

Office de Tourisme

Espalion • 05 65 44 10 63
23, place du Plô

Du lundi au samedi
(fermé le jeudi matin)

9h30-12h30 / 14h-17h30

www.tourisme-espalion.fr

Estaing • 05 65 44 03 22
24, rue François d'Estaing

Du lundi au samedi
(fermé le jeudi matin)

9h30-12h30 / 14h-17h30

www.tourisme-estaing.fr

Suivez-nous sur :



Marchés traditionnels

Espalion | **Vendredi matin**
Foire & Marché

St-Côme-d'Olt | **Dimanche matin**
Petit marché de producteurs

Cinéma REX | Espalion

Ouvert tous les jours sauf le jeudi
Programme au 05 65 44 00 32 ou
www.veocinemas.fr/espalion-rea

Lundi 1^{er}

Rendez-vous LudO' Doudou | Espalion, 9h30-12h, centre social : accès à l'espace de jeux et de rencontres libre et gratuit (Centre Social Espalion Estaing)

Jeudi 4

Rendez-vous en Cuisine | Espalion, 10h-14h, Plateau de la Gare. Un temps pour mitonner, pâtisser et mijoter des petits plats simples dans la bonne humeur ! Repas pris ensemble ou on emporte la préparation - Inscriptions auprès de Cindy au 05 65 48 92 66 ou cs.espalion-estaing@wanadoo.fr - Tarif : 4,50€/non adhérent - 2€/adhérent (Centre Social Espalion-Estaing)

Randonnées pédestres | le château de Vallon - Vallon (moyen / 3h30-14 km) ou le Causse Comtal - Concourès (facile / 3h30-12 km), Rdv 13h30, foirail de Saint-Côme-d'Olt (Club de randonnées St-Cômois)

Samedi 6

Rendez-vous LudO' Famille | Espalion, 9h30-12h, centre social : accès à l'espace de jeux libre et gratuit – de 0 à 107 ans, ouvert à tous (Centre Social Espalion Estaing)

Concours de Belote | Sébrazac, 20h30, salle des fêtes (Foyer rural de Sébrazac)

Conférence | Espalion, sur le thème « Les perturbateurs endocriniens, animé par Bernard Petit, 20h30, salle de la Gare - Entrée : 7€ (Culture et Patrimoine)

Dimanche 7

Repas poule farcie | Estaing, 12h30, salle d'animation- Tarif : 19€ ad./10€ enf. moins de 12 - Réservation avant le 2/10 : Mme Fontanié 05 65 51 62 08 ou 06 42 62 58 16 ou ADMR 05 65 44 18 67 (ADMR Vallée d'Olt)

Lundi 8

Rendez-vous LudO' Doudou | Espalion, 9h30-12h, centre social : accès à l'espace de jeux et de rencontres libre et gratuit (Centre Social Espalion Estaing)

Mardi 9

Rendez-vous LudO' Séniors | Espalion, 15h-17h, centre social : accès à l'espace de jeux libre et gratuit pour se remuer les méninges ! (Centre Social Espalion Estaing)

Jeudi 11

Randonnée pédestre autour de Pont de Salars (facile / 3h30-12 km), Rdv 13h30, foirail de | Saint-Côme-d'Olt (Club de randonnées St-Cômois)

Challenge inter entreprise quilles de Huit | Espalion, à partir de 18h, hall couvert

Vendredi 12

Challenge inter entreprise quilles de Huit | Espalion, à partir de 18h, hall couvert

Samedi 13

Préparons ensemble une soupe anti-gaspi | Espalion, 11h-19h, place du Marché, avec la participation de deux cuisiniers de la maison Bras - 11h : épluchages, découpe et préparation des légumes - 13h : premières dégustations de soupes, jus et tartines - journée : animations, musiques, trucs et astuces - 19h : mise en bouteille et distribution du surplus de soupe - Gratuit ouvert à tous

Journée des Compagnons du Miel - 4^e édition | Coubisou (Le Monastère Cabrespines), de 14h à 18h30, après-midi animations pour adultes et enfants autour du miel avec initiation de la vie à la ruche, rencontre avec les Compagnons du Miel, bar à miel pour dégustation, découverte de plantes mellifères...

Renseignements : 03 84 37 80 20 /06 32 57 24 47 ou www.lescompagnonsdumiel.fr

Nos sites

Coubisou

| Maison de la vigne, du vin et des paysages d'Estaing

Du 1^{er} octobre au 30 mars

- Ouvert les mardis, mercredis, vendredis et samedis sauf jours fériés : 10h-12h30 / 14h-18h

Entrée gratuite

Contact : 05 65 44 04 42

Espalion

| Château de Calmont d'Olt

Animations tous les jours à 15h et WE et jours fériés 15h, 16h et 17h

- Ouvert tous les jours 14h-18h (fermé le jeudi)

Tarifs : 5.50€/adulte, 4€/enfant, gratuit - de 5 ans

Contact : 05 65 44 15 89

| Chapelle des pénitents

- Ouvert du mardi au samedi 14h30-17h30, fermeture le 13/010

Entrée gratuite

Contact : 07 84 06 39 67

| Musée Joseph Vaylet

(Arts et Traditions populaires)

| & Musée du Scaphandre

- Ouvert mardi, jeudi et samedi 15h-18h

Tarifs : 4€/adulte, gratuit - de 26 ans

Contact : 05 65 44 09 18

Estaing

| Château d'Estaing

- Jusqu'au 13 octobre

Ouvert du mardi au samedi 9h30-12h30 et 14h-18h

(Billetterie jusqu'à 45 min avant fermeture)

Fermeture exceptionnelle : Jeudi 11 octobre matin

3 nouvelles expositions :

La vie à l'Élysée / Anne-Aymone Giscard d'Estaing / Ambassadrice des créations françaises (exposition temporaire)

Tarifs entrée+expo : 6€/ad, 3€/enf (12-17 ans), gratuit - de 12 ans

Tarifs visite guidée : 10€/ad, 6€/enf (Sur réservation)

Contact : 05 65 44 72 24

Pièce de théâtre "Jean est assis dans le sofa" | Le Nayrac, 20h30, Espace Multiculturel - Tarifs de 5 à 10 € (Communauté de Communes Comtal-Lot-Truyère)

Dimanche 14

Les Jardins d'Automne | Le Cayrol, sur le thème de La Tomate, toute la journée
Démonstrations et stands animés : Tomatologue : Eric Pedebas nombreuses variétés de tomates / Travaux sur le bois / SICTOM, assainissement de l'eau par phyto-épuration / Informations sur l'ambrosie / Fabrication de jus de pomme avec les fruits de votre production par l'ass. Variété Locale 12 / Ferronnerie d'art.

- Mais aussi : jeux divers, concours du plus beau panier d'automne sur le thème de la tomate, concours de la plus grosse tomate, jeu de bingo flash à 11h30 et 16h30

- Animations gratuites pour les enfants : jeux en bois géants, maquillage, création de chapeaux, balade à dos d'âne... / Restauration sur place : 8h, casse-croûte du jardinier et 12h, repas animé par Robert Hugon - Entrée : 2€, gratuit moins de 12 ans (Les Jardifolies)

Grillée de châtaignes | Sébrazac, 14h, salle des fêtes (Foyer rural)

Spectacle Cabaret | Espalion, après-midi, salle de la Gare (Comité des Fêtes)

Thé dansant | Espalion, avec Sébastien Dewez, à partir de 16h au Relais de Boralde, suivi à 20h d'un repas - Réservation au 05 65 44 06 41

Lundi 15

Rendez-vous LudO' Doudou | Espalion, 9h30-12h, centre social : accès à l'espace de jeux et de rencontres libre et gratuit (Centre Social Espalion Estaing)

Mardi 16

Conférence | Espalion, sur la Guerre de 14-18, 20h30 à la Salle de la Gare (Cercle Occitan et les Amis de J. Vaylet)

Jeudi 18

Rendez-vous en Cuisine | Espalion, 10h-14h, Plateau de la Gare. Un temps pour mitonner, pâtisser et mijoter des petits plats simples dans la bonne humeur ! Repas pris ensemble ou on emporte la préparation - Inscriptions auprès de Cindy au 05 65 48 92 66 ou cs.espalion-estaing@wanadoo.fr - Tarif : 4,50€/non adhérent - 2€/adhérent (Centre Social Espalion-Estaing)

Vendredi 19

Concert de musique classique Quintette pour piano et cordes | Le Cayrol, 20h30, Eglise. Claire Désert, piano et le quatuor Confluence : Daniel Vlashi, violon, Vincent Forestier, violon, Pierre-Antoine Codron, alto et Tom Almerge-Zerillo, violoncelle - Tarifs : 20€, adhérent 18€, réduit (enfants + 10 ans, chômeurs, étudiants et élèves du CRD Aveyron et CMD Aurillac et un parent accompagnateur d'élève ayant participé aux rencontres pédagogiques - sur présentation d'un justificatif), gratuit enfants - 10 ans (Association pour la Renaissance du Vieux Palais d'Espalion)

Concert de Fabrice Eulry et l'orchestre de Kharkov | Le Nayrac, 20h30, Espace Multiculturel (Blues en Aveyron)

Samedi 20

LudO' Spectacle | Espalion, pour le tout premier jour des vacances d'octobre, le Centre Social vous propose une journée «jeux et spectacle» avec la Lecture-spectacle «Émois... et toi» de la compagnie Vive Voix, représentations à 10h30 et 16h. Avant, après, ou pendant le spectacle, vous pourrez profiter des espaces de jeux de la LudO' ouvert de 9h30-12h et 15h-17h30 - Ouvert à tous ! 3€ / pers. (et 2€ pour les adhérents du Centre Social) – gratuit pour les moins de 2 ans. Réservation au 05 65 48 92 66

Soirée Moules Frites | Coubisou, à partir de 20h30, salle des fêtes du Causse (ACMC, Comité des fêtes du Causse)

Conférence | Espalion, sur le thème « Les Archevêques et les Ponts du Rouergue », 20h30, salle de la Gare (Culture et Patrimoine)

Expositions

Espalion

Exposition du Grenier à chiffons

- Les 6 et 7 octobre de 10h à 19h
Au Vieux Palais

Photo « Espalion à l'aube du XX^e siècle »

- Les mardis, jeudi, samedis de 15h à 18h,
du 2 au 31 octobre
Musée J. Vaylet & Musée du Scaphandre

Estaing | Médiathèque

Exposition « Images et textes en correspondance » par Nicole Pradalier

- Mardi 9h-12h
• Mercredi et samedi 14h-17h

Coubisou | Maison de la vigne, du vin et des paysages d'Estaing

Exposition « Ô ma vigne »

- Voir horaires d'ouverture dans la rubrique « Nos sites »

Samedi 20 et dimanche 21

Sorcières et Citrouilles au Château de Calmont d'Olt | Espalion, 14h-18h

14h : atelier de calligraphie, 15h : tournoi d'archerie (des archers et arbalétriers du XIV^e siècle s'affrontent), 15h30 : La vie quotidienne, 16h30 : visite guidée, 17h30 : tir réel du trébuchet, sans oublier, à partir de 16h, un goûter offert par le château : châtaignes grillées et chocolat chaud à volonté ! Entrée : 6€

Dimanche 21

Randonnée pédestre | autour de Huparlac, Rdv 13h, salle du Cayrol (Lou Caminaire Del Cayrol)

Octobre Rose | Espalion, 14h, randonnée de 4 ou 8 km, visite guidée de la Chapelle des Pénitents et expo vente à l'ancien dojo « Le Rose dans tous ses états »

Quine du 3^e âge | Coubisou, 14h30, salle des fêtes de Coubisou (Club des 2 clochers)

Hommage théâtral et musical "Réouverture après la Victoire" | Le Nayrac, par la compagnie "le Strapontin des Mastigophores", 15h, Espace multiculturel (Foyer rural du Nayrac)

Mardi 23

Rendez-vous LudO' Séniors | Espalion, 15h-17h, centre social : accès à l'espace de jeux libre et gratuit pour se remuer les méninges ! (Centre Social Espalion Estaing)

Mercredi 24

Sorcières et Citrouilles au Château de Calmont d'Olt | Espalion, 14h-18h

14h : tir réel du trébuchet, 15h30-16h30 : atelier créatif « crée ton fantôme »
Entrée : 6€ pour tous à partir de 5 ans.

Concert | Espalion, « La flûte déconcertante », 17h (*à confirmer*), salle de la Gare

Jeudi 25 et vendredi 6

Challenge inter entreprise quilles de Huit | Espalion, à partir de 18h, hall couvert

Sorties sport

Espalion

| Sorties vélo VTT et Cyclo

- Tous les dimanches :
VTT : rdv 8h15,

Vélo de route : rdv 8h30,

Tous deux au parking A. Bessière

Circuits déterminés selon les participants et météo

Samedi 27 et dimanche 28

Sorcières et Citrouilles au Château de Calmont d'Olt | Espalion, 14h-18h

14h : atelier de calligraphie, 15h : tournoi d'archerie (des archers et arbalétriers du XIV^e siècle s'affrontent), 15h30 : La vie quotidienne, 16h30 : visite guidée, 17h30 : tir réel du trébuchet, sans oublier, à partir de 16h, un goûter offert par le château : châtaignes grillées et chocolat chaud à volonté ! Entrée : 6€

Samedi 27

Théâtre « Ho Suzanne » | Espalion, à 20h30, salle de la gare (Lions club)

Concours de Belote | Sébrazac, 20h30, à la salle des fêtes (Sébrazac'Initiatives)

Dimanche 28

Déjeuner tripous | Sébrazac, 8h, à la salle des fêtes (Sébrazac'Initiatives)

Quine | Le Nayrac, 14h, Espace multiculturel (Foyer rural du Nayrac)

Quine de l'École privée | Saint-Côme-d'Olt, après-midi, salle des Fêtes

Après-midi conviviale autour du four à pain | Campuac : les participants peuvent amener leurs pâtisseries, pains, châtaignes ou autres mets à faire cuire dans le four spécialement allumé pour la circonstance (Familles rurales)

Grillée de châtaignes | Coubisou, 16h30, salle des fêtes du Causse (ACMC, Comité des fêtes du Causse)

Stage

Saint-Côme-d'Olt

| Stage de Hatha-Yoga

Résidentiel de 5 jours, repas compris

- Dimanche 21 au vendredi 26 octobre
Espace Angèle Mérici/Couvent de Malet

Réservation au 06 09 86 46 00

Mercredi 31

Sorcières et Citrouilles au Château de Calmont d'Olt | Espalion, 14h-18h

14h : tir réel du trébuchet, 15h30-16h30 : atelier créatif « crée ton fantôme » Entrée : 6€ pour tous à partir de 5 ans.

Murder party : qui est le meurtrier au Château de Calmont | Espalion, à vous de trouver le meurtrier, l'arme et le lieu du crime ! Munissez-vous d'une torche pour cette soirée nocturne, 18h30-20h30 - Entrée : 6€

Jeudi 1^{er} novembre

Sorcières et Citrouilles au Château de Calmont d'Olt | Espalion, 14h-18h

14h : atelier de calligraphie, 15h : tournoi d'archerie (des archers et arbalétriers du XIV^e siècle s'affrontent), 15h30 : La vie quotidienne, 16h30 : visite guidée, 17h30 : tir réel du trébuchet, sans oublier, à partir de 16h, un goûter offert par le château : châtaignes grillées et chocolat chaud à volonté ! Entrée : 6€

L'équipe de l'Office de Tourisme des Hautes Terres d'Aveyron
vous souhaite un excellent séjour !

Si vous souhaitez recevoir, tous les mois, les animations d'Espalion-Estaing en version numérique, n'hésitez pas à nous communiquer votre adresse mail à infos@tourisme-espalion.fr ou ot-estaing@orange.fr

*Le prochain calendrier mensuel des animations couvrira le mois de novembre 2018. Pour y faire figurer des informations du territoire Espalion-Estaing, envoyez vos éléments **avant le 20 octobre 2018** à infos@tourisme-espalion.fr ou ot-estaing@orange.fr*