

ESCAPADE

Mars à août 2026



Agenda
événementiel

Mars

*Samedi 21 février
au vendredi 20 mars*

●● Sous les feuilles d'un arbre

📍 **Médiathèque, 92 rue Violin**

Sur le thème de la forêt, Jean-Baptiste Guinrand, artiste, se posera à la médiathèque pour créer un univers tout en sensibilité, où l'imaginaire de la forêt, ses mystères, la beauté des arbres...

Expositions *Nuit-Forêt* à la médiathèque et dans le Parc de la Mairie.

Programmation complète à venir : expositions, vernissage, balade, P'tites histoires, jeux...

📄 infos

<https://mediatheque-lamontagne.org/>
ou mediatheque@ville-lamontagne.fr



Samedi 21 mars - 20h30

●● Tous mes rêves partent de Gare d'Austerlitz par l'Atelier ALM/LBR

📍 **Scène du Lapin Vert, 45 rue Violin**

C'est le soir de Noël, dans la bibliothèque d'une prison pour femmes, certaines viennent là pour s'échapper un peu, se soutenir, se raconter... ou pas. Six portraits de femmes qui, malgré la réalité de leurs parcours, leur enfermement, rêvent et tentent d'être libres... à leur manière.

Plein tarif 8 €, tarif réduit 5 €, carte 5 entrées 30 €

Gratuit - de 10 ans

📄 infos

07 49 27 72 44 ou alm@lapinvert@free.fr

*Dimanche 22 mars -
10h/18h*

●● Salon du livre

📍 **Salle Camille Landreau,
45 rue Violin**

Lors de ce salon, seront présent-e-s une vingtaine d'écrivain-e-s de La Montagne et alentours avec des univers différents. Venez nombreux pour partager avec eux un moment de convivialité. Sophie sera présente avec son camion bleu pour nous régaler.

Gratuit et tout public

📄 infos

halterform@gmail.com

Avril

Mercredi 1^{er} avril - 10h30

☛ Panier à contes « la ferme »

📍 Médiathèque, 92 rue Violin

Les bénévoles de l'association AILE vous content leurs meilleures histoires, ouvrez grand vos oreilles !

📞 infos

02 40 65 66 24

ou mediatheque@ville-lamontagne.fr



Samedi 18 avril - 20h30

☛ Le café des hauts débats par la Compagnie du Hors-Piste

📍 Scène du Lapin Vert, 45 rue Violin

Joseph et Marie, tenanciers du mythique Café des hauts débats, peinent à trouver un repreneur pour ce lieu emblématique de la parole libre. Entre scènes de théâtre, débats houleux, méditation, comédie musicale et clashes idéologiques, une bande de personnages hauts en couleur tente de sauver ce lieu unique... et peut-être aussi leur amitié.

Plein tarif 8 €, tarif réduit 5 €, carte 5 entrées 30 €

Gratuit - de 10 ans

📞 infos

07 49 27 72 44 ou almlapinvert@free.fr

Samedi 18 et dimanche 19 avril

☛ Le festival d'arts de rue « La Montagne en Vue »

📍 Place de l'Église

Premier rendez-vous de l'année en Loire-Atlantique si vous êtes amateurs de spectacle de rue. Organisé sur la place de l'Église, c'est l'occasion de voir jouer des compagnies professionnelles, de passer un moment magique en famille et entre ami-es ! Vous pourrez y voir des spectacles, une fanfare, le traditionnel catapultage de bonbons, de quoi se rafraîchir et déguster des produits locaux. Le programme sera disponible sur le site internet.

Gratuit et ouvert à tous

📞 infos

<http://lamontagneenvue.fr/>





Du 20 au 25 avril

● **ARCADIA - 2^e édition**

📍 **Médiathèque, 92 rue Violin**

ARCADIA revient en 2026 pour notre plus grand plaisir ! Que vous soyez joueur occasionnel ou expert, adulte ou enfant, le festival du jeu à la Médiathèque offre une variété d'activités pour tous les âges, tous les styles et tous les niveaux. Programmation complète à venir : expositions, jeux vidéo, belote, table ronde...

📄 **infos**

<https://mediatheque-lamontagne.org/>
ou mediatheque@ville-lamontagne.fr



Mai



*Samedi 29 mai - 20h30
et dimanche 30 mai - 14h30*

•• Reprise du spectacle musical
2025, chanté, joué, dansé
« Drôle d'hôtel » (À Tout Choeur)

📍 Cinéma Le Montagnard,
place Similien Guérin

C'est l'histoire d'un très vieux château transformé en hôtel de luxe dont la gestion se révèle bien compliquée entre clients indécis, fantômes facétieux et tensions familiales.

Tout public

Entrée 7 €, gratuit - de 12 ans

📞 infos
02 51 11 02 23 ou 09 50 38 30 30
et sur Hello Asso : ASCLM Chants
et musiques en scène



Du 5 au 29 mai

•• Exposition de peintures

📍 Salle Olympe de Gouges,
92 rue Violin

Les peintres amateurs de La Montagne
en Couleur exposent leur toile.

📞 infos
02 40 65 66 24
ou mediatheque@ville-lamontagne.fr

Dimanche 31 mai - 15h

•• Concert de printemps
(Les amis de la musique) :
concert solidaire au profit
de la Maison de Nicodème
de Nantes (soins palliatifs)

📍 Église Notre Dame
de La Montagne

Entrée libre

Appel à participation durant l'entracte

📞 infos
Contact : Joëlle Godart - 06 16 01 95 66
ou joelle.godart44@orange.fr





Juin

Mercredi 3 juin - 10h30

☛ **Panier à contes « chats et chiens »**

📍 **Médiathèque, 92 rue Violin**

L'association AILE propose de venir écouter les contes racontés par ses bénévoles.

📞 **infos**

02 40 65 66 24

ou mediatheque@ville-lamontagne.fr

Du 8 juin au 31 août

☛ **Exposition de créations artistiques**

📍 **Salle Olympe de Gouges, 92 rue Violin**

Travaux d'élèves réalisés à l'atelier de Sosopalomita.

📞 **infos**

02 40 65 66 24 ou mediatheque@ville-lamontagne.fr



*Vendredi 19 juin - 20h
et samedi 20 juin - 14h*

●● Festival de Théâtre Apprentis comédiens

📍 **Vendredi soir : salle Jean-Noël Prin,
rue Jules Verne à Brains**

📍 **Samedi après-midi : salle du Lapin Vert,
45 rue Violin**

L'ALM (associée à l'amicale de Brains) présente sa nouvelle édition du festival de théâtre *Apprentis comédiens* : une soirée et une journée de spectacles à partir de textes d'auteurs ou écrits lors d'ateliers. Au programme : *Où est la clé ? Harry Potter et l'enfant maudit, Un mariage raté, Peau d'Âne version moderne.*

Tarif : 3 €

📞 **infos**
theatrejeunealm@gmail.com

Dimanche 21 juin - 14h / 21h

●● Fête de la musique

📍 **Parc de la Mairie /
Jardin de la médiathèque**

Comme chaque année, la musique va résonner à La Montagne. Vous pourrez écouter les artistes ainsi que les élèves de l'école de musique, avec cette année un focus sur Daniel Balavoine grâce au collectif créé spécialement pour l'occasion sur une idée de Nicolas Voisin.

📞 **infos**
02 40 65 66 24
oumediatheque@ville-lamontagne.fr



*Samedi 27 et dimanche
28 juin - 10h / 12h*

●● L'Art Derrière La Porte

📍 **Balade exposition dans
quelques jardins de La Montagne**
Exposition d'œuvres d'artistes amateurs ou professionnels à découvrir dans une vingtaine de jardins de La Montagne sous forme de balade.

Gratuit et ouvert à tous

📞 **infos**
Yves Barillon au 06 19 91 43 15
oulapaletteledesarts44620@gmail.com

Juillet et août

*Du 10 juillet au 28 août -
tous les vendredis - 10h30*

Les P'tites Histoires sous l'Arbre

Jardin de la médiathèque, 92 rue Violin

Écoutez les histoires racontées par vos bibliothécaires préférées : rêver, frissonner, rire, s'émouvoir, grandir, c'est ce que vous promettent Les P'tites Histoires.

*Du 7 juillet au 25 août -
tous les mardis - 10h30*

Un été sur un plateau

**Jardin de la médiathèque,
92 rue Violin**

Tous les mardis de l'été, le ludothécaire vous propose un thème en lien avec des jeux : un moment convivial à partager en famille. Programmation à venir.

Gratuit et ouvert à tous

Infos
02 40 65 66 24
ou mediatheque@ville-lamontagne.fr

Gratuit et ouvert à tous

Infos
02 40 65 66 24
ou mediatheque@ville-lamontagne.fr



ESCAPADE AGENDA ÉVÉNEMENTIEL - 3 450 exemplaires

Directeur de la publication : Fabien Gracia - Rédaction - Photographies :

Ville de La Montagne sauf indication contraire - Correspondance : Escapade Agenda événementiel - Hôtel de Ville - nina.chene@ville-lamontagne.fr -

Conception, mise en pages : Agence Scoop communication - 15672-MEP -

Impression : ISF Imprimerie - Escapade est imprimé sur du papier labellisé PEFC -

Diffusion : Retz'agir, association de réinsertion - Dépôt légal : à parution



CATALOGUE



L'AGENDA

La vie locale à La Montagne 2026

Mars à août 2026



Vie des assos



Don du sang

Braderies



Infos pratiques

MARS

Samedi 7 mars – 10h/12h

☕ Café parents

📍 LE CHALET, 153 ROUTE DE BOUGUENAI



Écoute et échange

Guylaine et Laurence vous proposent, dans un cadre sécurisant, de venir partager un espace d'écoute et de lien où chacun-e sera libre de prendre la parole sur ses problématiques parentales. Un moment apaisant, rien que pour soi et pour nous toutes et tous.

Garderie 3/12 ans

📞 Inscription recommandée
serviceenfance@ville-lamontagne.fr
ou 02 40 65 95 31

Samedi 7 mars – 10h30/12h30

☕ Atelier mieux-être : l'Asie vous invite à la détente

📍 SALLE ARISTIDE BRIAND,
19 TER RUE ARISTIDE BRIAND

Cet atelier vous invite à voyager à travers l'Asie et y découvrir les différentes pratiques de détente du corps et de l'esprit.

📞 Réservation : Oz Énergies Zen,
Isabelle au 06 79 83 04 52

18 € par personne à partir de 18 ans



Vendredi 20 mars – 19h

☕ Conseil municipal d'installation (dans le cas où le résultat des élections soit connu après un tour)

📍 SALLE DU CONSEIL DE L'HÔTEL DE VILLE

Si une ou deux listes sont candidates, les élections municipales se tiendront en un seul tour.

Vendredi 27 mars – 19h

☕ Conseil municipal d'installation (dans le cas où le résultat des élections soit connu après les deux tours)

📍 SALLE DU CONSEIL DE L'HÔTEL DE VILLE



☕ Élections municipales 2026

📍 SALLE DU CONSEIL DE L'HÔTEL DE VILLE

Dimanche 15 mars – 8h/18h

Élections municipales 1^{er} tour

Dimanche 22 mars – 8h/18h

Élections municipales 2^e tour

5 bureaux de vote répartis dans 3 sites
(le numéro de bureau est indiqué sur
la carte d'électeur) : Hôtel de Ville,
salle Georges Brassens, Le Chalet.

Samedi 28 mars – 10h/12h

♣ **Potins numériques**

Thème : Escape Game

📍 **SALLE OLYMPE DE GOUGES, 92 RUE VIOLIN**

Ce potin numérique propose une activité sur le thème de l'escape game, où un mystérieux bug a enfermé le créateur dans son propre jeu. Les participants doivent résoudre des énigmes numériques pour le libérer. Chaque énigme fait découvrir un outil ou une mécanique de jeu, afin d'apprendre à créer en jouant.

📞 **Inscriptions : 02 40 65 66 24**
ou mediatheque@ville-lamontagne.fr

Ouvert à tous à partir de 10 ans



Samedi 28 mars – 15h/18h

♣ **Défilé du carnaval organisé par les Écoliers de la Montagne**

Défilé déguisé et en musique dans les rues de la Montagne, goûter en fin de parcours.

📍 **DÉAMBULATION DANS LES RUES**

📞 **lesecoliersdelamontagne@outlook.fr**

Ouvert à tous et gratuit



Dimanche 29 mars – 9h/18h

♣ **Vide-greniers**

ASCLM Handball

📍 **SALLE JULES LADOUMÈGUE, RUE DE LA GAUDINIÈRE**

1^{re} édition du vide-greniers de l'ASCLM Handball. Les fonds récoltés permettront de pérenniser au sein du club la présence de salarié nécessaire à l'encadrement et l'apprentissage technique des licencié-e-s.

📞 **Réservation sur le site internet du club : <https://www.asclmhandball.fr/vide-grenier>**

Renseignements : 07 44 88 58 97
ou asclamontagnehb@gmail.com

8 € les 2 mètres linéaires, 15 € les 4 mètres,
20 € les 6 mètres

Tout public



AVRIL

Mardi 7 avril – 18h/20h

♣ **Soirée jeu : raconte-moi une réno !**

📍 **MÉDIATHÈQUE, 92 RUE VIOLIN**

Et si vous pouviez faire avancer votre projet tout en vous amusant ? Venez vous familiariser avec les différentes étapes d'un projet de rénovation énergétique, savoir qui sont les professionnels en jeu et les aides financières mobilisables lors de notre soirée jeu. Ce sera également l'occasion de poser toutes vos questions à l'équipe France Rénov'.

📞 **Inscriptions sur le site internet ville-lamontagne.fr**

Mercredi 8 avril - 14h/16h30

●● **Permanence – Mon Projet Rénov Ménages avec SOLIHA**

 **HÔTEL DE VILLE**

Nantes Métropole a mis en place le programme Mon projet Rénov Ménages pour aider les propriétaires et les locataires à améliorer leur logement. SOLIHA vous accompagne lors de ces permanences (sur rendez-vous).

① **Renseignements et prise de rendez-vous obligatoire auprès de SOLIHA : 02 40 44 99 44 ou contact.loireatlantique@soliha.fr**

Ouvert aux adultes et gratuit



Jeudi 9 avril - 20h

●● **Conseil municipal**

 **SALLE DU CONSEIL DE L'HÔTEL DE VILLE**

Samedi 11 avril - 10h/11h30

●● **Atelier de danse parents-enfants**

 **AMICALE LAÏQUE MONTAGNARDE, 45 RUE VIOLIN**

Les ateliers de danse parents-enfants sont proposés le samedi matin, 5 fois par an à l'ALM. Aucune pratique préalable de la danse n'est requise. Un atelier pour découvrir la danse avec son enfant dans la joie ! Un moment de partage en duo au sein d'un groupe. Un temps pour soi, pour se détendre, se défouler et s'exprimer.

① **Inscription à l'atelier Renseignements sectiondanse.alm@gmail.com ou 06 72 67 40 37**

Public : enfants entre 4 et 10 ans en binôme avec un adulte
Tarifs : duo 15 € et trio 20 € (+5 € d'adhésion à l'ALM)



Vendredi 17 avril au dimanche 19 avril - 9h30/17h

●● **Stage Qi Gong Sheng Zhen**

 **SALLE DE DANSE COMPLEXE SPORTS LOISIRS FRANCIS LESPINET, 4 RUE DE LA GAUDINIÈRE**

Cette pratique faite de mouvements fluides et de respiration, procure un bien-être physique et émotionnel. Le corps et l'esprit deviennent unifiés, équilibrés. Une joie profonde s'installe dans le cœur. Le Sheng Zhen contribue à améliorer les problèmes de dos, structure les muscles, renforce les tendons et permet de relaxer la colonne vertébrale et les articulations.

① **Tarif : 230 € Renseignements : Maryannick Le Gouguez au 06 30 69 57 73 ou mlegouguez@gmail.com**

Ouvert à tous

Samedi 18 avril - 9h/16h

●● **Braderie solidaire du Secours Populaire**

Vente de vêtements neufs et d'occasion, linge de maison, jouets, jeux à très petit prix.

 **2 RUE JULES VERNE**

① **Information Isabelle Gay au 07 82 74 39 44 ou la.montagne@spf44.org**



Samedi 25 avril - 10h/12h

●● **Café parents**

 **LE CHALET, 153 ROUTE DE BOUGUENAI**

Guylaine et Laurence vous proposent, dans un cadre sécurisant, de venir partager un espace d'écoute et de lien où chacun-e sera libre de prendre la parole sur ses problématiques parentales. Un moment apaisant, rien que pour soi et pour nous toutes et tous.

① **Inscription recommandée serviceenfance@ville-lamontagne.fr ou 02 40 65 95 31**



Samedi 25 avril - 10h30/12h30

☛ **Atelier mieux-être :
le transgénérationnel, kesaco**

📍 **SALLE ARISTIDE BRIAND,
19 TER RUE ARISTIDE BRIAND**

Si vous vous questionnez sur votre héritage générationnel, vous trouverez quelques réponses au travers d'échanges et de méditations profondes.

📞 **Inscriptions avant le 20 avril auprès,
Oz Énergies Zen, Isabelle au 06 79 83 04 52**

18 € par personne à partir de 18 ans



MAI

Vendredi 1^{er} mai - 7h/18h

☛ **Vide-greniers
Montagnards Basket**

📍 **PARKING HYPER U LA MONTAGNE**

📞 **Les Montagnards Basket,
lesmontagnardsbasket@gmail.com**

Gratuit et ouvert à tous

Samedis 2 et 23 mai - 10h/12h

☛ **Potins numériques**

Thème : Lego Wedo

📍 **SALLE OLYMPE DE GOUGES, 92 RUE VIOLIN**

Le Lego Wedo est un kit de robotique éducatif qui permet de construire des objets avec des briques LEGO®, puis de les programmer pour les faire bouger, réagir et accomplir des tâches.

📞 **Inscriptions : 02 40 65 66 24
ou mediatheque@ville-lamontagne.fr**

Ouvert à tous à partir de 8 ans



**Samedi 9 mai - 13h30/19h et
dimanche 10 mai - 9h/18h**

☛ **Championnat individuel
de gymnastique artistique**

📍 **COMPLEXE SPORTIF LESPINET,
4 RUE DE LA GAUDINIÈRE**

Cette compétition rassemble des gymnastes féminines dans trois catégories de la FSCF Poussine (6-9 ans), Jeunesse (10-13 ans) et Aînée (14 ans en +). Chaque athlète aura l'occasion de montrer son talent sur différents agrès (sol, poutre, barres asymétriques) et sera évaluée sur sa technique, sa créativité et la difficulté de ses enchaînements.

📞 **bureaugymlesmontagnards@gmail.com**

Gratuit et tout public



Lundi 11 mai au mardi 30 juin

•• Ouverture des entraînements de l'ASCLM Handball au public

📍 SALLES JULES LADOUÏÈRE,
RUE DE LA GAUDINIÈRE

Dans un objectif de faire découvrir la pratique du handball pour tous et à tout âge sur La Montagne et ses villes voisines, l'ASCLM Handball ouvre ses portes au public non licencié-e-s. Possibilité de venir sur plusieurs séances sur les créneaux correspondant à l'âge des participant-e-s.

📞 **Contact : Clément Rondeau,**
07 44 88 58 97
ou asclamontagnehb@gmail.com

Gratuit et à partir de 3 ans

Mercredi 20 mai - 14h/16h

•• Initiation à la conduite à vélo pour les adultes

Vous avez envie de refaire du vélo en ville mais cela fait longtemps que vous n'êtes pas monté sur votre bicyclette ou vous n'avez jamais été vraiment à l'aise ? La séance propose d'apprendre à circuler à vélo en sécurité, alliant théorie, réglages de base et mise en situation dans la rue. Attention vélo non fourni, chaque participant doit venir avec un vélo.

📞 **Plus d'informations sur le site de la ville : www.ville-lamontagne.fr**

Ouvert aux adultes et gratuit



Samedi 23 mai - 10h/12h

•• Café parents

📍 LE CHALET, 153 ROUTE
DE BOUGUENAI



Guyline et Laurence vous proposent, dans un cadre sécurisant, de venir partager un espace d'écoute et de lien où chacun-e sera libre de prendre la parole sur ses problématiques parentales. Un moment apaisant, rien que pour soi et pour nous toutes et tous.

📞 **Inscription recommandée**
serviceenfance@ville-lamontagne.fr
ou 02 40 65 95 31

Samedi 30 mai - 10h

•• La biodiversité au potager

📍 JARDIN PARTAGÉ, RUE DE LA GAUDINIÈRE

Comment accueillir la biodiversité dans son potager ? Venez partager les bonnes idées avec l'association des Racines et des Graines au jardin partagé de la commune.

📞 **Animé par la LPO**

Ouvert aux adultes et gratuit

JUIN

Samedi 6 juin - 10h/11h30

•• Atelier de danse parents-enfants

📍 AMICALE LAÏQUE MONTAGNARDE,
45 RUE VIOLIN

Les ateliers de danse parents-enfants sont proposés le samedi matin, 5 fois par an à l'ALM. Aucune pratique préalable de la danse n'est requise. Un atelier pour découvrir la danse avec son enfant dans la joie ! Un moment de partage en duo au sein d'un groupe. Un temps pour soi, pour se détendre, se défouler et s'exprimer.

📞 **Inscription à l'atelier**
Renseignements
sectiondanse.alm@gmail.com
ou 06 72 67 40 37

Public : enfants entre 4 et 10 ans
en binôme avec un adulte

Tarifs : duo 15 € et trio 20 € (+5 € d'adhésion à l'ALM)

Samedi 6 juin - 10h30/12h30

Atelier mieux-être : le bonheur en couleurs

 **SALLE ARISTIDE BRIAND, 19 TER
RUE ARISTIDE BRIAND**

Cet atelier vous éclaire sur la pratique, la symbolique, l'utilisation des couleurs au travers de mandalas mais aussi d'autres outils.

 **Inscriptions auprès d'Isabelle
(Oz Énergies Zen) au 06 79 83 04 52
18 € par personne à partir de 18 ans**



Mercredi 10 juin - 14h/16h30

Permanence - Mon Projet Rénov Ménages avec SOLIHA

 **HÔTEL DE VILLE**

Nantes Métropole a mis en place le programme Mon projet Rénov Ménages pour aider les propriétaires et les locataires à améliorer leur logement. SOLIHA vous accompagne lors de ces permanences (sur rendez-vous).

 **Renseignement et prise de rendez-vous obligatoire auprès de SOLIHA :
02 40 44 99 44**

contact.loireatlantique@solihia.fr

Ouvert aux adultes et gratuit

Samedi 13 juin - 9h/16h

Braderie solidaire du Secours Populaire

 **2 RUE JULES VERNE**

Vente de vêtements neufs et d'occasion, linge de maison, jouets, jeux à très petit prix.

 **Isabelle Gay au 07 82 74 39 44
ou la.montagne@spf44.org**



Samedis 13 et 27 juin - 10h/12h

Potins numériques

 **SALLE OLYMPE DE GOUGES, 92 RUE VIOLIN**

Thème : Lego Wedo

Le Lego Wedo est un kit de robotique éducatif qui permet de construire des objets avec des briques LEGO®, puis de les programmer pour les faire bouger, réagir et accomplir des tâches.

 **Inscriptions : 02 40 65 66 24
ou mediatheque@ville-lamontagne.fr**

Ouvert à tous à partir de 8 ans



Samedi 13 juin - 10h/12h

Café parents

 **LE CHALET, 153 ROUTE
DE BOUGUENAI**

Guyline et Laurence vous proposent, dans un cadre sécurisant, de venir partager un espace d'écoute et de lien où chacun-e sera libre de prendre la parole sur ses problématiques parentales. Un moment apaisant, dans le partage rien que pour soi et pour nous toutes et tous.

 **Inscription recommandée
serviceenfance@ville-lamontagne.fr
ou 02 40 65 95 31**



**Samedi 13 juin – 10h/13h
et 14h30/17h30**

●● **La P'tite répare par
l'association De fils en aigues**

📍 **LE CHALET, ROUTE DE BOUGUENAI**

Les bricoleurs de La P'tite répare vous proposent de vous aider à réparer vos petits appareils du quotidien et vos jouets en toute convivialité. Un bricoleur sera présent pour vos vélos sur cette séance.

📧 **Inscription : laptiterepare@gmail.com**

Tout public, participation libre,
adhésion à l'association

**Du lundi 15 juin au
vendredi 26 juin**

●● **Portes ouvertes
Le Lotus Qi Gong**

📍 **GYMNASSE CSL, RUE DE LA GAUDINIÈRE**

- Lundi 15 juin – 10h30/12h
- Jeudi 18 juin – 14h30/16h
- Vendredi 19 juin – 10h/11h30
- Lundi 22 juin – 10h30/12h
- Jeudi 25 juin – 14h30/16h
- Vendredi 26 juin – 10h/11h30

Le Qi Gong combine des enchaînements de mouvements fluides, harmonieux et des postures, conscience du corps, de l'esprit et de la respiration. Il fait travailler sa souplesse, augmenter sa vitalité, réguler ses émotions, son stress, trouver de la détente, renforcer ses capacités d'attention et de concentration, harmoniser son être avec le monde environnant, se remettre en lien avec la nature, accéder à la quiétude et au bien-être.

📧 **Renseignements : [Maryannick Le Gouguec](mailto:Maryannick.LeGouguec@0630695773)
ou [0630 69 57 73](mailto:0630695773) ou mlegouguec@gmail.com
ou lelotus44620@mailo.com**

Gratuit et ouvert à tous



Samedi 27 juin – 11h/18h

●● **Fête des écoles Jules
Verne et Joachim du Bellay**

📍 **PARC DE L'ÉCOLE JULES VERNE**

Fête de fin d'année conviviale avec animations et restauration sur place.

📧 **lesecoliersdelamontagne@outlook.fr**

Gratuit et ouvert à tous les écoliers
et leurs parents

JUILLET

Mardi 14 juillet – 19h

●● **Bal populaire et pique-nique**

📍 **PARC DE LA MAIRIE**

Un DJ animera le bal populaire dans le parc de la Mairie. La municipalité offre l'apéritif, chacun est libre d'apporter son pique-nique, profiter du bar associatif et des points de restauration présents.

📧 **sylvie.duval@ville-lamontagne.fr
ou 02 40 65 64 68**

Gratuit et ouvert à tous



Mercredi 15 juillet – 15h

●● **Extraction du miel
des ruches municipales**

L'Unapla vous invite à participer à l'extraction du miel des ruches de la commune avec l'apiculteur. Une étape très intéressante à voir et à faire !

Ouvert aux adultes et gratuit (date susceptible
d'être modifiée, voir le site de la mairie)