



Février 2026

- **Mardi 3 février :** Avec ou sans neige, retrouvons-nous à Métabief autour d'une bonne table - une balade nous dépaysera... ! les "Enragés" du tarot ou de la belote pourront s'installer où les Marcheurs les retrouveront pour un...goûter ! [sur inscription](#).
- **Mardi 10 février 14h 15 :** **Loto**
- **Mardi 17 février 14h30 :** Si vous voulez découvrir d'autres jeux de société ... animation proposée par Delphine GURNAUD - [sur inscription](#). C'est carnaval !!! (En couleur) si vous le souhaitez venez donc déguisés.
- **Mardi 24 février à 14h 45 :** Lexie coach sportive fera une présentation sur écran suivie d'une discussion sur les bienfaits et l'importance de bouger pour les seniors. [Sur inscription](#)

En prévision 18 MARS : les grenouilles à Francourt, repas dansant.

=====

Activités permanentes du Club (salle d'animation du Club)

Scrabble en duplicate : lundi et jeudi à 14 h 30

Jeux divers : Jeudi à 14h 00

.....

- ✓ *Sorties pédestres à 14 h 15 : 100 pattes (lundi), 1000 pattes (mercredi)*
- **Lundi 02 février :** Départ Brulefoin, tram 1 bus 5, Chemin des Bicquey, Les Vareilles rue Anne Franck.
- **Lundi 09 février :** [Vacances scolaires Marche libre](#)
- **Lundi 16 février :** [Vacances scolaires Marche libre](#)
- **Lundi 23 février :** Départ Polygone (Tram 1 et 2,) la Grette, chemin des pêcheurs, Velotte, Cras Rougeot, Rosemont
- **Lundi 02 mars :** [départ de Chalezeule](#) (term tram 1) village de Chalezeule, rives du Doubs, Charmarin, près de vaux
- =====
- **Mercredi 04 février :** [Départ Chamars \(Tram 1 et 2,\)](#) la gare d'eau, Velotte, chemin des 2 lys, Chaudanne.
- **Mercredi 11 février :** [Vacances scolaires Marche libre](#)
- **Mercredi 18 février :** [Vacances scolaires Marche libre](#)
- **Mercredi 25 février :** [départ Micaud, \(tram 1&2\)](#) la Rhodia, la passerelle, la Malate Rivotte
- **Mercredi 04 mars :** [Départ Canot Tram 1 et 2,](#) la Grette, Le Rosemont, chemin du Coyotte, Rosemont

=====

Activités Artistiques et Sportives :

Dessin / Peinture : Lundi et mercredi de 14h à 16h

Gymnastique adaptée pour les seniors : Mardi et jeudi de 9h30 à 10h30.

Actigym seniors, prévention équilibre : Vendredi de 9h30 à 10h30 et 10h30 à 11h30

Chorale : Lundi matin de 9 h 30 à 11 h.

Piscine Lafayette : Gratuit le lundi de 15h à 16h hors vacances scolaires avec carte d'adhésion.

Danse en ligne : Vendredi 15h30-16h30 au carrousel des arts rue Xavier Marmier avec Caroline

Mardi 03 FEVRIER 2026



- Départ à 10H15 CENTRE ST PIERRE

RESTAURANT "Etoile des Neiges à Métabief

- Au Menu :

Kir de bienvenue au vin blanc

Croûte au vieux morbier et sa petite salade verte

Suprême de volaille à la moutarde à l'ancienne

Poire williams au sirop, glace à la vanille et chantilly

Vin, café

- Marche digestive sur les hauteurs de Métabief ou "farouches" parties de cartes au chaud au restaurant. [Visite possible de la fromagerie voisine "Sancey-Richard".](#)

Goûter et boisson chaude à 16h avant de reprendre la route

Trop cool la neige



- Retour : 17H00 arrivée à Besançon 18H30 environ

Inscription le jeudi 26 février

Pour les Grenouilles à Francourt

Pour Rappel les après-midis créatifs au bain douche

Le mercredi 11 février et 25 février de 14 à 16 h

Et aussi avec l'Orpab

- Visite Guidée : 28 janvier à 15h – Musée du temps : « le Mouvement, de la Montre à la Danse » Inscription à l'Orpab
- VOYAGE : LA NORMANDIE du 9 au 14 septembre 2026 : [Annulé pour nombre insuffisant d'inscription.](#)
- Concert : 28 janvier à 19h - Poésie sonore – C'est mort ou presque.
Espace Planoise.

Pour nous joindre : orpab25@gmail.com & www.orpab.fr