



DES IDÉES POUR LES VACANCES

L'heure des vacances a sonné ! Ateliers, sorties, baignades et balades, retrouvez des idées pour les vacances, pour les enfants ou les ados et à savourer en famille.

Publié le 25 juin 2026

ACTIVITÉS VACANCES POUR LES ENFANTS ET LES ADOS

MJC

Le programme de l'été pour les 12-17 ans à la MJC

Renseignements au 0647790204

www.facebook.com/photo/

LE SPOT 360

> pour les enfants :

Le programme des activités pour les juniors de 6 à 11 ans avec des sorties, tournois, des repas, des activités pour tous les goûts.

Les Amandiers & Les Moineaux : 05 65 60 89 89 - Le 260 & La Tour : 05 65 60 70 22

[Tout le programme ici](#)

> pour les ados :

Des sorties canoë ou encore des soirées "Coupe du Monde de football sont au programme".

Les Amandiers & Les Moineaux : 05 65 60 89 89 - Le 260 & La Tour : 05 65 60 70 22

[Tout le programme ici](#)

> Les sorties et ateliers

Visite à la ferme, atelier cuisine, soirée Coupe du Monde de football au programme.

[Le planning du 6 juillet au 18 juillet 2026](#) ↗

ACTIVITÉS SPORTIVES EN FAMILLE

Le Parc Aquavagues

Ouvert 7 jours sur 7 de 10h00 à 19h00

Au parc de loisirs de la Maladrerie, sur le Tarn, il propose : rafting, hydrospeed, paddle et kayakou encore nage en eaux-vives, en autonomie ou avec l'encadrement de moniteurs diplômés d'État

<https://parc-aquavagues-millau.fr/> ↗

Le Complexe sportif Alice Milliat du Sud-Aveyron

Il est tout nouveau tout beau, il a ouvert ses portes le 15 juin 2024 et il sera ouvert tout l'été. Ce centre aquatique propose un bassin extérieur géothermique de 50 mètres, un bassin couvert de 25 mètres, un bassin couvert à vocation de loisirs avec jeux d'eau, pentaglisse, toboggan.... Le complexe comprend également une salle d'escalade et un centre bien-être avec sauna, hammam...

<https://www.complexesportifalicemilliat.fr/> ↗

Evènements

la Naga Run Color

> Le dimanche 5 juillet à Aguessac

L'association Nagasport organise la deuxième édition de la Naga Run Color. Au programme : une boucle colorée de 5 km accessible à tous, sans dénivelé, dans une ambiance résolument festive. Cette année, une partie des inscriptions sera reversée à l'association Mill'Autisme. Les places sont limitées. Le rendez-vous est fixé à 11h, sur le parking Jean-Baptiste Collières à Aguessac.

[En savoir +](#) ↗

Activités

Découvrez Millau depuis les airs en parapente ou en deltaplane.

Réserver votre vol dans le paradis du sport ! Survoler Millau, une sacré expérience qui vous donnera des ailes !

<https://www.explore-millau.com/reserver/activites-sport-aventures/voler-en-parapente-a-millau/> ↗

Si toutefois, vous voulez tenter le parapente tout en gardant les pieds sur terre, réservez votre créneau pour la VR Parapente Expérience à l'Office de Tourisme Millau Grands Causses. Pour 2 €, vivez une expérience inédite de réalité virtuelle qui permet de survoler tous les paysages de notre territoire durant une quinzaine de minutes.

[Réservations de votre créneau ici](#) ↗

ACTIVITÉS CULTURELLES EN FAMILLE

Médiathèque du Sud-Aveyron (MéSA)

La MéSA propose de nombreux ouvrages, livres, revues, BD, CD, DVD et même des œuvres d'art à consulter gratuitement sur place ou à emprunter.

Mardi : de 14h à 18h,

Mercredi et samedi : de 10h à 12h30 et de 14h à 18h

Vendredi : de 10h à 18h

La MéSA est fermée les lundis, jeudis et dimanches.

<https://www.mediathequemillau.fr/> ↗

Un petit tour au frais au ciné

Le cinéma de Millau, c'est quatre salles de projection, un label "Art et Essai", des événements et une programmation jeune public.

<https://cinema-millau.fr/> ↗

Animations avec le MUMIG

Les créations en cuir au Musée de Millau

Vendredi 17 juillet de 10h à 12h au musée

Bienvenue dans l'univers de la création ! Comme pour les objets exposés dans le musée, le cuir pourra être roulé, froissé, coupé, assemblé... pour inventer accessoires et petits objets (design). À toi de jouer !

<https://mumig.fr/pages-informations-cachees/actualites/vendredi-17-juillet-atelier-creatif-famille-creation-cuir-6503> ↗

Les ateliers créatifs à la Graufesenque

> Pour les enfants :

Tous les vendredis, pendant les vacances scolaires, les enfants de 6 à 12 ans peuvent participer à des visites créatives pour découvrir le musée et ses collections ou l'exposition du moment, s'en inspirer et créer des œuvres originales !

> En famille :

<https://www.millau.fr/pages-dinformation/actualites/des-idees-pour-les-vacances-6536?>

Tous les mercredis, pendant les vacances scolaires. Après une visite guidée du site archéologique, une médiatrice vous propose d'explorer votre créativité en famille.

[Tout le programme ici!](#) ↗

Les journées de l'Antique à la Graufesenque

Les 31 juillet, 1er et 2 août

le site archéologique de la Graufesenque vit à l'heure de Condatomagus (la Millau antique), pour ses journées de l'Antique. Reconstitution historique, spectacles, conférences, banquet... une manière ludique et décalée de visiter ce site emblématique.

Les jeux antiques à la Graufesenque

> Vendredi 23 août

Trois types de sources nous permettent aujourd'hui d'avoir une bonne connaissance des jeux et des jouets présents dans l'Antiquité romaine : les représentations antiques sur les stèles, les découvertes de jeux ou d'objets liés aux jeux dans les fouilles archéologiques et les rares témoignages tirés d'écrits.

Venez donc jouer avec nous !

Le vendredi de 10h à 12h Pour les 6-12 ans. Sur réservation Tarif : 6.50 €

Toutes les informations sur :

<https://mumig.fr/> ↗

Graffiti Garden Party

> Du vendredi 3 au dimanche 5 juillet

Festival de graffiti organisé par l'association Aérosol12 à Millau. Celui-ci a lieu sur le quai Sully-Chaliès au bord du Tarn. Au programme : démonstrations de danse, stages, ateliers...

[En savoir + \(https://www.millau.fr/pages-dinformation/agenda/graffiti-garden-party-2026-6501\)](https://www.millau.fr/pages-dinformation/agenda/graffiti-garden-party-2026-6501)

Partir en Livres avec la MéSA

Le 9 juillet de 10h à 13h

Evènement national qui promeut le plaisir de la lecture. Cela se passera au SPOT 260 quartier Beauregard.

[Pour plus d'infos](#) ↗

Millau en Jazz

> Les 12 et 13 juillet dans le Sud-Aveyron et du 15 au 18 juillet à Millau.

Millau en Jazz c'est un festival loin d'une logique consumériste et uniformisée de la musique, il vous invite à de multiples rencontres avec des artistes d'aujourd'hui qui cherchent, inventent, surprennent, dérangent, séduisent... Un festival qui s'affranchit des codes auxquels on voudrait limiter le jazz.

Le festival occupera les places de la ville ou encore les jardins du Château de Sambucy.

[Programme MJF](#) ↗

La nuit des chauves souris

> Vendredi 23 août à 20h30

Avec Rodolphe LIOZON, directeur de la délégation aveyronnaise de la LPO, venez profitez des douces soirées de l'été à la Graufesenque pour regarder, en plein air, un film de Tanguy STOECKLÉ pour tout savoir sur nos amis les chauves souris. Ensuite, partez à l'écoute des chauves-souris.

Prévoir vêtements chauds et lampe de poche.

Réservation auprès de la LPO au 05 65 42 94 48 47

<https://www.millau.fr/pages-dinformation/actualites/que-faire-a-millau-cet-ete-3158>

<https://www.millau.fr/pages-dinformation/actualites/que-faire-a-millau-cet-ete-3158>

BALADES ET SORTIES EN FAMILLE

Visite Millau avec ton chien !

> Chaque mardi du 14 juillet 2026 au 11 août 2026

Une visite spécialement conçue pour nos compagnons à 4 pattes et leurs maîtres. Le long des berges du Tarn, en grande partie ombragée, une visite concentrée de l'histoire de la ville et de son lien intime avec sa rivière.

Départ quai Sully Chaliès, 12100 Millau à 8H30 devant la passerelle du Saoutadou, coté ville.

www.explore-millau.com/jy-vaais/agenda/tout-lagenda/visite-millau-avec-ton-chien-millau-fr-6271110/ ↗

Visite du Château de Sambucy

Le château est un site privé longtemps fermé au public. Ce dernier révèle des trésors aussi bien à l'intérieur grâce aux fresques qu'à l'extérieur à l'aide des jardins à la française.

Chaque jeudi du 27 août 2026 au 17 septembre 2026 à 15h le départ se fera de l'Office de Tourisme

[Pour plus d'infos](#) ↗

Visite du Viaduc de Millau

Une visite guidée sur le chantier titanesque vous est proposée par la Cie Eiffage. Vous allez pouvoir suivre un guide qui vous expliquera tout sur l'histoire de ce monument

Si vous souhaitez plus d'information :

<https://www.explore-millau.com/les-incontournables/viaduc-de-millau/visiter-le-viaduc-de-millau/> ↗

Les parcours et randonnée autour de Millau

Longez les corniches du plateau du Larzac pour apprécier Millau vue d'en haut ou parcourez les sentiers des splendides Gorges du Tarn. Une surprise vous attend toujours à la croisée des chemins : paysages grandioses et points de vue époustouflants, formations rocheuses spectaculaires caractéristiques des reliefs calcaires, patrimoine typique créé par l'homme (lavagne, buisnières, cazelles, clapas...), faune majestueuse et flore endémique des Causses au printemps...

<https://www.explore-millau.com/> ↗

TOUT AU LONG DE L'ÉTÉ

Les marchés de plein vent tous les mercredis et vendredis en centre-ville

www.millau.fr/loisirs/les-halles-et-marches-de-plein-vent (<https://www.millau.fr/loisirs/les-halles-et-marches-de-plein-vent>)

Les marchés gourmands des fermiers de l'Aveyron

Le 14 et 27 juillet ainsi que le 10 et 17 août place Mandarous

Le 20 juillet et le 3 août quai Sully-Chaliès

Soirée de clôture le 5 septembre !

Des merveilles de la gastronomie locale avec des stands artisanaux et mets traditionnels

Les marchés nocturnes estivaux des artisans et commerçants

Mercredis 29 juillet, 5 et 12 août

de 19h à 23h,

de la place Foch à la rue Clausel de Coussergues

Découvrez des produits locaux et créations artisanales variées.

<https://www.cc-millaugrandscausses.fr/information/actualites/3-marches-nocturnes-cet-ete-appel-a-candidatures-pour-les-commerçants-et-artisans-locaux-3910> (<https://www.cc-millaugrandscausses.fr/information/actualites/3-marches-nocturnes-cet-ete-appel-a-candidatures-pour-les-commerçants-et-artisans-locaux-3910>)

Les puces

Tous les dimanches de 5 juillet au 23 août inclus.

Venez fouinez pour trouver la perle rare. Chaque dimanche matin de juillet et août, les Millavoises et Millavois vident leurs greniers pour vendre divers objets à l'occasion des puces. Jouets, bibelots, vaisselles, on peut y chiner de superbes objets en tout genre.

De 7h à 12h de la place Foch au Bd Sadi Carnot

www.millau.fr/loisirs/les-halles-et-marches-de-plein-vent (<https://www.millau.fr/loisirs/les-halles-et-marches-de-plein-vent>)



VILLE DE MILLAU

17 avenue de la République

12100 Millau

05 65 59 50 00

Ouvert du lundi au vendredi de

8h à 12h et de 13h30 à 17h30