

# QUARTIER DU COUCHANT

## INVITATION : TERRE DE SPORT

Le sport autrement  
Juillet et août – Gratuit  
Place du Cosmos (boule rouge)  
Attention : Pour l'Aquamix Point de RV  
Accès 25 à côté du poste de secours avec  
chausson d'eau, casquette et crème solaire.

Profiter de vos vacances, ce n'est pas  
seulement bronzer à la plage, c'est aussi  
l'occasion de découvrir de nouvelles  
activités, de faire des rencontres humaines  
et sportives tout en gardant la forme ! Terre  
de Sport est une animation mélangeant  
différentes disciplines, impossible pour  
vous de ne pas trouver la séance qui vous  
correspond.

Tous les cours sont sous forme de cours  
collectifs, accessibles à tous et encadrés  
par une équipe de coaches dynamiques. Ils  
sont également gratuits et sans réservation  
à partir de 12ans, dans la limite des places  
disponibles. Tenu de sport obligatoire.  
Durée des cours: 1 heure

## DU 15 AU 31 AOÛT

**Lundi** : 8h30 Yoga / 9h30 Aquamix / 18h30  
LGM Training  
**Mardi** : 8h30 Pilates / 9h30 Total Renfo /  
18h30 Cardio Boxing  
**Mercredi** : 8h30 Yoga / 9h30 Aquamix /  
18h30 LGM Training  
**Jeu**di : 8h30 Pilates / 9h30 Total Renfo /  
18h30 LGM Training  
**Vendredi** : 8h30 Yoga / 9h30 Aquamix /  
18h00 Zumba  
**Samedi** : 8h30 Wake up / 9h30 LGM Training  
/ 18h30 LGM Training

## STAGE CLUB DES MINI SAUVETEURS

Du lundi au vendredi de 10 h à 12 h.  
Le club de Plage sportif, ludique et citoyen.  
Au club des Mini Sauveteurs, nous  
proposons des initiations au sauvetage,  
ou secourisme, à la natation en mer, à  
la planche de sauvetage ainsi qu'une  
sensibilisation à l'écologie.  
Programme:  
**Lundi** atelier « secourisme » :  
**Mardi** atelier « secourisme » :  
Contrôle de la respiration, la PLS (Position  
Latérale de Sécurité)  
**Mercredi** atelier « mer et météo » :  
**Jeu**di atelier « écologie » :  
**Vendredi** « challenge » :  
Ouvert au 5-8 ans (mini sauveteurs) et aux  
9-13 ans (jeunes sauveteurs).  
La combi/le shorty et le lycra sont prêts dès



le lundi. Vous les conservez toute la semaine  
Sur moi, j'ai mon maillot de bain et j'ai de la  
crème solaire.

Dans le sac : une gourde, une grande  
serviette, une casquette, des lunettes de  
piscine et mon goûter  
Infos et tarifs sur [www.minisauveteur.com](http://www.minisauveteur.com)  
Accès 25 poste de secours  
Esplanade du couchant

## MARDI 16 AOÛT

### Don du sang

De 14h à 19h  
Esplanade du couchant

### Concert Duo Test Animation

De 19h à 20h et de 21h à 23h Gratuit  
Organisé par l'association des commerçants,  
l'OT et la CCI  
Esplanade du Couchant

### Toro Piscine

À 21h30  
Tarif : 7€ adultes 3€ enfants  
Arènes municipales Juan Bautista

## MERCREDI 17 AOÛT

### Mhsc Summer Tour

De 13h à 18h  
Comme le veut désormais la tradition, le  
MHSC se rendra durant tout l'été sur les  
plages alentours de Montpellier. Chaque  
après-midi sélectionnés, du 20 juillet au 24  
août, un groupe de joueurs et joueuses sera  
sur place pour des séances de dédicaces, en  
marge des animations traditionnelles  
Place du couchant

## JEUDI 18 AOÛT

### Village des artisans Marché artisanal nocturne

De 16h à 00h  
Esplanade du Couchant - Front de mer

### Les invitations : Pop Corn Spectacle pour toute la famille!

À 19h  
Un show délirant, frais et rythmé pour petits  
ET grands ! Sur le thème du cinéma, vous  
suivrez les aventures d'Elena et Silas, deux  
amis que rien ne séparent, enfin ça, c'est ce  
qu'ils croient! Vous risquez de croiser Dark  
Vador, Lara Croft, Charlie Chaplin, Deadpool,  
Vaiana, Le Parrain ou encore Barbie, Indiana  
Jones, Beetlejuice et tellement d'autres  
encore !!!  
1h30 de spectacle intense avec des

centaines de costumes !!! De la danse, de  
l'humour, de l'émotion, ailes d'Isis, artifices  
d'intérieur et support vidéo !  
Place du Cosmos

## VENDREDI 19 AOÛT

**Don du sang**  
De 14h à 19h  
Esplanade du couchant

## SAMEDI 20 AOÛT

### Village des artisans Marché artisanal nocturne

De 16h à 00h  
Esplanade du Couchant - Front de mer

### Rencontre autour de la Pêche au couchant

À partir de 19h  
Organisé par l'association scpgm 34  
Rencontre avec toute personne désirent  
apprendre à pêcher en et surfcasting  
Place du couchant (Accès 29)

## DIMANCHE 21 AOÛT

### Toro Piscine

À 21h30  
Tarif : 7€ adultes 3€ enfants  
Arènes municipales Juan Bautista

## LUNDI 22 AOÛT

### Le Village des vignerons

De 9h à 20h  
Place du Cosmos

### Village des artisans Marché artisanal nocturne

De 16h à 00h  
Esplanade du Couchant-Front de mer

### CINÉTOILE : Cinéma en plein air

« Buzz l'éclair »  
Ouverture des portes à 20h30  
Séance à 21h30. Tarif Unique 5€  
Places limitées à 600 personnes.  
Arènes municipales Juan Bautista

## MARDI 23 AOÛT

### Concert Pause Café

De 19h à 20h et de 21h à 23h Gratuit  
Organisé par l'association des commerçants,  
l'OT et la CCI  
Esplanade du Couchant

### Toro Piscine

À 21h30  
Tarif : 7€ adultes 3€ enfants  
Arènes municipales Juan Bautista

## JEUDI 25 AOÛT

### Village des artisans Marché artisanal Nocturne

De 16h à 00h  
Esplanade du Couchant - Front de mer

### Toro Piscine

À 21h30  
Tarif : 7€ adultes 3€ enfants  
Arènes municipales Juan Bautista

## VENDREDI 26 AOÛT

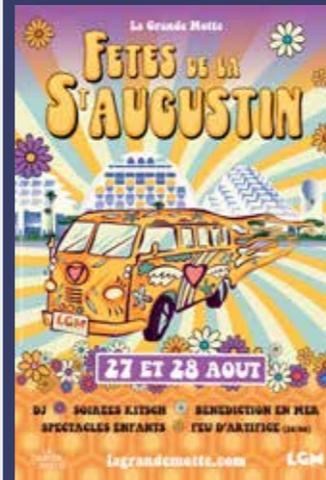
### Les invitations

« Underground : le Monde Caché »  
À 19h

Spectacle ultra dynamique, avec son lot de  
surprises et des mises en scène totalement  
inattendues ! Un subtil mélange entre danse  
classique et arts urbains vous attend... 1h30  
de spectacle où, tout le monde en prend plein  
les yeux !  
Place du Cosmos

## SAMEDI 27 ET DIMANCHE 28 AOÛT

### FÊTES DE LA SAINT AUGUSTIN



### Samedi 27 Août

À partir de 13h : Ludo & the gipsy  
À partir de 15h : DJ Adrien  
À partir de 21h : SHOOBE SHOW Show  
transformiste  
Esplanade des boutiques du Couchant

### Dimanche 28 Août

À partir de 13h : Ludo & the gipsy  
À partir de 15h : DJ Adrien  
À partir de 21h : FANFARDEON - Pena, groupe  
déambulatoire  
Esplanade des boutiques du Couchant

## DU SAMEDI 27 AOÛT AU DIMANCHE 3 SEPTEMBRE

Championnat du Monde Tornado  
Toute la journée  
Le championnat du Monde Tornado devrait  
réunir au moins 30 bateaux, potentiellement  
50 car La Grande Motte est facile d'accès et  
attractive pour les européens (Le championnat  
2021 s'est tenu en Grèce).  
C'est l'événement phare de cette classe !  
Il se tiendra du 27 Août au 4 septembre au  
YCGM.  
Cet intervalle comprend l'accueil,

## TROUVEZ VOS ACTIVITÉS & LOISIRS, ET RÉSERVEZ EN UN CLIC

Découvrir les  
offres de sports  
et loisirs autour  
de soi



Réserver  
votre session



TROUVEZ LA  
PLAGE QUI VOUS  
CORRESPOND



RECEVEZ  
CHAQUE JOUR  
LE PROGRAMME  
D'ANIMATION



TROUVEZ LA  
BALADE QUI VOUS  
CORRESPOND



l'inscription, la jauge des bateaux, une régata  
d'entraînement et le championnat même (du  
29/30 août au 3/4 septembre).  
Yacht Club de La Grande Motte Ecole Française  
de voile



LGM by La Grande Motte



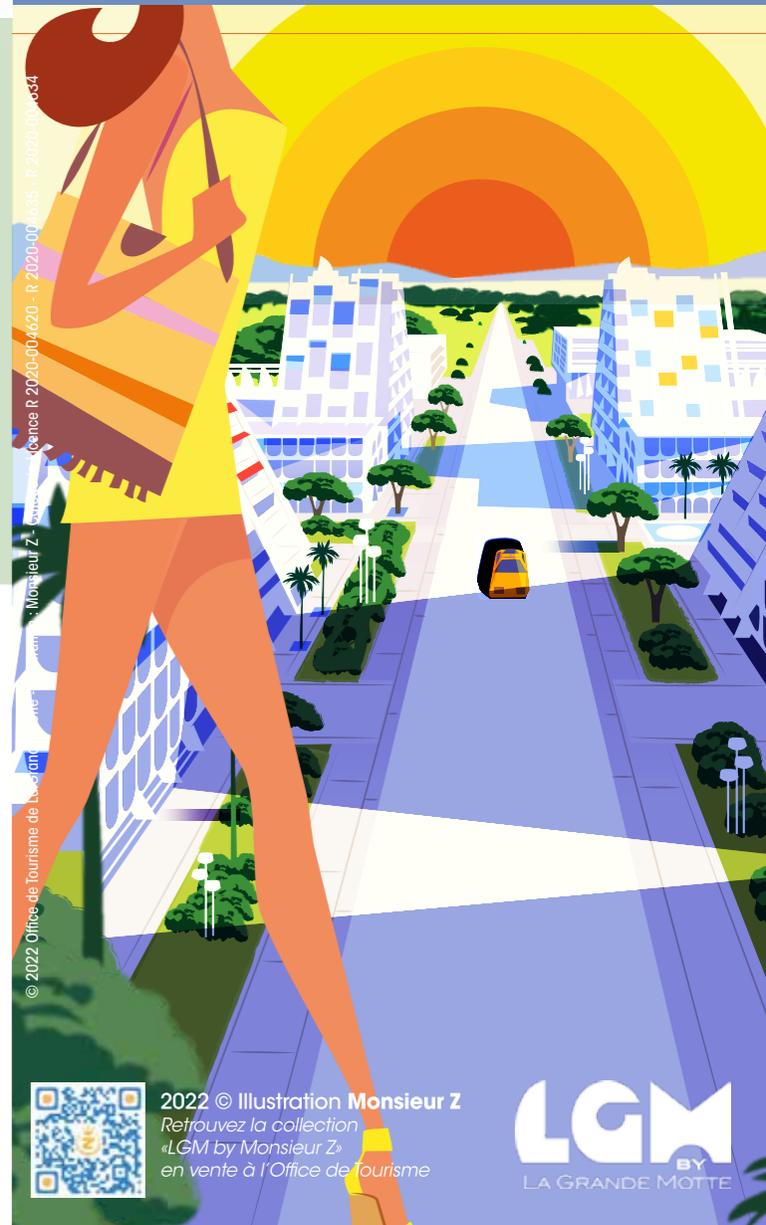
LaGrandeMotte  
#visitlgm



OFFICE DE TOURISME  
55, rue du Port / 04 67 56 42 00



lagrandemotte.com



© 2022 Office de Tourisme de La Grande Motte - R. 2020-004620 - R. 2020-004656 - R. 2020-004634



2022 © Illustration Monsieur Z  
Retrouvez la collection  
«LGM by Monsieur Z»  
en vente à l'Office de Tourisme



# PROGRAMME PAR QUARTIERS

## CENTRE VILLE POINT ZÉRO

**INVITATION : GARDEN PARTY  
Du 4 juillet au 27 août  
Point Zéro**

GARDEN PARTY est notre invitation à la danse, une piste sous les étoiles pour se laisser entraîner par le rythme, des professeurs pour vous guider, des amis pour oser avec vous, des danseurs qu'on applaudit, qu'on envie, qu'on rejoint, ici tout est danse, joie, audace et partage. Venez danser !

**TOUS LES SOIRS (SAUF LE JEUDI ET  
DIMANCHE) COURS DE DANSE GRATUIT  
DE 19H À 21H**

**Lundi** : découverte des danses Latines (bachata, salsa,.....)

**Mardi** découverte du Hip-Hop.

**Mercredi** : danses des années 80. Les Seventies c'est La Grande Motte ! Le funk, la soul, le disco... n'ont pas fini de vous séduire avec leur Groove.

**Vendredi** : les danses latinos : Reggaeton, Zumba, Salsa, ...

Quel que soit votre âge, venez bouger, vous amuser et voyager !

**Samedi** : danse «Grand Motte Country», on vous emmène faire un petit tour vers le folklore américain

**DU 29 JUIN AU 28 AOÛT**

**Exposition Pierre Marie Brisson**

Du mercredi au dimanche, de 10h à 13h et de 14h à 18h30

*Espace Michèle Goolard*

**MARDI 16 AOÛT**

**Visite guidée Enfants «Mission Pyramides»**  
De 10h à 12h

Envie d'une visite ludique!

Optez pour notre visite guidée pour enfants avec une guide conférencière qui rendra votre découverte de La Grande Motte originale et insolite.

Réervations sur lagrandemotte.com ou à l'Office de Tourisme

Tarif : 8€ guichet et 7€ en ligne, adulte accompagnant obligatoire et gratuit

**Balade Contée : L'Odyssée d'Hans et Greta**  
De 17h à 18h30

Les parents, faut toujours les surveiller, sinon on fait rien qu'à les perdre!

C'est ce que Greta dit toujours à son petit



frère Hans. Et en ce bel été en 1986, pile le dernier jour des vacances à La Grande Motte ça a pas loupé: Hans et Gréta perdent leurs parents!

Il faut les retrouver avant la fin de la journée sinon, ils risquent de rentrer en Allemagne sans eux!

Du Levant au Couchant, Hans et Greta explorent donc la ville à la recherche de leurs parents.

Dans cette véritable Odyssée, à hauteur d'enfant, nous croiserons des personnages hauts en couleur, des légendes locales insoupçonnées, des secrets de la ville...

Une visite contée pour toute la famille qui vous fera (re) découvrir La Grande Motte sous l'angle de l'émerveillement, des histoires et de l'Histoire!

*Office de Tourisme*

**Monsieur Sax sur le Quai**

De 18h30 à 19h30 et de 20h à 21h

Organisé par l'association des commerçants, l'OT et la CCI  
*Quai Charles de Gaulle*

**Défilé Banana Moon**

De 21h à 21h30

*Quai Charles De Gaulle*

**MERCREDI 17 AOÛT**

**Opération Sticker**

**Sticker LGM offert sur votre véhicule!**

De 10h à 13h. Rendez-vous devant le bâtiment le Jean Bart (entre l'office et la Société Générale) avec votre véhicule, choisissez votre sticker et on vous le colle en quelques secondes. Nous acceptons tout ce qui roule : voiture, vélo, valise, trottinette...  
*Rue du Port*

**Concert Marakay**

De 21h à 23h

Organisé par l'association des commerçants, l'OT et la CCI

*Quai Charles de Gaulle*

**JEUDI 18 AOÛT**

**Marché Traditionnel**

De 8h à 13h

*Place de la Mairie*

**Visite Guidée**

**«La Grande Motte cité des sables»**

De 17h à 19h

La Grande Motte, cité des sables raconte le projet fou d'un Architecte humaniste et philosophe : Jean Balladur. Partez à la découverte d'une architecture audacieuse et visionnaire ! Vous allez découvrir toute la force et la symbolique d'un des sites phares de l'architecture balnéaire moderne  
Tarif guichet 7€ tarif internet 6€  
Réservation sur lagrandemotte.com ou auprès de l'Office de Tourisme

**Monsieur Sax sur le Quai**

De 19h à 20h et de 21h à 22h

Organisé par l'association des commerçants, l'OT et la CCI

*Quai Charles de Gaulle*

**VENDEDI 19 AOÛT**

**Visite guidée**

**«La Grande Motte depuis la mer»**

De 9h30 à 10h15

Faites l'expérience d'un moment unique, le catamaran Lucile et l'Office de Tourisme vous propose une visite guidée inédite.

Découvrez La Grande Motte architecturale et son histoire depuis la mer. Veuillez-vous présenter 15 min avant le début de l'embarquement sur le bateau. Prévoir casquette ou chapeau pour la visite du matin. Tarif adulte 13€ tarif enfant de 3 à 12 ans 9€

*Office de Tourisme*

**DIMANCHE 21 AOÛT**

**Marché Traditionnel**

De 8h à 13h

*Place de la Mairie*

**Monsieur Sax sur le Quai**

De 19h à 20h et de 21h à 22h

Organisé par l'association des commerçants, l'OT et la CCI

*Quai Charles de Gaulle*

**LUNDI 22 AOÛT**

**Visite: La Grande Motte et le code**

**Mystérieux**

De 18h à 20h

Jeu de Piste Théâtralisé. Découvrez les secrets de la Grande Motte tout en résolvant une enquête passionnante et amusante. Un scénario surprenant créé par Hubert Benhamdine, acteur dans la série « Un Si Grand Soleil » sur France 2, où il interprète le rôle de Christophe Lemeur.

Munis d'un sac à dos, d'un livret de jeu et de quelques accessoires, vous serez conduits par un comédien dans l'univers fascinant des Chasseurs de Mystères : des voyageurs temporels qui agissent pour le Bien à travers les époques et les dimensions!

Tarif : 14€ adulte / 12€ enfant de 7-12ans.  
Réservation obligatoire sur lagrandemotte.com ou à l'Office de Tourisme

**MARDI 23 AOÛT**

**Visite guidée Enfants**

**«Mission Pyramides»**

De 10h à 12h

*Voir détails page 2*

**MERCREDI 24 AOÛT**

**Visite guidée**

**«La Grande Motte à vélo»**

De 10h à 12h À partir de 12 ans

Avec notre guide, partez à la découverte de l'architecture, de la symbolique et de l'environnement de La Grande Motte.

Tarif:6€ en ligne ou 7€ au guichet  
Vélo non fourni. Réservation obligatoire sur lagrandemotte.com

*Départ Office de Tourisme*

**Sticker LGM offert sur votre véhicule !**

De 10h à 13h

Rendez-vous devant le bâtiment le Jean Bart (entre l'office et la Société Générale) avec votre véhicule, choisissez votre sticker et on vous le colle en quelques secondes. Nous acceptons tout ce qui roule : voiture, vélo, valise, trottinette...  
*Rue du Port*

**Concert Marakay**

De 21h à 23h

Organisé par l'association des commerçants, l'OT et la CCI

*Quai Charles de Gaulle*

**JEUDI 25 AOÛT**

**Marché Traditionnel**

De 8h à 13h

*Place de la Mairie*

**La Grande Motte naturellement**

**Une balade en Kayak**

De 9h à 11h30

*Découvrez au ras de l'eau, dans une ambiance rafraichissante assurée, La Grande Motte comme vous ne l'avez jamais vue!*

*Grâce à sa location de kayak, Rodolphe vous permet de découvrir la faune et la flore sur l'étang de l'Or. Une visite insolite à travers l'un des espaces naturels de La Grande Motte. TARIF ADULTE 15,00 € Tarif enf 6 à 12 ans 13,00 € Réservation sur lagrandemotte.com ou auprès de l'Office de Tourisme Les Cabanes du Roc*

**Visite Guidée**

**«La Grande Motte cité des sables»**

De 17h à 19h

*Voir détails pages 2 et 3*

**Monsieur Sax sur le Quai**

De 19h à 20h et de 21h à 22h

Organisé par l'association des commerçants, l'OT et la CCI

*Quai Charles de Gaulle*

**Concert Octane**

À partir de 21h

*Place de l'épi*

**VENDEDI 26 AOÛT**

**Visite guidée**

**«La Grande Motte depuis la mer»**

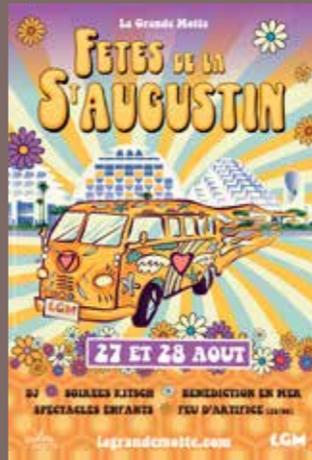
De 9h30 à 10h15

*Voir détails page 3*

**SAMEDI 27 ET**

**DIMANCHE 28 AOÛT**

**FÊTES DE LA SAINT AUGUSTIN**



**Samedi 27 Août**

**Centre-ville**

17h00 : spectacle pour les enfants  
*Parc René Couveinhes*

**Point Zéro**

À partir de 19 h DJ / soirée Kitsch

**Centre-ville, Front de mer et les Quais**

À partir de 19 h DJ/ / soirée Kitsch

**Dimanche 28 Août**

**Centre-ville**

10h30 : Messe de la Saint Augustin animée par un groupe au Parc René Couveinhes  
11h30 : Procession de la Saint Augustin  
12h : Sortie en mer pour la Bénédiction des bateaux

**Front de mer, place de l'Epi**

À partir de 19h : La Grande Parade

La Grande Parade est un groupe de musique de la région Occitanie.

L'équipe est composée de deux musiciens et de deux DJs réunis par la passion du spectacle et de la musique.

Mix, Guitare, Saxophone et Percussions sont nos ingrédients pour réussir vos événements publics et privés depuis 2014.

**Quai Charles de Gaulle**

Mr Sax sur le quai

De 19h à 20h et de 21h à 22h

Organisé par l'association des commerçants du Quai d'Honneur et la CCI Montpellier

**Programme détaillé sur  
lagrandemotte.com**

**DIMANCHE 28 AOÛT**

**Marché Traditionnel**

De 8h à 13h

*Place de la Mairie*

**LES NUITS D'OR**

**FEU D'ARTIFICE PYROMÉLODIQUE**

À 22h30

Par la compagnie Evéniums Concept

La représentation durera 20 minutes et aura pour thème « La vie est belle ».

*Front de mer - Centre-ville - Promenade  
Jacques Chirac*



**Les Réveils Toniques et Bien-être  
Du 27 juin au 2 septembre**



Inscriptions et réservations auprès de l'office de tourisme (15€ les 5 séances) ou sur lagrandemotte.com (12€ les 5 séances)  
Chacun doit apporter son propre tapis de sol (de préférence) ou sa serviette de plage.  
Les cours se dérouleront chaque jour du lundi au vendredi sur 2 quartiers différents :

**ÉTANG DU PONANT :**

**De 9h à 10h : Cours mixte**

Lundi, mercredi, vendredi : Cuisine, abdos, fessiers

Mardi, jeudi : Pilate / développement des muscles profonds, l'amélioration de la posture, l'équilibre musculaire et l'assouplissement articulaire

**De 10h à 11h :Yoga**

Discipline du corps et de l'esprit qui comprend une grande variété d'exercices et de techniques

**AU POINT ZÉRO :**

**De 9h à 10h :Aquagym**

**De 10h à 11h :Aaquagym**

Gymnastique dans laquelle les exercices sont effectués dans l'eau

## QUARTIER DU PONANT

**INVITATION :**

**CLAIRS DE LUNES**

**Du mercredi 6 juillet**

**au samedi 3 septembre**

Rives de l'étang du Ponant

Sous la pinède, ambiance paisible et bienveillante, lumière de la lagune, un piano sur l'eau, un piano sous les arbres, un quartier tellement nature, une quiétude qui fait du bien à l'esprit, pour un moment zen et romantique.

Cette invitation vous invite à vous poser sur l'herbe ou dans un hamac, pour concert sous les pins, un moment de lecture, une soirée de douces illuminations...

Tous les mercredis soir vous pouvez venir vous émerveiller devant ce spectacle chanté en compagnie de groupe de musique qui viendront vous bercer pendant la tombée de la nuit.

**FESTIVAL PIANO SUR L'Ô**

Profitez le long des berges du Ponant d'un concert, une rencontre enchantée entre un piano, un lac, des musiciens et le public. Un vrai moment de poésie à partager en famille ou en amoureux.  
Infos : [www.lagrandemotte.com/piano-sur-lo](http://www.lagrandemotte.com/piano-sur-lo)

**MARDI 16 AOÛT**

**FESTIVAL PIANO SUR L'Ô**

**« 2 Systèmes Solaires : Petit orchestre flottant »**

À 21H (Accès libre, durée : 1h15)

Le piano flottant prend le large et nous entraîne dans son sillon musical.

Un concert onirique dans la plus belle des salles de spectacles : un lac, une rivière, un étang, un port, un rivage.

Animée par la passion des espaces scénographique naturels, cette création est une invitation à ressentir autrement la musique dans un décor étonnant.  
*Étang du ponant - Face au boudrome*

**MERCREDI 17 AOÛT**

**Marché Gourmand / Produits régionaux**

De 8h à 13h

*Rive de l'Étang du Ponant*

**Clairs de lunes**

**Concert Apollo Fish**

À 21h (Durée : 1h30)

*Rive de l'Étang du Ponant*

**VENDEDI 19 AOÛT**

**Concert Top Mélodie**

À 21h

Organisé par l'Association Ponant Animations  
*Rive de l'Étang du Ponant (côté Port Grégau)*



**MERCREDI 24 AOÛT**

**Marché Gourmand / Produits régionaux**

De 8h à 13h

*Rive de l'Étang du Ponant*

**Clairs de Lunes**

**Lord Sax**

À 21h (Durée : 1h15)

Lord Sax By Seb Debloos, personnage intemporel propose son répertoire teinté de pop, jazz, house mixant les tubes du moment à sa guise.

*Rive de l'Étang du Ponant*

**MARDI 30 AOÛT**

**FESTIVAL PIANO SUR L'Ô**

**« Volo Swing »**

À 21H

Accès libre; Durée : 1h15

Voël : piano

Laurent Labejof : washboard / chant

+ invités

Un batteur-washboardiste chanteur lance son chant au milieu de l'eau. Louis Armstrong des mers, il est rejoint par le piano pédalo, objet flottant identifié, création hybride entre bateau à roues à aubes, piano, scène flottante...

Le groupe s'adonne au style New Orleans pour un cocktail dansant et joyeux...A la voix et au bagout de l'un répond le piano de l'autre.

*Étang du ponant - Face au boudrome*

**MERCREDI 31 AOÛT**

**Marché Gourmand / Produits régionaux**

De 8h à 13h

*Rive de l'Étang du Ponant*

**Clairs de Lune**

**Groupe Acquapazza**

À 21h – Durée : 1h15

Avec Acquapazza, la chanson italienne est à l'honneur et ce nouveau trio rend hommage aux italiens à travers Givanne Cu' A' Chitarra un personnage typique que l'on peut rencontrer dans les rues pittoresques de la vecchia Napoli cette ville sulfureuse où tout le monde chante. Leur répertoire va du début du siècle aux années 60 avec des arrangements originaux, colorés d'influence swing, bossa, tango, biguine.

*Rive de l'Étang du Ponant*