Les Amis du Camgran

Organisation d'activités sportives et culturelles mais également diverses festivités tout au long de l'année

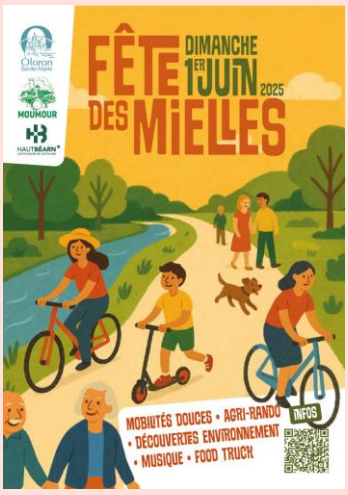
Nous contacter
06.03.0.67.31
lesamisducamgran@gmail.com

Qigong
Yoga
Ateliers créatifs
Marche
Sortie raquettes
Rando/Vélo/Marche
Danses traditionnelles
Cercle hispanophone
jeux de société
Tournoi de pelote
Chant

Newsletter

Consultez notre site vous serez informés sur l'ensemble des activités et évènements :
http://lesamisducamgran.free.fr

Nous étions plutôt nombreux, place de la mairie en cette journée ensoleillée du 17 mai dernier pour cette soirée guinguette (plus de 120 personnes) Opération à renouveler.
Un grand merci au groupe CAP à CAP pour l'ambiance et à Xavier traiteur pour cette gigantesque paella



La Mairie d'Oloron Sainte Marie et la Mairie de Moumour organise une journée GRAND PUBLIC de rencontre et d'animation dans le cadre de la plaine de Moumour/St Pé/Pondeilh sur et autour de la boucle de la voie verte et du chemin de randonnée des Pondets.

Agrémenter une sortie familiale au grand air à pied, en vélo, en poussettes, en trottinette, en roller ou autres en proposant sur les parcours des haltes, des animations, informations, découvertes sont la base de cet évènement. L'Idée étant d'inciter au vivre ensemble entre les usagers, agriculteurs ou automobilistes et développer des messages éducatifs sur les enjeux de comportements associés (déchets, eau, mobilité douce, eau, circuits courts...).

AVIS aux cyclistes du groupe

Les amis du Camgran sont partenaires de cet évènement qui se déroulera le 1er juin sur toute la journée. Avec l'implantation d'un stand qui permettra de mieux nous faire connaître et de prendre contacts.

Le Bo-bun au bœuf
Un repas complet à manger sans culpabilité !

1 laitue
250 g de vermicelles de riz
400g de bifteck de bœuf
2 carottes râpées
100 g de pousses de soja
1 gousse d'ail
10 feuilles de coriandre
Quelques cacahuètes grillées
1 jus de citron
A servir sitôt préparé !!

- Couper la viande en lamelles et la faire revenir dans l'huile avec la gousse d'ail hachée
- Préparer les vermicelles en les laissant tremper dans l'eau tiède 4 mn – égoutter
- Laver et sécher la laitue et la couper en lanières

- Dans un grand bol repartir le vermicelle de riz faire un nid et y intégrer les carottes rappées le soja la viande la coriandre

- Assaisonner selon votre goût avec la sauce soja et le citron ajouter les cacahuètes

Les Amis du Camgran
ASSOCIATION

Association régie sous la loi de 1901