

Pôle Loisirs

ROME

118, Rue de Rome
13006 Marseille
04 91 92 10 01

animateur.rome@es13.com

Transports : Métro ligne 1 et 2
Tram ligne 3
Bus : 54

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



ACTIVITES POLE LOISIRS ROME

Avec la participation du Conseil
Départemental des Bouches du Rhône



SPORTS

Qi-qong lundi 11h00-12h00
(Palais Longchamps)

Qi-qong mardi 15h30-16h30
(Palais Longchamps)

Qi-qong vendredi 11h00-12h00
(Palais Longchamps)

Tai-chi vendredi 10h00-11h00
14h00-15h00
(Palais Longchamps)

Danse en ligne lundi 14h00-16h30
(Studio 2000 – 167 Rue Paradis)
Danse en ligne jeudi 15h00-16h00

Yoga lundi 9h00-10h00
10h00-11h00
Yoga mardi 9h00-10h00
10h00-11h00

Gym relax mardi 9h00-10h00
(CMA Michel Levy)
Gym équilibre mardi 13h30-14h30
Gym tonique mardi 14h30-15h30
Gym tonique jeudi 9h00-10h00
Pilates mercredi 9h00-10h00
Pilates jeudi 10h00-11h00
Stretching mercredi 10h00-11h00
Fit zen mercredi 11h00-12h00
Fit zen jeudi 11h00-12h00

Marche bâtons mardi 10h30-12h00
(Parc Borely)

LANGUES

Espagnol pré-intermédiaire mardi 9h00-10h30
Espagnol avancé mardi 10h30-12h00
Espagnol débutant mercredi 9h00-10h30

Italien pré-intermédiaire mardi 14h00-15h30

Anglais pré-intermédiaire mercredi 10h00-11h30
Anglais élémentaire vendredi 9h00-10h30
Anglais avancé vendredi 10h30-12h00
Anglais intermédiaire vendredi 13h30-15h00

ACTIVITES ARTISTIQUES

Aquarelle lundi 10h00-12h00
13h30-15h30

Chant jeudi 9h00-10h30
10h30-12h00

Atelier écriture jeudi 13h30-15h00
15h00-16h30

Généalogie 3eme mercredi du mois
14h30-16h30

INFORMATIQUE

Informatique mardi 9h00-12h00

Coachings
Informatique mardi 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