photographiques.

☎ 05 63 76 32 09

www.pampelonne-tarn.com/



Céline Boudaille

... 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>



Céline Boudaille

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>



Cliquez ici

... 31/12/25

Tanus

> Marché

🕒 8h-13h troisième mardi du mois

📍 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/>



© DTN de l'Agence de la Région

ET AUSSI...

TOUS LES LUNDIS

Mirandol-Bourgnounac

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



Cliccazione Marché de 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>



Cliquez ici

... 4/12/25

Cagnac-les-Mines

> Exposition Mineurs d'Ukraine, photographies de Youry Bilak

🕒 Tous les jours 📍 Musée-Mine
Départemental

🎫 Gratuit.

Le Musée-mine départemental accueille en extérieur une série de photographies réalisées en Ukraine par l'artiste Youry Bilak entre 2005 et 2012. Ces clichés offrent un regard saisissant sur une exploitation minière qui se poursuit en temps de guerre.

☎ 05 63 53 91 70

<https://musees.tarn.fr/nos-musees/musee-mine-departemental>



© Youry Bilak

... 30/06/26

Saint-Benoît-de-Carmaux

> Cours collectifs de yoga

🕒 10h-11h15 lundi, jeudi. 18h30-19h45
lundi, mardi. 📍 Pôle Culturel Art'Air

🎫 Plein tarif : 15 / 18 €

Cours collectifs de yoga pour tous, séances 1h15 matin et soir
Lundis yoga et renforcement musculaire, mardis et jeudis Raja yoga

Une pratique douce et respectueuse adaptée à tous et toutes quelque soit votre condition physique

☎ 06 44 04 98 24

www.bienetre-biengrandir.fr/



Du 21/04 au 28/07/25

> Cours collectifs de Hatha Yoga à Canitrot

🕒 18h30-19h45 lundi tous les lundis soirs 📍 Salle des Fêtes de Canitrot
Cours à l'unité / Forfait 5 cours.

Cours collectifs de Hatha Yoga avec Aurore Castex, association Yoga pour Soi

☎ 06 84 29 20 94

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



Du 6/03/25 au 30/06/26

> Séances collectives de relaxation

🕒 18h30-19h15 mercredi 📍 Pôle Culturel Art'Air

🎟 Plein tarif : 15 € Tarif réduit : €

Séances collectives de relaxation les mercredis. Rétablir la paix intérieure grâce à des respirations, à des pratiques de pleine conscience, à la sophrologie, au braingym, à des automassages (Do-in) et à des pratiques psychocorporelles.

☎ 06 44 04 98 24

www.bienetre-biengrandir.fr/



TOUS LES MARDIS

Carmaux

Du 22/04 au 5/08/25

> Yoga thérapie à Carmaux

🕒 15h-16h30 mardi Tous les mardis après-midi 📍 Salle Carlos Gardel
Yoga Thérapie avec Aurore Castex, association Yoga pour soi

☎ 06 84 29 20 94

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



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/



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

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



Monestiés

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/



Du 24/04 au 31/07/25

> Consultations en Astro-Thérapie à Monestiés

🕒 13h30-17h jeudi Tous les jeudis après-midi 📍 Salle Jean Jaurès

🎟 Tarifs non communiqués.

Votre rendez-vous du jeudi après-midi avec Aurore Castex, Astro-Thérapeute.

Un accompagnement thérapeutique personnalisé qui se base sur votre thème natal.

☎ 06 84 29 20 94



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

TOUS LES VENDREDIS

Carmaux

Toute l'année

> Marché hebdomadaire

Carmaux

🕒 8h-13h vendredi 📍 Centre Ville

🆓 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.

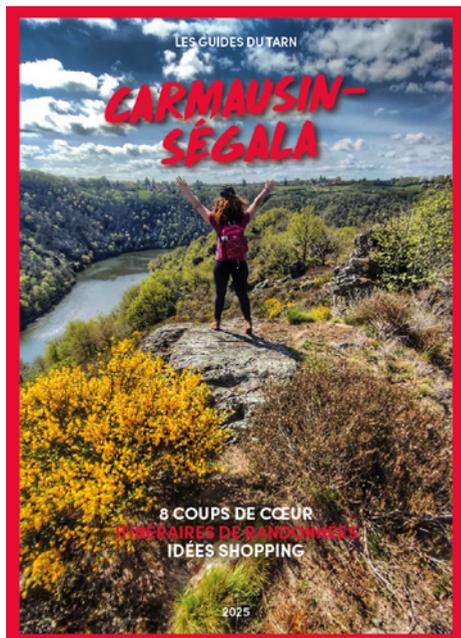
☎ 05 63 80 22 50



NOUVELLES ÉDITIONS

Disponibles dans les Points d'Accueil Touristique de Carmaux et Monestiés

GUIDE TOURISTIQUE 2025



CARTE TOURISTIQUE 2025





EN MAI, TOUS À VÉLO !

SAMEDI 24 MAI 2025

GRATUIT



2 PARCOURS À DÉCOUVRIR :

Sur la voie verte « le chemin des mineurs »

PARCOURS n°1 :

Domaine de la Verrerie -
Musée-mine départemental
12km - départ à 9h30

PARCOURS n°2 :

Domaine de la Verrerie -
Cité des Homps
23km - départ à 14h30

RÉSERVATION OBLIGATOIRE (PLACES LIMITÉES) :



OFFICE DE TOURISME
DU SÉGALA TARNAIS

06 63 76 76 67

accueil@tourisme-tarn-carmaux.fr