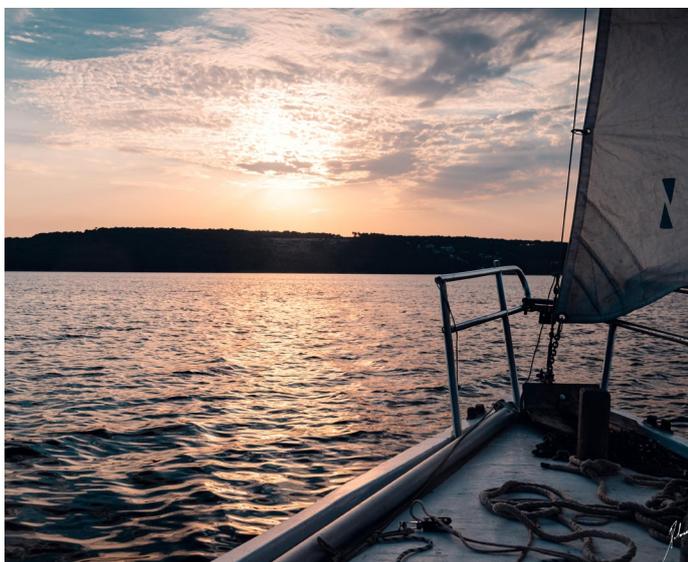


À Istres cet été, ça va bouger !

Avec Istres Tourisme - Le Club, l'été 2021 s'annonce animé sur les rives des Étangs de Berre et de l'Olivier. Au programme : des visites et découvertes commentées, des sorties sur l'eau, des activités familiales tournées vers l'eau, l'environnement, la nature et le bien-être, encadrées par des passionnés et des experts du territoire.



Istres Tourisme - Le Club, c'est près de 50 activités & visites différentes sur tout le territoire, et plus de 280 créneaux cet été ! Pour tous les âges et tous les goûts, à des prix attractifs... L'occasion de (re)découvrir Istres et son environnement autrement.

Des rendez-vous, pour toute la famille, qui s'enchainent tous les jours de l'été du 1er juillet au 31 août, pour le bonheur de tous.

Nouveauté 2021 - Les étranges visites

« Les bonimenteurs au Pavillon de Grignan »

Les mercredis 28 juillet et 4-11-18 août

Remonter dans le temps et plonger dans l'univers étrange et merveilleux des Bonimenteurs, vendeurs de potions, de rêves et de magie ! Lors d'une déambulation de près d'une heure, on part à la rencontre de personnages loufoques dans les jardins du Pavillon de Grignan, exceptionnellement ouvert pour l'occasion. Un voyage extraordinaire et interactif à la Belle Époque avec la Compagnie Afikamaya !

Tout Public

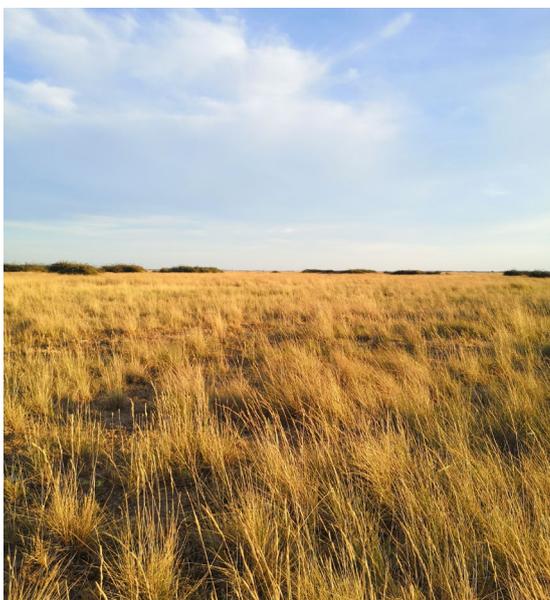
Tarif : 10 € - 6 € moins de 6 ans

Durée environ 1h - De 18h à 20h40

Départ toutes les 20 minutes



SUR TERRE



Balade « La Crau, un désert plein de vie » Les mardi 6 & 20 juillet et le mardi 10 août à 18h

Accompagné d'un guide naturaliste, partir à la découverte d'une steppe mythologique : la plaine de la Crau. Ce désert est le paradis d'une faune et d'espèces endémiques. Une découverte conviviale et enrichissante à la fraîche ou la tombée de la nuit. La balade commence sur les rives de l'étang d'Entressen, à la découverte de la Crau humide, puis l'itinéraire se poursuit vers la Crau sèche, pour une balade d'environ 3h30.

Tout Public - 5 € - Gratuit moins de 12 ans

Balade pédestre commentée de l'étang de Berre Le lundi 19 juillet à 18h15

Découvrir l'étang de Berre et toutes ses caractéristiques étonnantes, lors d'une balade commentée, organisée par le GIPREB. L'occasion d'évoquer la grande diversité de l'écosystème de l'étang et de son rivage... Et de découvrir à quel point le rivage istréen vaut le détour !

Tout Public - Gratuit

Balade guidée « Istres entre ville et nature » Les mardis 27 juillet & 24 août à 18h

Une sortie au soleil tombant, accompagnée d'une guide conférencière, mêlant découvertes botaniques et historiques. Arpenter les bords de l'étang de l'Olivier et remonter le temps pour connaître l'origine préhistorique de l'oppidum du Castellon et ses vestiges du temps des dinosaures. Direction le belvédère de Suffren avec une vue à 180 degrés sur l'étang de Berre, une des plus grandes lagunes salées d'Europe. L'itinéraire se termine en ville, dans les ruelles du centre ancien moyenâgeux pour (re)découvrir son histoire et ses traditions.

Durée : 2h30 - Tout Public - 5 € - Gratuit moins de 12 ans

Balade à cheval Du 10 juillet au 28 août, tous les samedis à 10h30

Le centre équestre Le Deven propose une balade de 3h dans la colline du Deven avec des moniteurs diplômés et passionnés. Au programme de la matinée : préparation des chevaux, apprentissage, balade près de l'étang de Berre et soin du cheval.

**Cavaliers débutants et non-initiés, à partir de 10 ans.
42 € (34 € dès 2 personnes inscrites)**

Et pour les apprentis cavaliers - Baptêmes en poney Du 5 juillet au 27 août, tous les lundis, mercredis et vendredis

Bienvenue à Poney Land ! Accessible de 3 à 9 ans, les enfants découvrent le magnifique écrin du centre équestre Le Deven et profitent d'une balade de 25 minutes à dos de poney.

De 3 à 9 ans - 5 €





SUR L'EAU

Balade découverte de la voile de l'étang de Berre

Du 5 juillet au 30 août, tous les lundis, mercredis, vendredis, et samedi à 18h

Partir à la découverte de l'étang de Berre à bord du Mentor, voilier istréen. Au coucher du soleil, on profite d'un moment paisible, on observe les rives de l'étang, ses plages et criques préservées. Au large, le bateau jette l'ancre pour un moment de liberté avec baignade et apéritif en toute convivialité.

Durée : 2h00 - 15 € - À partir de 5 ans

Balade découverte en kayak ou en paddle sur l'étang de Berre

Du 6 juillet au 26 août

Des randonnées sur l'eau, en kayak de mer ou en paddle, encadrées et agrémentées de commentaires sur l'histoire des étangs de Berre et Entressen, avec des moniteurs diplômés et passionnés. Le Club d'Istres Entressen Canoé Kayak et l'ANOI proposent des sorties nautiques en matinée, ou en soirée avec un petit apéritif au bord de l'eau.

Kayak : les mardis à 9h et les mercredis à 18h30 - À partir de 8 ans - 20 €

Paddle : les jeudis à 17h30 et les samedis & dimanches à 9h - À partir de 12 ans - 20 €

Coucher de soleil en kayak sur l'étang d'Entressen

Du 12 juillet au 23 août, tous les lundis à 18h45

Une balade en kayak sur l'étang d'Entressen, à la fraîche au soir tombant, avec un moniteur diplômé connaisseur de ce lieu où niche de nombreux oiseaux et poissons. Pour profiter du magnifique coucher de soleil avec pour toile de fond les Alpilles.

À partir de 8 ans - 15 €

Balade nautique commentée sur l'étang de Berre

Les vendredis 16 & 30 juillet et le vendredi 13 août à 10h

À bord du Cisampo, découvrir l'étang de Berre, son histoire et ses multiples facettes lors d'une balade commentée par l'office de tourisme d'Istres. Embarcation depuis le port des Heures Claires, pour une sortie enrichissante de près de 2h, entre navigation, émerveillement et découverte.

Tout Public

15 € - 8 € pour les moins de 12 ans - Gratuit pour les moins de 4 ans

RELAXATION & DÉTENTE

Cet été, on se relaxe au grand air, dans des espaces naturels remarquables. Des lieux remplis de charme qui ouvrent leurs portes pour l'occasion, afin de vivre le temps présent dans une nature préservée.

Ateliers nature, yoga, recentrage au son du Handpan, sophrologie, Qi gong, sans oublier des activités spéciales enfants dans des mas, prairies de foin de Crau, bamboueraie, chênaie, colline St Etienne et plateau du Castellan...

Au programme par exemple :

Yoga pour toute la famille

Le vendredi 16 juillet à 10h30 & le samedi 14 août à 9h

Au milieu des prairies et à l'ombre des grands arbres, découvrir la pratique du yoga en famille avec une professeur diplômée, qui saura s'adapter aux plus petits et à leurs parents. Un moment de partage à ne pas manquer.

À partir de 8 ans - 5 €

Méditation & Handpan

Le vendredi 23 juillet et les jeudis 5 & 19 août à 20h

Rendez-vous à 20h, à la tombée du jour, pour vivre un moment magique mêlant la musique du Handpan et méditation guidée. Le Handpan est un instrument creux composé de deux coupelles métalliques. Les sons et vibrations qu'il produit sont relaxants et chaleureux. Au cours de cette soirée, moments musicaux et méditatifs se succèdent pour une expérience intense.

**Chapelle Saint Etienne et Chênaie d'Entressen
Tout public - 10 € - Gratuit pour les - de 12 ans**

Atelier Sophrologie

Le jeudi 8 juillet et les vendredis 13 & 20 août à 9h

Dans le cadre privilégié du Moun Mazet, Céline Défives propose des ateliers de sophrologie de groupe, permettant d'être à la fois à l'écoute de soi et de la nature. Des séances axées sur la découverte des 5 sens, accessibles aux adultes, et des séances familiales, axées sur le jeu, favorisant les échanges ludiques entre les parents et leurs enfants.

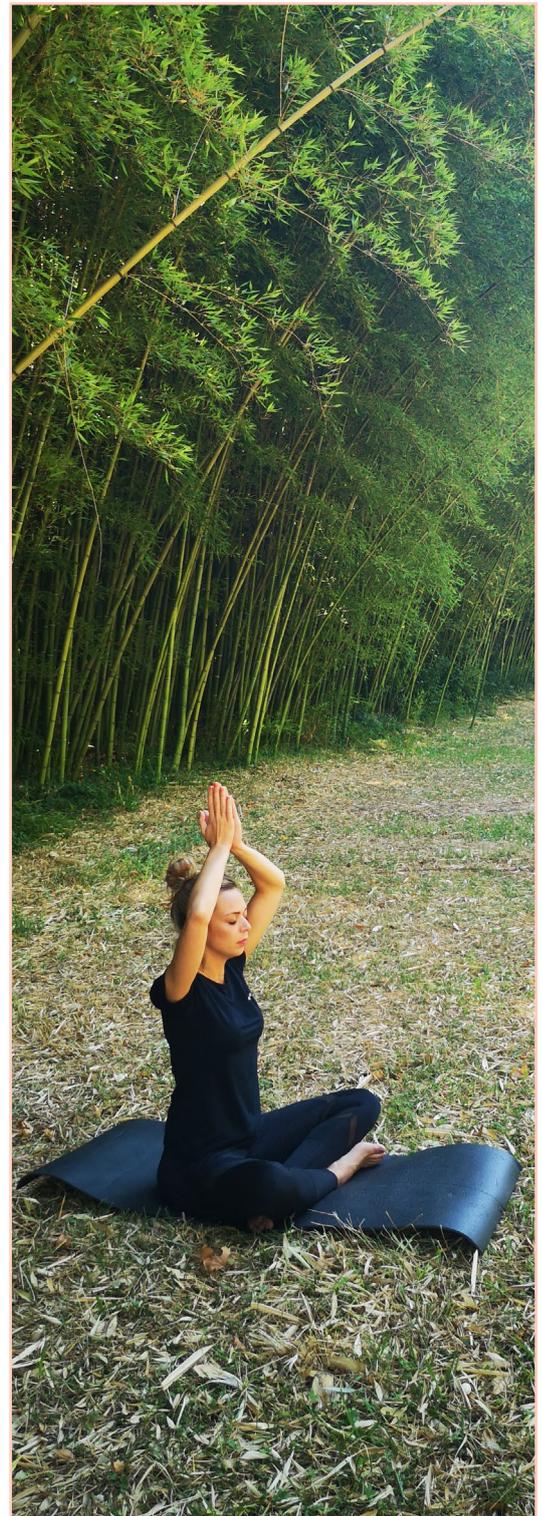
**Atelier Adulte le 8 juillet & Famille les 13-20 août
Tout public - 5 €**

Tai Chi Chuan au pays des dinosaures

Le samedi 31 juillet à 9h

Pratiquer le Tai Chi Chuan au cœur de Dinosaur'Istres, voilà un lieu original pour ralentir et se recentrer sur ses mouvements. Ce site boisé, à quelques pas du centre-ville, offre un moment de détente privilégié. Rendez-vous pour un Tai Chi basé sur des mouvements lents, impliquant tous les muscles, les articulations, et le souffle.

Atelier Adulte - 5 €



ET POUR LES CURIEUX

Visite de l'exposition « Le Chant Des Walés » - par Patrick Willocq

Le jeudi 1er juillet à 14h, le lundi 19 juillet et le vendredi 27 août à 10h

« Le Chant des Walés », c'est un récit. Celui d'une tradition orale perpétuée dans les contrées de la République démocratique du Congo. Toute une tradition qui se raconte, en images autant qu'en imaginaire, dans une palette de couleurs vivifiante, enveloppée par les magnifiques chants des Walés. Rendez-vous au centre d'art contemporain les 1er, 19 juillet et 27 août pour participer à la visite commentée de cette exposition, accessible à tous.

Tout Public - Gratuit

Entressen à travers son histoire : Découverte de la Tour de la Reine Jeanne

Le jeudi 8 juillet à 18h et le 26 août à 9h45

Une découverte de la Tour de la Reine Jeanne et de son environnement. Cette tour édifée au XIV siècle, située à l'orée de la Crau, au bord de l'Étang jouit d'un cadre naturel de qualité. Sortie commentée par Jean-Philippe Lagrue, archéologue médiéviste.

Tout Public - Gratuit

Le Castellan & l'étang de l'Olivier à travers l'histoire

Le vendredi 9 juillet à 18h et le jeudi 19 août à 9h45

Une découverte commentée par Jean-Philippe Lagrue, archéologue médiéviste du Pôle Culture Istres Ouest Provence. Au départ de l'Art Zoo, direction les rives de l'étang de l'Olivier et la colline du Castellan pour découvrir ce site chargé d'histoire.

Tout Public - Gratuit

Visite nocturne dans le centre historique : « Sourciers et métiers de Provence »

Le vendredi 16 juillet et le vendredi 20 août à 20h30

Une visite nocturne dans le centre historique avec un véritable sourcier. Direction le vieil Istres, à la découverte des nombreux métiers de la Provence d'antan en lien avec la toponymie des noms de rue.

Tout Public - 5 € - Gratuit pour les moins de 12 ans

À propos de la ville d'Istres

Au cœur de la Provence dans les Bouches-du-Rhône, à quelques pas de la Camargue et de la Crau, Istres se vit au grand air ! Héritage croisé empreint de modernité, la ville explore tous les horizons. Centre historique moyenâgeux, Étang de l'Olivier et son jet d'eau le plus haut de France, animaux grandeur nature à Dinosaur'Istres et l'Art Zoo... Istres dévoile des paysages variés et arborés, entre terre et mer. Non loin du centre ville, les plages du Ranquet et de la Romaniquette, au bord de l'Étang de Berre, proposent des moments de détente dans un esprit cabanon.

Réservations et informations

Office de Tourisme d'Istres - www.istres-tourisme.com - 04 42 81 76 00

Contact presse - Agence le büro

Juliette Delaune - juliette@leburo-rp.com - 06 58 15 42 67