



L'AISE

SEMAINE Z'AISE DU 17 AU 23 AOÛT 2020



#RETROUVEZ-VOUS
e'Aisne

**PLUS DE 50 ÉVASIONS BIEN-ÊTRE
POUR DÉCOUVRIR DES SITES
EMBLÉMATIQUES DE L'AISE**

Abbaye Saint-Jean-des-Vignes à Soissons

Retrouvez toutes les informations sur
www.jaimelaisne.com et agenda.esprithautsdefrance.com

SEMAINE Z' AISNE

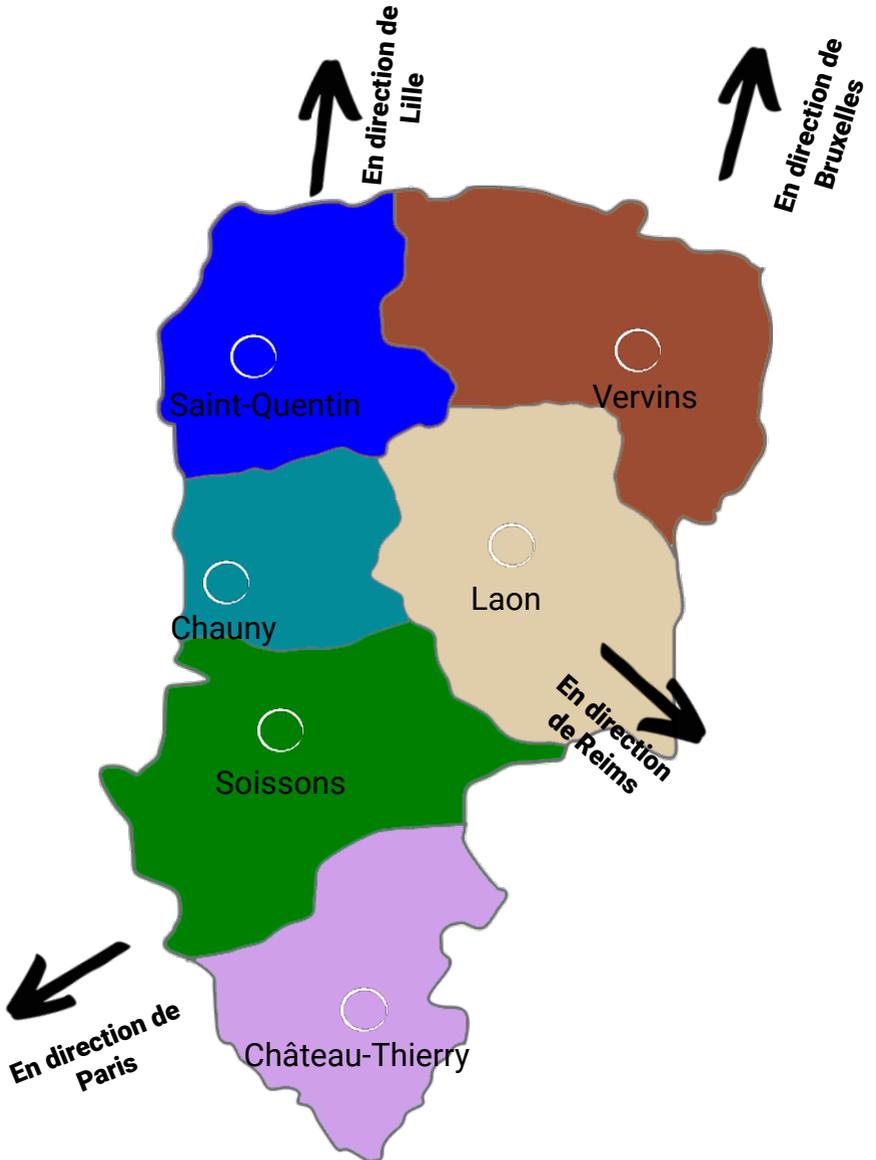
Bienvenue dans l'Aisne pour une semaine 100% z'Aisne.

Les offices de tourisme de l'Aisne, en partenariat avec les praticiens du bien-être et les lieux touristiques emblématiques de notre département, vous ont concocté des rendez-vous pour vous ressourcer, prendre soin de vous, vous retrouver et découvrir des lieux magiques.

Sophrologie à la chapelle des Templiers de Laon, marche méditative et coucher de soleil dans la canopée, yoga nidra dans le jardin du cloître de l'Abbaye de Saint-Michel, marche nordique au magnifique donjon de Septmonts et plus de 50 autres instants bien-être vous attendent ! Alors, profitez-en et adoptez **la Z'Aisne Attitude !**



SE REPERER DANS L' AISNE



Pays de Thiérache



Pays chaunois



Région du
Soissonnais-Valois



Vermandois
Saint-Quentin
et sa région



Pays de Laon



Château-Thierry
et les Portes de
la Champagne

Lundi 17 août 2020

Evasion à vélo sur l'EuroVélo 3, l'Axe Vert de Thiérache



€ 8€ la location pour la demi-journée et 13€ pour la journée

 Couple, solo

 Sur réservation

 Estaminet La Halle
12 rue de Chigny à Marly-Gomont

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



Parenthèse dans le temps au Jardin Roy : ateliers «gestion du stress» et «Dame Nature»

€ 35€/personne

 Couple, solo

 à 10h

 Le Jardin Roy
1 rue des Ecoles à Haution

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



Sortie sensorielle aux Landes de Versigny, classées Natura 2000

€ Gratuit

 Couple, solo, avec les enfants

 à 10h sur réservation

 Landes de Versigny

 Syndicat mixte du Pays Chaunois – T : 03 75 30 00 21 – accueil.tourisme@payschaunois.fr

Atelier Land'Art au cœur des Landes de Versigny, classées Natura 2000



€ Gratuit

 Couple, solo, avec les enfants

 à 17h sur réservation

 Landes de Versigny

 Syndicat mixte du Pays Chaunois – T : 03 75 30 00 21 – accueil.tourisme@payschaunois.fr



La Voie Verte de l'Ailette, ou la V30, à bicyclette électrique !

€ 16€ la location pour la demi-journée,
25€ pour la journée

 Couple, solo

 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampeuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampeuil@orange.fr



Balade à vélo, relaxation dans un spa privatif ou massage

€ 56€/personne (1/2 journée de location de VAE et 1h30 espace privatif aquatique) et de 71€ à 106€/personne (1/2 journée de location de VAE et choix d'un massage)

 Couple, solo

 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampeuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampeuil@orange.fr



Un cocktail de marche nordique et de sophrologie à l'Abbaye de Vauclair

€ 24€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 9h

 Abbaye de Vauclair à Bouconville-Vauclair

 Office de Tourisme du Pays de Laon – T : 03 23 20 28 62 – info@tourisme-paysdelaon.com



Gym Douce au Fort, visite de la chèvrerie et dégustation de fromages



€ 20€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 17h

 Fort à Bruyères et Montbérault

 Office de Tourisme du Pays de Laon – T : 03 23 20 28 62 – info@tourisme-paysdelaon.com



Initiation au Do-In au Bois Bertrand, espace naturel préservé



€ 9€/personne

 Couple, solo

 à 10h

 Bois Bertrand
Rue d'Airlaines à Fontenoy

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr



Initiation au Qi Gong au Bois Bertrand, espace naturel préservé



€ 9€/personne

 Couple, solo

 à 11h30

 Bois Bertrand
Rue d'Airlaines à Fontenoy

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr



Balade sensorielle au Bois Bertrand et collation



€ 9€/personne + 12 ans, 7€/enfant de 4 à 11 ans

 Couple, solo, avec les enfants

 à 14h30

 Bois Bertrand
Rue d'Airlaines à Fontenoy

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr

Histoire et sophrologie à la majestueuse Abbaye Saint-Jean-des-Vignes



€ 11€/personne

 Couple, solo

 à 15h

 Abbaye Saint-Jean-des-Vignes-
Boulevard Jeanne d'Arc à Soissons

 Office de Tourisme du GrandSoissons – T : 03 23 93 32 62 – mcboinet@agglo-soissonnais.com



Méditation bioénergétique et reconnexion profonde aux arbres au Parc Saint-Crépin



€ 10€/personne

 Couple, solo

 à 18h30

 Parc Saint-Crépin
Boulevard Henri Martin à Soissons

 Office de Tourisme du GrandSoissons – T : 03 23 93 32 62 – mcboinet@agglo-soissonnais.com



Marche méditative et coucher de soleil dans la canopée au cœur de la forêt de Retz



€ 13.50€/personne

 Couple, solo

 à 19h30

 Tour d'observation du Général Mangin,
route du faite à Puisieux-en-Retz

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr



Qi Gong parmi les roses sur les remparts de Château-Thierry



€ 25€/adulte et 20€/enfant de 12 à 15 ans

 Couple, solo, avec les enfants
ou entre amis

 Sur réservation

 Rue de la Barre à Château-Thierry

 Nina Pavlista - T : 06 20 79 08 26 - compagnietransitcollectif@yahoo.fr

Découvrez le soin Reiki, au cœur du Jardin des Petits Prés dans le vignoble de Champagne



€ 45€/personne

 Solo

 à 9h,10h, 11h, 16h et 17h

 Rue des Garats à Château-Thierry

 Marion Chamorin – T : 07 87 95 17 89 – marionchamorin@icloud.com



Découvrez « l'ACCESS BARS » dans le petit village pittoresque de Belleau



€ 60€/personne

 Solo

 à 10h, 12h, 16h et à 18h

 Place du Général Pershing à Belleau

 Céline Padieu – T : 06 10 07 42 89 – celine.padieu09@gmail.com



Gym sensorielle au magnifique parc des Bruyères à Fère-en-Tardenois



€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 10h

 38 Rue de la Goutte d'Or
à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com



Méditez dans un jardin de peintre au cœur du vignoble de Champagne



€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 10h30

 31 rue Pierreuse à Romeny-sur-Marne

 Denise SCHNEPS - T : 06 85 21 89 03 - deniseschneps@gmail.com

Aromatouch au coeur du Moulin d'Heurteville

€ 45€/personne

 Couple



 à 14h

 Moulin d'Heurteville à Gandelu

 Céline Padiou – T : 06 10 07 42 89 - celine.padiou09@gmail.com



Apprendre à se connaître à travers les cartes au Mont de Bonneil dans le vignoble de Champagne

€ 12€/personne

 Couple, solo ou entre amis



 à 14h30

 Mont de Bonneil
Route du Mont de Bonneil à Bonneil

 Lucile Chatard – T : 06 45 69 37 01 - contact@mapetitevoixmedit.fr



Gym sensorielle dans les ruines majestueuses du château de Fère-en-Tardenois

€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis



 à 16h

 38 Rue de la Goutte d'Or
à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com

Mardi 18 août 2020

Evasion à vélo sur l'EuroVélo 3, l'Axe Vert de Thiérache



€ 8€ la location pour la demi-journée et 13€ pour la journée

 Couple, solo

 Sur réservation

 Estaminet La Halle
12 rue de Chigny à Marly-Gomont

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



Yoga nidra dans le jardin du cloître de l'Abbaye de Saint-Michel et visite libre



€ 20€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 14h

 Abbaye de Saint-Michel
Rue du Chamiteau à Saint-Michel

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



Promenade à vélo sur les pas de l'écrivain britannique Robert Louis Stevenson



€ 7€ la location à la demi-journée, 13€ la location à la journée

 Couple, solo, avec les enfants

 Sur réservation

 La Ferme d'Alice, 23 Rue Achille
Langlet à Moy de l'Aisne

 Alice et Sébastien Varlet - T : 06 15 74 62 97 - alicearlet@sfr.fr

Initiation à la Biodanza dans l'exceptionnelle Maison de Marie-Jeanne...



€ 9€/personne

 Couple, solo

 à 14h

 Maison Marie-Jeanne – 39 rue du Général de Gaulle à Alaincourt

 Office de Tourisme et des Congrès du Saint-Quentinois – T : 03 23 67 05 00 - tourisme@saint-quentin.fr



Apéritif de musicothérapie et dîner en bus-restaurant dans un petit village picard



€ 20€/personne (+ 16ans). Prix du dîner dans le bus restaurant non compris

 Couple

 à 18h sur réservation

 Place du Village de Courbes

 Syndicat mixte du Pays Chaunois – T : 03 75 30 00 21 – accueil.tourisme@payschaunois.fr



La Voie Verte de l'Ailette, ou la V30, à bicyclette électrique !



€ 16€ la location pour la demi-journée, 25€ pour la journée

 Couple, solo

 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampeuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampeuil@orange.fr



Balade à vélo, relaxation dans un spa privé ou massage



€ 56€/personne (1/2 journée de location de VAE et 1h30 espace privé aquatique) et de 71€ à 106€/personne (1/2 journée de location de VAE et choix d'un massage)

 Couple, solo

 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampeuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampeuil@orange.fr

Sophrologie dans le jardin fantastique de la Chapelle des Templiers à Laon et visite guidée



€ 18€/personne

 Couple, solo

 à 15h30

 Jardin du Musée - 32 Rue Georges Ermant à Laon

 Office de Tourisme du Pays de Laon – T : 03 23 20 28 62 – info@tourisme-paysdelaon.com



Taïchi chuan devant la façade du château de La Ferté-Milon



€ 9€/personne

 Couple, solo

 à 10h

 Rue du vieux château à La Ferté-Milon

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr



Gym douce à l'ombre des grands hêtres de la forêt de Retz



€ 9€/personne

 Couple, solo

 à 11h30

 Ermitage Saint-Hubert
Forêt de Retz à Villers-Cotterêts

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr



Marche nordique en forêt de Retz, l'une des plus belles hêtraies de France



€ 9€/personne

 Couple, solo

 à 14h30

 Etang de Malva – Forêt de Retz
à Villers-Cotterêts

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr

Rêve éveillé, ou géométrie sacrée, aux chandelles dans la majestueuse abbaye Saint-Jean-des-Vignes



€ 25€/personne

 Couple, solo

 à 20h

 Abbaye Saint-Jean-des-Vignes
Boulevard Jeanne D'Arc à Soissons

 Office de Tourisme du GrandSoissons – T : 03 23 93 32 62 – mcboinet@agglom-soissonnais.com



Qi Gong parmi les roses sur les remparts de Château-Thierry



€ 25€/adulte et 20€/enfant de 12 à 15 ans

 Couple, solo, avec les enfants
ou entre amis

 Sur réservation

 Rue de la Barre à Château-Thierry

 Nina Pavlista - T : 06 20 79 08 26 - compagnietransitcollectif@yahoo.fr



Découvrez le soin Reiki, au cœur du Jardin des Petits Prés dans le vignoble de Champagne



€ 45€/personne

 Solo

 à 9h, 10h, 11h, 16h et 17h

 Rue des Garats à Château-Thierry

 Marion Chamorin – T : 07 87 95 17 89 – marionchamorin@icloud.com



Découvrez « l'ACCESS BARS » dans le petit village pittoresque de Belleau



€ 60€/personne

 Solo

 à 10h, 12h, 16h et à 18h

 Place du Général Pershing à Belleau

 Céline Padieu – T : 06 10 07 42 89 – celine.padieu09@gmail.com

Gym sensorielle au magnifique parc des Bruyères à Fère-en-Tardenois

€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis



 à 10h

 38 Rue de la Goutte d'Or
à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com



Aromatouch au coeur du Moulin d'Heurteville

€ 45€/personne

 Couple



 à 14h

 Moulin d'Heurteville à Gandelu

 Céline Padieu – T : 06 10 07 42 89 - celine.padieu09@gmail.com



Apprendre à se connaître à travers les cartes au Mont de Bonneil dans le vignoble de Champagne

€ 12€/personne

 Couple, solo ou entre amis



 à 14h30

 Mont de Bonneil
Route du Mont de Bonneil à Bonneil

 Lucile Chatard – T : 06 45 69 37 01 - contact@mapetitevoixmedit.fr



Gym sensorielle dans les ruines majestueuses du château de Fère-en-Tardenois

€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis



 à 16h

 38 Rue de la Goutte d'Or
à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com

Mercredi 19 août 2020

Evasion à vélo sur l'EuroVélo 3, l'Axe Vert de Thiérache



€ 8€ la location pour la demi-journée
et 13€ pour la journée

 Couple, solo

 Sur réservation

 Estaminet La Halle
12 rue de Chigny à Marly-Gomont

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



Bien-être en famille au Jardin Roy : gestion du stress et ateliers de Dame nature

€ 35€/personne – 15€/enfant - forfait famille à
130€ (2 adultes – 3 enfants et +)

 Couple, solo, avec les enfants

 à 10h

 Le Jardin Roy
1 rue des Ecoles à Haution

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



Initiation à la sophrologie au jardin d'agrément du Familistère

€ 15€/personne

 Couple, solo

 à 10h30

 Cité du Familistère à Guise

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr

L'écorituel, un joli nom qui donne envie !

€ 12€/personne

 Couple, solo, avec les enfants



 à 10h

 Restaurant de l'Arc en Ciel -
Rue du Vieux Moulin
à Seraucourt-Le-Grand

 Office de Tourisme et des Congrès du Saint-Quentinois – T : 03 23 67 05 00 - tourisme@saint-quentin.fr



Initiation à la réflexologie plantaire à la Ferme Souchinet et visite de la ferme

€ 29€/personne et 7.50€/enfant (-14 ans)

 Couple, solo, avec les enfants



 à 14h30

 9 rue des Sources à
Verneuil-Sous-Coucy

 Syndicat mixte du Pays Chaonois – T : 03 75 30 00 21 – accueil.tourisme@payschaunois.fr



La Voie Verte de l'Ailette, ou la V30, à bicyclette électrique !

€ 16€ la location pour la demi-journée, 25€ pour la journée

 Couple, solo



 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampteuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampteuil@orange.fr



Balade à vélo, relaxation dans un spa privatif ou massage

€ 56€/personne (1/2 journée de location de VAE et 1h30 espace privatif aquatique) et de 71€ à 106€/personne (1/2 journée de location de VAE et choix d'un massage)

 Couple, solo



 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampteuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampteuil@orange.fr

Sophrologie au cœur du Chemin des Dames et visite guidée de la Caverne du Dragon



€ 34€/personne et 31€/enfant de 9 à 14 ans

 Couple, solo, avec les enfants

 à 9h30

 Constellation de la Douleur
Centre d'Accueil du Visiteur à
Oulches-La-Vallée-Foulon

 Office de Tourisme du Pays de Laon – T : 03 23 20 28 62 – info@tourisme-paysdelaon.com



Initiation au streetgolf dans les ruelles pittoresques de la cité médiévale de Laon



€ 16.50€/personne

 Couple, solo

 à 10h30

 Kiosque à musique
Promenade de la Couloire à Laon

 Office de Tourisme du Pays de Laon – T : 03 23 20 28 62 – info@tourisme-paysdelaon.com



Gym'douce à la Chapelle des Templiers de la cité médiévale de Laon et visite guidée



€ 12€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 16h30

 Jardin du musée - 32 rue Georges
Ermant à Laon

 Office de Tourisme du Pays de Laon – T : 03 23 20 28 62 – info@tourisme-paysdelaon.com



Une marche nordique dans le village pittoresque de Septmonts



€ 5.50€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 9h30

 10 place de la mairie à Septmonts

 Office de Tourisme du GrandSoissons – T : 03 23 93 32 62 – mcboinet@agglo-soissonnais.com

Initiation au Qi Gong au Bois Bertrand, espace naturel préservé

€ 9€/personne

 Couple, solo



 à 10h

 Bois Bertrand – Rue d'Airlaines à Fontenoy

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr



Initiation au Do-In au Bois Bertrand, espace naturel préservé

€ 9€/personne

 Couple, solo



 à 11h30

 Bois Bertrand – Rue d'Airlaines à Fontenoy

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr



Gym'douce à l'Abbaye Saint-Jean-des-Vignes, une histoire de bien-être !

€ 5.50€/personne

 Couple, solo



 à 14h

 Abbaye Saint-Jean-des-Vignes
Rue Saint-Jean à Soissons

 Office de Tourisme du GrandSoissons – T : 03 23 93 32 62 – mcboinet@agglom-soissonnais.com



Balade sophrologique en forêt de Retz, une des plus belles hêtraies de France

€ 13.50€/personne

 Couple, solo



 à 14h

 Eglise d'Emeville
20 rue de la Forêt à Emeville (60)

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr

Qi Gong parmi les roses sur les remparts de Château-Thierry



€ 25€/adulte et 20€/enfant de 12 à 15 ans

 Couple, solo, avec les enfants ou entre amis

 Sur réservation

 Rue de la Barre à Château-Thierry

 Nina Pavlista - T : 06 20 79 08 26 - compagnietransitcollectif@yahoo.fr



Découvrez le soin Reiki, au cœur du Jardin des Petits Prés dans le vignoble de Champagne



€ 45€/personne

 Solo

 à 9h, 10h, 11h, 16h et 17h

 Rue des Garats à Château-Thierry

 Marion Chamorin – T : 07 87 95 17 89 – marionchamorin@icloud.com



Découvrez « l'ACCESS BARS » dans le petit village pittoresque de Belleau



€ 60€/personne

 Solo

 à 10h, 12h, 16h et 18h

 Place du Général Pershing à Belleau

 Céline Padieu – T : 06 10 07 42 89 – celine.padieu09@gmail.com



Gym sensorielle au magnifique parc des Bruyères à Fère-en-Tardenois



€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 10h

 38 Rue de la Goutte d'Or à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com

Aromatouch au coeur du Moulin d'Heurteville

€ 45€/personne

 Couple



 à 14h

 Moulin d'Heurteville à Gandelu

 Céline Padieu – T : 06 10 07 42 89 - celine.padieu09@gmail.com



Apprendre à se connaître à travers les cartes au Mont de Bonneil dans le vignoble de Champagne

€ 12€/personne

 Couple, solo ou entre amis



 à 14h30

 Mont de Bonneil
Route du Mont de Bonneil à Bonneil

 Lucile Chatard – T : 06 45 69 37 01 - contact@mapetitevoixmedit.fr



Gym sensorielle dans les ruines majestueuses du château de Fère-en-Tardenois

€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis



 à 16h

 38 Rue de la Goutte d'Or
à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com



Méditez dans un jardin de peintre au cœur du vignoble de Champagne

€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis



 à 16h30

 31 rue Pierreuse à Romeny-sur-Marne

 Denise SCHNEPS - T : 06 85 21 89 03 - deniseschneps@gmail.com

Jeudi 20 août 2020

Evasion à vélo sur l'EuroVélo 3, l'Axe Vert de Thiérache

€ 8€ la location pour la demi-journée et 13€ pour la journée

🕒 Sur réservation

📧 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



👤 Couple, solo

📍 Estaminet La Halle
12 rue de Chigny à Marly-Gomont

Promenade à vélo sur les pas de l'écrivain britannique Robert Louis Stevenson

€ 7€ la location à la demi-journée, 13€ la location à la journée

🕒 Sur réservation

📧 Alice et Sébastien Varlet – T : 06 15 74 62 97 - alicearlet@sfr.fr



👤 Couple, solo, avec les enfants

📍 La Ferme d'Alice
23 Rue Achille Langlet à Moy de l'Aisne

Randonnée de sylvothérapie en forêt de Saint-Gobain

€ 20€/personne

🕒 Sur réservation

📧 Syndicat mixte du Pays Chaunois – T : 03 75 30 00 21 – accueil.tourisme@payschaunois.fr

👤 Couple, solo, avec les enfants

📍 Rue de la Chesnoye à Saint-Gobain



La Voie Verte de l'Ailette, ou la V30, à bicyclette électrique !



€ 16€ la location pour la demi-journée, 25€ pour la journée

 Couple, solo

 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampeuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampeuil@orange.fr



Balade à vélo, relaxation dans un spa privatif ou massage



€ 56€/personne (1/2 journée de location de VAE et 1h30 espace privatif aquatique) et de 71€ à 106€/personne (1/2 journée de location de VAE et choix d'un massage)

 Couple, solo

 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampeuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampeuil@orange.fr



Evasion au son des bols tibétains dans le cloître de l'église Saint-Martin à Laon

€ 24€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 14h30

 Cloître de l'Abbaye Saint Martin
Rue Marcellin Berthelot à Laon

 Office de Tourisme du Pays de Laon – T : 03 23 20 28 62 – info@tourisme-paysdelaon.com



Evasion sonore au son des bols tibétains au pied de la cathédrale

€ 24€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 18h

 Place Gautier de Mortagne à Laon

 Office de Tourisme du Pays de Laon – T : 03 23 20 28 62 – info@tourisme-paysdelaon.com

Initiation à la gym douce au petit matin au Fort de Condé et visite guidée du Fort

€ 15€/personne

 Couple, solo

 à 7h30

 Fort de Condé à Chivres-Val

 Fort de Condé – T : 03 23 54 40 00 - fortdeconde@cc-valdeaisne.fr



Yoga nidra et méditation pleine conscience à l'abbaye Saint-Jean-des-Vignes

€ 35€/personne – 60€/couple par séance

 Couple, solo

 à 9h et 14h

 Abbaye Saint-Jean-des-Vignes
Boulevard Jeanne D'Arc à Soissons

 Office de Tourisme du GrandSoissons – T : 03 23 93 32 62 – mcboinet@agglo-soissonnais.com



Taïchi chuan dans le village pittoresque de Longpont

€ 9€/personne

 Couple, solo

 à 10h

 Place de l'Abbaye à Longpont

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr



Balade sensorielle au Bois Bertrand et collation

€ 9€/personne +12 ans, 7€/enfant de 4 à 11 ans

 Couple, solo, avec les enfants

 à 14h30

 Bois Bertrand – Rue d'Airlaines à Fontenoy

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr

Sophrologie à la majestueuse Abbaye Saint-Jean-des-Vignes

€ 11€/personne

 Couple, solo



 à 15h

 Abbaye Saint-Jean-des-Vignes
Boulevard Jeanne d'Arc à Soissons

 Office de Tourisme du Grand Soissons – T : 03 23 93 32 62 – mcboinet@agglom-soissonnais.com



Qi Gong parmi les roses sur les remparts de Château-Thierry

€ 25€/adulte et 20€/enfant de 12 à 15 ans

 Couple, solo, avec les enfants
ou entre amis



 Sur réservation

 Rue de la Barre à Château-Thierry

 Nina Pavlista - T : 06 20 79 08 26 - compagnietransitcollectif@yahoo.fr



Découvrez le soin Reiki, au cœur du Jardin des Petits Prés dans le vignoble de Champagne

€ 45€/personne

 Solo



 à 9h, 10h, 11h, 16h et 17h

 Rue des Garats à Château-Thierry

 Marion Chamorin – T : 07 87 95 17 89 – marionchamorin@icloud.com



Découvrez « l'ACCESS BARS » dans le petit village pittoresque de Belleau

€ 60€/personne

 Solo



 à 10h, 12h, 16h et 18h

 Place du Général Pershing à Belleau

 Céline Padieu – T : 06 10 07 42 89 – celine.padieu09@gmail.com

Gym sensorielle au magnifique parc des Bruyères à Fère-en-Tardenois

€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 10h

 38 Rue de la Goutte d'Or
à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com



Aromatouch au coeur du Moulin d'Heurteville

€ 45€/personne

 Couple

 à 14h

 Moulin d'Heurteville à Gandelu

 Céline Padieu – T : 06 10 07 42 89 - celine.padieu09@gmail.com



Apprendre à se connaître à travers les cartes au Mont de Bonneil dans le vignoble de Champagne

€ 12€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 14h30

 Mont de Bonneil – Route du
Mont de Bonneil à Bonneil

 Lucile Chatard – T : 06 45 69 37 01 - contact@mapetitevoixmedit.fr



Gym sensorielle dans les ruines majestueuses du château de Fère-en-Tardenois

€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 16h

 38 Rue de la Goutte d'Or
à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com



Méditez dans un jardin de peintre au cœur du vignoble de Champagne



€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 16h30

 31 rue Pierreuse à Romeny-sur-Marne

 Denise SCHNEPS - T : 06 85 21 89 03 - deniseschneps@gmail.com

Vendredi 21 août 2020

Evasion à vélo sur l'EuroVélo 3, l'Axe Vert de Thiérache



€ 8€ la location pour la demi-journée et 13€ pour la journée

 Couple, solo

 Sur réservation

 Estaminet La Halle
12 rue de Chigny à Marly-Gomont

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



Biodanza et visite de Parfondeval, classé parmi « les Plus Beaux Villages de France »



€ 15€/personne (repas du midi non compris)

 Couple, solo, avec les enfants

 De 10h à 15h30

 2 rue de la Place à Parfondeval

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



Promenade à vélo sur les pas de l'écrivain britannique Robert Louis Stevenson



€ 7€ la location à la demi-journée, 13€ la location à la journée

 Couple, solo, avec les enfants

 Sur réservation

 La Ferme d'Alice
23 Rue Achille Langlet à Moy de l'Aisne

 Alice et Sébastien Varlet – T : 06 15 74 62 97 - alicearlet@sfr.fr

City&Walk, marche nordique avec un coach sportif et découverte de Saint-Quentin by night avec un guide



€ 7€/personne

 Couple, solo

 à 19h

 Parvis de la Basilique à Saint-Quentin

 Office de Tourisme et des Congrès du Saint-Quentinois – T : 03 23 67 05 00 - tourisme@saint-quentin.fr



La Matinée des thérapies douces et alternatives en forêt de Saint-Gobain



€ De 5 à 45€/personne selon les séances choisies

 Couple, solo

 De 9h30 à 12h30

 Rue de la Chesnoye à Saint-Gobain

 Syndicat mixte du Pays Chaunois – T : 03 75 30 00 21 – accueil.tourisme@payschaunois.fr



La Voie Verte de l'Ailette, ou la V30, à bicyclette électrique !



€ 16€ la location pour la demi-journée, 25€ pour la journée

 Couple, solo

 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampteuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampteuil@orange.fr



Balade à vélo, relaxation dans un spa privatif ou massage



€ 56€/personne (1/2 journée de location de VAE et 1h30 espace privatif aquatique) et de 71€ à 106€/personne (1/2 journée de location de VAE et choix d'un massage)

 Couple, solo

 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampteuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampteuil@orange.fr

Sophrologie dans le jardin fantastique de la Chapelle des Templiers à Laon et visite guidée



€ 18€/personne

 Couple, solo

 à 15h30

 Jardin du Musée - 32 Rue Georges Ermant à Laon

 Office de Tourisme du Pays de Laon – T : 03 23 20 28 62 – info@tourisme-paysdelaon.com



Balade en trottinette électrique dans la cité médiévale de Laon by night



€ 25€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 21h

 Randoway - 44 rue Châtelaine à Laon

 Office de Tourisme du Pays de Laon – T : 03 23 20 28 62 – info@tourisme-paysdelaon.com



Yoga nidra et méditation pleine conscience au donjon de Septmonts



€ 35€/personne – 60€/couple par séance

 Couple, solo

 à 9h et 14h

 10 place de la mairie à Septmonts

 Office de Tourisme du GrandSoissons – T : 03 23 93 32 62 – mcboinet@agglo-soissonnais.com



Initiation à la méditation et à l'automassage au Fort de Condé et visite guidée du Fort



€ 15€/personne

 Couple, solo

 à 10h

 Fort de Condé à Chivres-Val

 Fort de Condé – T : 03 23 54 40 00 - fortdeconde@cc-valdeaisne.fr

Gym douce à l'ombre des grands hêtres de la forêt de Retz

€ 9€/personne

 Couple, solo



 à 11h30

 Ermitage Saint-Hubert – Forêt de Retz à Villers-Cotterêts

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr



Marche nordique en forêt de Retz, l'une des plus belles hêtraies de France

€ 9€/personne

 Couple, solo



 à 14h30

 Etang de Malva – Forêt de Retz à Villers-Cotterêts

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr



Visite guidée, feu de camp et contes tibétains au Fort de Condé

€ 15€/personne

 Couple, solo, avec les enfants



 à 21h

 Fort de Condé à Chivres-Val

 Fort de Condé – T : 03 23 54 40 00 - fortdeconde@cc-valdeaisne.fr



Qi Gong parmi les roses sur les remparts de Château-Thierry

€ 25€/adulte et 20€/enfant de 12 à 15 ans

 Couple, solo, avec les enfants ou entre amis



 Sur réservation

 Rue de la Barre à Château-Thierry

 Nina Pavlista - T : 06 20 79 08 26 - compagnietransitcollectif@yahoo.fr

Découvrez le soin Reiki, au cœur du Jardin des Petits Prés dans le vignoble de Champagne



€ 45€/personne

 Solo

 à 9h, 10h, 11h, 16h et 17h

 Rue des Garats à Château-Thierry

 Marion Chamorin – T : 07 87 95 17 89 – marionchamorin@icloud.com



Découvrez « l'ACCESS BARS » dans le petit village pittoresque de Belleau



€ 60€/personne

 Solo

 à 10h, 12h, 16h et 18h

 Place du Général Pershing à Belleau

 Céline Padieu – T : 06 10 07 42 89 – celine.padieu09@gmail.com



Gym sensorielle au magnifique parc des Bruyères à Fère-en-Tardenois



€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 10h

 38 Rue de la Goutte d'Or
à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com



Aromatouch au coeur du Moulin d'Heurteville



€ 45€/personne

 Couple

 à 14h

 Moulin d'Heurteville à Gandelu

 Céline Padieu – T : 06 10 07 42 89 - celine.padieu09@gmail.com

Apprendre à se connaître à travers les cartes au Mont de Bonneil dans le vignoble de Champagne



€ 12€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 14h30

 Mont de Bonneil
Route du Mont de Bonneil à Bonneil

 Lucile Chatard – T : 06 45 69 37 01 - contact@mapetitevoixmedit.fr



Gym sensorielle dans les ruines majestueuses du château de Fère-en-Tardenois



€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 16h

 38 Rue de la Goutte d'Or
à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com

Samedi 22 août 2020

Evasion à vélo sur l'EuroVélo 3, l'Axe Vert de Thiérache

€ 8€ la location pour la demi-journée
et 13€ pour la journée

 Couple, solo

 Sur réservation

 Estaminet La Halle
12 rue de Chigny à Marly-Gomont

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



Initiation au Qi Gong au Jardin de la Presqu'île du Familistère

€ 14.50€/personne

 Couple, solo

 à 9h

 Cité du Familistère
Jardin de la Presqu'île à Guise

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



Bols chantants et sonothérapie à l'Abbaye de Saint-Michel et visite libre de l'abbaye

€ 30€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 15h

 Abbaye de Saint-Michel
Rue du Chamiteau à Saint-Michel

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr


Flanders-Wallonia-Vlaanderen

avec le soutien du Fonds européen de développement régional



Promenade à vélo sur les pas de l'écrivain britannique Robert Louis Stevenson



€ 7€ la location à la demi-journée, 13€ la location à la journée

 Couple, solo, avec les enfants

 Sur réservation

 La Ferme d'Alice
23 Rue Achille Langlet
à Moy de l'Aisne

 Alice et Sébastien Varlet – T : 06 15 74 62 97 - alicearlet@sfr.fr



Initiation au Yoga du Rire au Buffet de la gare, joyau de l'art Déco de Saint-Quentin !



€ 5€/personne

 Couple, solo

 à 10h30

 Buffet de la Gare - Place André Baudez à Saint-Quentin

 Office de Tourisme et des Congrès du Saint-Quentinois – T : 03 23 67 05 00 - tourisme@saint-quentin.fr



Méditation au coeur de la ville haute de Coucy-le-Château



€ 15€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 16h

 Rue du Parc l'Hermite
à Coucy-Le-Château

 Syndicat mixte du Pays Chaunois – T : 03 75 30 00 21 – accueil.tourisme@payschaunois.fr



La Voie Verte de l'Ailette, ou la V30, à bicyclette électrique !



€ 16€ la location pour la demi-journée, 25€ pour la journée

 Couple, solo

 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampteuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampteuil@orange.fr

Balade à vélo, relaxation dans un spa privatif ou massage



€ 56€/personne (1/2 journée de location de VAE et 1h30 espace privatif aquatique) et de 71€ à 106€/personne (1/2 journée de location de VAE et choix d'un massage)

 Couple, solo

 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampteuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampteuil@orange.fr



Safari photo en mode marche nordique dans la montagne de Laon et montée dans la tour de la cathédrale et tribunes



€ 12€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 9h30

 Parvis Gautier de
Mortagne à Laon

 Office de Tourisme de Laon – T : 03 23 20 28 62 – info@tourisme-paysdelaon.com



Balade en trottinette électrique dans la cité médiévale de Laon by night



€ 25€/personne

 Couple, solo, ou entre amis

 à 21h

 Randoway - 44 rue Châtelaine à Laon

 Office de Tourisme du Pays de Laon – T : 03 23 20 28 62 – info@tourisme-paysdelaon.com



Taïchi chuan en pleine forêt de Retz, magnifique hêtre



€ 9€/personne

 Couple, solo

 à 10h

 Le Bois Hariez à Haramont

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr

Initiation au Qi Gong au Bois Bertrand, espace naturel préservé



€ 9€/personne

 Couple, solo

 à 11h30

 Bois Bertrand – Rue d’Airlaines à Fontenoy

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr



Fabrication d’un produit cosmétique bio, massage des mains au Fort de Condé et visite guidée du Fort



€ 15€/personne

 Couple, solo

 à 15h

 Fort de Condé à Chivres-Val

 Fort de Condé – T : 03 23 54 40 00 - fortdeconde@cc-valdeaisne.fr



Sophrologie à la majestueuse Abbaye Saint-Jean-des-Vignes



€ 11€/personne

 Couple, solo

 à 15h

 Abbaye Saint-Jean-des-Vignes
Boulevard Jeanne d’Arc à Soissons

 Office de Tourisme du GrandSoissons – T : 03 23 93 32 62 – mcboinet@agglo-soissonnais.com



Marche méditative et coucher de soleil dans la canopée au cœur de la forêt de Retz



€ 13.50€/personne

 Couple, solo

 à 19h30

 Tour d’observation du Général Mangin,
route du faite à Puisieux-en-Retz

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr

Qi Gong parmi les roses sur les remparts de Château-Thierry



€ 25€/adulte et 20€/enfant de 12 à 15 ans

 Couple, solo, avec les enfants ou entre amis

 Sur réservation

 Rue de la Barre à Château-Thierry

 Nina Pavlista - T : 06 20 79 08 26 - compagnietransitcollectif@yahoo.fr



Découvrez le soin Reiki, au cœur du Jardin des Petits Prés dans le vignoble de Champagne



€ 45€/personne

 Solo

 à 9h, 10h, 11h, 16h et 17h

 Rue des Garats à Château-Thierry

 Marion Chamorin - T : 07 87 95 17 89 - marionchamorin@icloud.com



Découvrez « l'ACCESS BARS » dans le petit village pittoresque de Belleau



€ 60€/personne

 Solo

 à 10h, 12h, 16h et 18h

 Place du Général Pershing à Belleau

 Céline Padieu - T : 06 10 07 42 89 - celine.padieu09@gmail.com



Gym sensorielle au magnifique parc des Bruyères à Fère-en-Tardenois



€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 10h

 38 Rue de la Goutte d'Or à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com

Aromatouch au coeur du Moulin d'Heurteville

€ 45€/personne

 Couple



 à 14h

 Moulin d'Heurteville à Gandelu

 Céline Padieu – T : 06 10 07 42 89 - celine.padieu09@gmail.com



Apprendre à se connaître à travers les cartes au Mont de Bonneil dans le vignoble de Champagne

€ 12€/personne

 Couple, solo, ou entre amis



 à 14h30

 Mont de Bonneil
Route du Mont de Bonneil à Bonneil

 Lucile Chatard – T : 06 45 69 37 01 - contact@mapetitevoixmedit.fr



Gym sensorielle dans les ruines majestueuses du château de Fère-en-Tardenois

€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis



 à 16h

 38 Rue de la Goutte d'Or
à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com

Dimanche 23 août 2020

Evasion à vélo sur l'EuroVélo 3, l'Axe Vert de Thiérache



€ 8€ la location pour la demi-journée
et 13€ pour la journée

 Couple, solo

 Sur réservation

 Estaminet La Halle
12 rue de Chigny à Marly-Gomont

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



Initiation au Qi Gong au Jardin de la Presqu'île du Familistère



€ 14.50€/personne

 Couple, solo

 à 9h

 Cité du Familistère
Jardin de la Presqu'île à Guise

 Office de Tourisme du Pays de Thiérache - 03 23 91 30 10 - reservation@tourisme-thierache.fr



Initiation à la méthode Pilates au Parc des Champs Elysées



€ 5€/personne

 Couple, solo

 à 11h

 Entrée du Palais des Sports Pierre Ratte
Parc des Champs Elysées à Saint-Quentin

 Office de Tourisme et des Congrès du Saint-Quentinois - T : 03 23 67 05 00 - tourisme@saint-quentin.fr

La Voie Verte de l'Ailette, ou la V30, à bicyclette électrique !



€ 16€ la location pour la demi-journée, 25€ pour la journée

 Couple, solo

 sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampteuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampteuil@orange.fr



Balade à vélo, relaxation dans un spa privatif ou massage



€ 56€/personne (1/2 journée de location de VAE et 1h30 espace privatif aquatique) et de 71€ à 106€/personne (1/2 journée de location de VAE et choix d'un massage)

 Couple, solo

 Sur réservation

 Ferme du Château
21 Rue de la Chaussée Romaine
à Monampteuil

 Ferme du Château – T : 03 23 23 48 49 - fermeduchateau-monampteuil@orange.fr



Marche nordique et découverte naturelle de Soissons, cité du vase

€ 5.50€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 9h30

 Avenue du Mail à Soissons

 Office de Tourisme du GrandSoissons – T : 03 23 93 32 62 – mcboinet@agglo-soissonnais.com



Balade sophrologique en forêt de Retz, une des plus belles hêtraies de France

€ 13.50€/personne

 Couple, solo

 à 14h

 Eglise d'Emeville
20 rue de la Forêt à Emeville (60)

 Office de Tourisme Retz-en-Valois – T : 03 23 96 55 10 – boutique.tourisme-villers-cotterets.fr

A la découverte de plantes sauvages avec un guide naturaliste dans un petit village typique du Soissonnais



€ 5€/personne

 Rue de la Mairie
à Villeneuve-Saint-Germain

 à 14h30

 Rue de la Mairie à
Villeneuve-Saint-Germain

 Office de Tourisme du GrandSoissons – T : 03 23 93 32 62 – mcboinet@agglo-soissonnais.com



Création de mandalas géants au Fort de Condé et visite du Fort



€ 15€/personne

 Couple, solo, avec les enfants

 à 15h

 Fort de Condé à Chivres-Val

 Fort de Condé – T : 03 23 54 40 00 - fortdeconde@cc-valdeaisne.fr



Qi Gong parmi les roses sur les remparts de Château-Thierry



€ 25€/adulte et 20€/enfant de 12 à 15 ans

 Couple, solo, avec les enfants
ou entre amis

 Sur réservation

 Rue de la Barre à Château-Thierry

 Nina Pavlista - T : 06 20 79 08 26 - compagnietransitcollectif@yahoo.fr



Découvrez le soin Reiki, au cœur du Jardin des Petits Prés dans le vignoble de Champagne



€ 45€/personne

 Solo

 à 9h, 10h, 11h, 16h et 17h

 Rue des Garats à Château-Thierry

 Marion Chamorin – T : 07 87 95 17 89 – marionchamorin@icloud.com

Découvrez « l'ACCESS BARS » dans le petit village pittoresque de Belleau



€ 60€/personne

 Solo

 à 10h, 12h, 16h et 18h

 Place du Général Pershing à Belleau

 Céline Padieu – T : 06 10 07 42 89 – celine.padieu09@gmail.com



Gym sensorielle au magnifique parc des Bruyères à Fère-en-Tardenois



€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 10h

 38 Rue de la Goutte d'Or
à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com



Aromatouch au coeur du Moulin d'Heurteville



€ 45€/personne

 Couple

 à 14h

 Moulin d'Heurteville à Gandelu

 Céline Padieu – T : 06 10 07 42 89 - celine.padieu09@gmail.com



Apprendre à se connaître à travers les cartes au Mont de Bonneil dans le vignoble de Champagne



€ 12€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 14h30

 Mont de Bonneil
Route du Mont de Bonneil à Bonneil

 Lucile Chatard – T : 06 45 69 37 01 - contact@mapetitevoixmedit.fr

Gym sensorielle dans les ruines majestueuses du château de Fère-en-Tardenois



€ 20€/personne

 Couple, solo ou entre amis

 à 16h

 38 Rue de la Goutte d'Or
à Fère-en-Tardenois

 Claire MORELLE - T : 06 30 13 97 56 - asso.eclore@gmail.com





Réservez vos rendez-vous bien-être auprès de nos Offices de Tourisme

VERMANDOIS

www.ot-vermandois.com
Office de Tourisme du Vermandois
03 23 09 37 28
contact@ot-vermandois.com

PAYS CHAUNOIS

Syndicat mixte du Pays Chaunois
03 75 30 00 21
accueil.tourisme@payschaunois.fr

LAON ET SA REGION

www.tourisme-paysdelaon.com
Office de Tourisme du Pays de Laon
03 23 20 28 62
info@tourisme-paysdelaon.com

CHÂTEAU-THIERRY ET SA REGION

www.lesportesdelachampagne.com
Maison du Tourisme Les Portes de la Champagne
03 23 83 51 14
catia@lesportesdelachampagne.com

SAINT-QUENTIN ET SA REGION

www.saint-quentin-tourisme.fr
Office de Tourisme et des Congrès
du Saint-Quentinois
03 23 67 05 00
tourisme@saint-quentin.fr

THIERACHE

www.tourisme-thierache.fr
Office de Tourisme du Pays de Thiérache
03 23 91 30 10
reservation@tourisme-thierache.fr

REGION DU SOISSONNAIS-VALOIS

www.tourisme-soissons.com
Office de Tourisme du GrandSoissons
03 23 93 32 62
mcboinet@agglo-soissonnais.com

Office de Tourisme du Val de l'Aisne

03 23 54 40 00
fortdeconde@cc-valdeaisne.fr

boutique.tourisme-villers-cotterets.fr

Office de Tourisme Retz-en-Valois

03 23 96 55 10
ot@retzenvalois.fr

www.jaimelaisne.fr
agenda.esprithautsdefrance.com

