

Pôle Loisirs

VALBARELLE

170, Bd de la
Valbarelle

13011 Marseille

04 13 31 05 91

animateur.valbarelle@es13.com

Transports :
Bus : 15-18-40

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

www.ensemblechezvous.fr

 @es13.lexpertdesloisirs

 @energiesolidaire13



ACTIVITES POLE LOISIRS VALBARELLE

Avec la participation du Conseil
Départemental des Bouches du Rhône



SPORTS

Pilates lundi 9h00-10h00
Pilates jeudi 9h00-10h00
Gym tonique jeudi 10h00-11h00
Gym équilibre lundi 10h00-11h00
Gym relax lundi 11h00-12h00
Stretching jeudi 11h00-12h00

Danse en ligne mardi 14h00-15h30

Sophrologie mercredi 9h30-10h30
10h30-11h30

Yoga vendredi 9h00-10h00
10h00-11h00
11h00-12h00

LANGUES

Anglais intermédiaire jeudi 13h30-15h00

Italien débutant vendredi 9h00-10h30
Italien intermédiaire vendredi 10h30-12h00

ACTIVITES ARTISTIQUES

Piano mardi 9h00-12h00

Arts créatifs mercredi 14h00-17h00

Chant vendredi 13h30-15h00

ACTIVITES CLUBS

Loto lundi 13h30-17h00

Loto mercredi 13h30-17h00

Thé dansant 1 fois par mois
Jeudi 13h30-16h30

INFORMATIQUE

Informatique lundi 13h30-16h30

Egyptologie/conférences

Egyptologie 2 fois par mois
Mardi 10h00-12h00

Conférences 1 fois par mois
Mardi 10h00-12h00



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