

## LOISIRS CRÉATIFS

ADULTES

Chantal DIOGO 06 67 66 11 69  
Au CAPIAL - Mercredi de 14h à 17h

## BRODERIE

Au CAPIAL - Lundi de 14h à 17h (tous les 15 jours)

## ATELIER TRICOT ET CROCHET

ADULTES

Sarah REILLES Annie LAFON  
07 66 79 48 63 06 08 97 62 10

Au CAPIAL - Mercredi 20h

## PHOTO

TOUT PUBLIC

(1) Jean BES (2) Marcel CASSAGNES  
06 48 28 85 95 05 63 45 14 96

(1) Jean-Pierre PEIRO  
06 75 38 18 11

Au CAPIAL - (1) Numérique : Jeudi - 20h15  
(2) Argentique : Initiation N&B débutants  
Jours et horaires à déterminer

## THÉÂTRE

ADOS ET ADULTES

Thierry MARINA  
06 52 51 64 77

La GARE / CAPIAL - Mardi 20h et vendredi 14h

## TAROT

ADULTES

Michel ROUXES  
06 45 76 64 96

Au CAPIAL - Lundi 13h30 et Jeudi 13h30

## PEINTURE SUR SOIE

TOUT PUBLIC

Mireille YERLE  
06 46 02 62 03

Au CAPIAL - Mardi et Jeudi 14h à 17h

## POTERIE

ADULTES

Nadine AUREJAC  
05 63 60 29 67

Au CAPIAL - Lundi 14h et 18h30 / Mardi 14h  
Mercredi 14h / Jeudi 19h

## ANIMATIONS DU 4<sup>E</sup> TRIMESTRE

RETROUVEZ LA MAISON D'ANIMATION

# LO CAPIAL

**DIMANCHE 13 SEPTEMBRE**

Au Forum des associations,  
**COMPLEXE DE L'ALBARET**

**VENDREDI 16 OCTOBRE**

Pour notre Assemblée générale,  
au **CAPIAL** - 20h30

**SAMEDI 24 OCTOBRE** - 20h30

**CONCERT MUSIQUE CLASSIQUE**

Piano & Violon  
Célia Quilichini et Olivia Steindler

**ESPACE CULTUREL DE LA GARE**

**MARDI 10 NOVEMBRE** - 21h

**48<sup>e</sup> FÊTE DES CHÂTAIGNES**

BAL GRATUIT

ORCHESTRE :

**Florence Olivier**

Musette - Variété - Disco - Années 80-90

**SALLE DE L'ALBARET**

**DE MAI À SEPTEMBRE**

**ANIMATION D'ÉTÉ CANOË-KAYAK**

Vallée du TARN - 5km d'Albi

**BASE NAUTIQUE DES AVALATS**

Accueil de groupes - Location individuelle  
Mai, juin et septembre sur réservation / Juillet et août 7j/7 - dès 9h

**05 63 45 19 49** - [locapial.org/canoe-kayak](http://locapial.org/canoe-kayak)

Retrouvez toute notre actualité sur notre site internet :

[www.locapial.org](http://www.locapial.org)

Suivez-nous sur les réseaux sociaux :



Association Loi 1901 Déclarée en Préfecture du Tarn - Le 17/10/1977, n°W811009395  
Siret : 352 082 754 00024 - Agréments J.S.L. : 81 82 F 115-81 J.E.P. 04 AM 059  
Affiliée Ligue Enseignement - FOL 81 - UFOLEP - FFCK - FFA - FFRP - FFCT  
Fédération photographique de France

## ACTIVITÉS 2026-2027

SPORTIVES,  
DE LOISIRS,  
CULTURELLES

MAISON D'ANIMATION

# LO CAPIAL

50<sup>E</sup> SAISON

Siège social :  
Place St-Georges,  
81160 Saint-Juery  
**05 63 55 19 40**  
[locapial@orange.fr](mailto:locapial@orange.fr)  
[www.locapial.org](http://www.locapial.org)



## ATHLÉTISME ————— JEUNES ET ADULTES

(1) Alyne GAMES (1) Jean-Louis BOYER (2) Serge CARRIERE  
06 70 38 05 54 07 86 99 29 24 06 24 14 98 66

(1) École d'athlétisme (de 7 à 11 ans)  
Stade ALBARET ou STADE DE LESCURE  
Mercredi 14h30 - 16h30

(2) Adultes : Entraînement - Préparation physique  
Courses sur route, Trail, selon planning

## RANDONNÉE PÉDESTRE ————— TOUT PUBLIC

Jean SALOMON  
06 07 71 06 34  
jeanetfrancoise12@orange.fr

Parking de la GARE ou ALBARET  
Tous les dimanches matin (départ 8h) ou journée (voir programme détaillé)  
Mardi 13h (rando douce) et 13h 1/2 journée  
Jeudi 8h (à la journée), 13h et 13h30 (rando douce)  
Sortie « BIEN-ÊTRE » Lundi 13h30

## MARCHE NORDIQUE ————— ADULTES

Martine LASSERRE Claude CANITROT  
07 79 82 31 09 06 37 36 26 60

Parking de la GARE  
Lundi 13h45 : soutenue Vendredi 9h : 2 niveaux : 8-10km  
Mercredi 13h45 et Samedi : 9h Dimanche (1<sup>er</sup> du mois) : 9h

## V.T.T. ————— JEUNES ET ADULTES

Jean-Pierre MAS Alexandre GARCIA  
06 82 08 16 01 06 73 35 47 80

Départ du CAPIAL  
Adultes : Dimanche 8h30  
Jeunes (VTT) : Samedi 14h

## VOLLEY-BALL ————— ADULTES

Laura CHAMAYOU Salle de l'ALBARET  
06 33 41 71 62 Femmes et hommes  
Mercredi 20h15

## FOOT À 7 ————— ADULTES

Hervé BLANC  
06 27 49 29 70  
Stade de l'ALBARET  
Entraînements : Mercredi 19h30 - 21h30  
Matches : Dimanche à 10h

## FOOT EN MARCHANT ————— ADULTES

Jean-Louis BOYER Salle de l'ALBARET  
07 86 99 29 24 Vendredi : 15h - 18h

## ACTIVITÉS DE LA FORME ————— ADULTES

Patrick HASSAÏNE  
06 03 68 20 77  
Salle de Danse - ALBARET  
Body Renforcement Lundi de 17h-18h45  
et 19h - 20h et le jeudi de 18h à 19h30

## CANOË-KAYAK ————— ADULTES

Fabrice DESCOMBES (Même débutants !)  
06 71 22 75 43  
Base nautique des AVALATS  
Samedi 14h00 - Toute l'année

## CYCLOTOURISME ————— ADULTES

Michel AUSSENAC 06 71 50 19 22  
Place MARIE CURIE  
Samedi 13h30 : Randonnée - Balade

## BADMINTON ————— JEUNES ET ADULTES

(1) Étienne GAUTIER (2) Nicolas DE OLIVEIRA (à partir de 11 ans)  
06 26 66 57 91 06 21 72 17 33  
(1) DULTES (2) Famille / Loisir - Salle de l'ALBARET  
Salle de l'ALBARET Dimanche de 10h à 12h  
Lundi 19h à 22h30 (2) Jeunes (11-18ans) - GYMNASSE  
Jeudi de 19h à 22h30 Mercredi de 17h30 à 19h45

## ROLLER-HOCKEY ————— (À partir de 16 ans)

Damien CONSTANS  
06 84 75 55 36  
Salle de l'ALBARET - Mardi 20h

## DANSE JAZZ ————— JEUNES (1) ET ADULTES (2)

Bénédicte CABROL (à partir de 13 ans)  
06 15 67 13 52  
Salle de gym de l'ALBARET  
(2) Vendredi 18h15 - 19h15 - Adultes débutants  
(1) / (2) Vendredi 19h15 - 20h15 - Intermédiaires  
(2) Vendredi 20h15 - 21h15 - Avancés

## DANSE CRÉATIVE ————— ENFANTS

(de 6 à 11 ans)  
Sylvie CHIFFRE 07 68 72 34 88  
Salle de danse de l'ALBARET Mardi 17h - 18h ou  
Mercredi 13h45 - 14h45

## DANSE COUNTRY ————— ADULTES

(à partir de 14 ans)  
Claude RAT 06 27 93 14 91  
Claude BARJAVEL 07 60 59 93 67  
Salle de danse de l'ALBARET - Mercredi / Débutants : 19h - 20h  
Confirmés : 20h15 - 22h

## JEUX DE SOCIÉTÉ & LUDIQUES

Cédric ASTRUC JEUNES ET ADULTES  
06 62 42 39 96 (à partir de 12 ans)  
Au CAPIAL - Vendredi 20h30 (semaines paires)

## CONVERSATION EN OCCITAN ————— ADULTES

Michel TAYAC  
05 63 55 01 50  
Au CAPIAL  
1<sup>er</sup> mardi du mois : 15h - 16h30

## VITRAIL ————— ADULTES

(1) Jean-Pierre RADUREAU (2) Maryse LIVIERO  
06 80 34 58 54 06 70 12 06 63  
Au CAPIAL :  
(1) Vitrail/Fusing - Lundi et Mardi de 14h à 18h  
(2) Vitrail Plomb Tiffany - Jeudi de 14h30 à 19h30

## PEINTURE ————— TOUT PUBLIC

Geneviève CUNNAC  
06 81 79 40 09  
Au CAPIAL - Lundi et Jeudi de 14h à 16h30

## ATELIER D'ÉCRITURE ————— ADULTES

Michel EHRHARD 06 16 66 52 20  
Au CAPIAL - Lundi 14h - 16h / Tous les 15 jours