

Pôle Loisirs

Ganay

8, Bd Gustave Ganay

13009 Marseille

04 91 78 84 43

animateur.ganay@es13.com

Transports :

Bus : 22-72-B1

ADHESION 20€

(Du 1^{er} janvier au 31 décembre)

TARIFS :

Activités à partir de 4.50 €

Toutes les activités se règlent au trimestre

Il faut être adhérent pour participer aux activités

retrouvez nous sur

www.es13.com

 @es13.lexpertdesloisirs

 @energiesolidaire13

es13 

L'EXPERT DES LOISIRS

pour les jeunes de + de 55 ans

ACTIVITES POLE LOISIRS GANAY

Avec la participation du Conseil
Départemental des Bouches du Rhône



SPORTS

Yoga lundi 9h00-10h00
10h00-11h00
11h00-12h00

Yoga jeudi 9h00-10h00
10h00-11h00
11h00-12h00

Sophrologie lundi 14h00-15h30
Sophrologie mercredi 9h30-11h00

Stretching mardi 9h00-10h00
Stretching jeudi 15h30-16h30
Gym tonique mardi 10h00-11h00
Gym tonique vendredi 10h00-11h00
Fit zen mardi 11h00-12h00

Pilates jeudi 13h30-14h30
14h30-15h30
Pilates vendredi 11h00-12h00
Gym relax vendredi 9h00-10h00
Ping-pong 10h00-12h00
(268 Avenue de la Capelette)

LANGUES

Anglais avance lundi 9h00-10h30
Anglais élémentaire lundi 10h30-12h00
Anglais pré-intermédiaire mardi 13h30-15h00
Anglais débutant mardi 15h00-16h30

Italien confirmé lundi 10h00-11h30
Italien intermédiaire mercredi 9h00-10h30
Italien pré-intermédiaire mercredi 10h30-12h00

ACTIVITES ARTISTIQUES

Dessin/peinture mardi 9h00-10h30
10h30-12h00

Atelier photographie tous les 15 jours
Mardi 14h00-15h30
Atelier photographie tous les 15 jours
Mercredi 14h00-15h30

INFORMATIQUE

Informatique lundi 13h30-16h30
Informatique jeudi 9h00-12h00
13h30-16h30
Informatique vendredi 9h0-12h00

Coachings
Informatique mercredi 13h30-16h30

ECHECS

Echecs mercredi 13h30-16h30

CONFERENCES

Forfait conférences

32 conférences en visio (ZOOM)
Entre octobre et juin 2023 → 50€
Demandez le programme auprès de vos
antennes ES13

N'oubliez pas nos services

Sorties à la journée

Voyages

Billetterie / Spectacles