

Pôle Loisirs

VERDURON

15, Allée des Vignes
13015 Marseille
04 13 31 04 93

animateur.verduron@es13.com

Transports : Métro ligne 2
Bus : 25

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

www.es13.com

www.ensemblechezvous.fr

 @es13.lexpertdesloisirs

 @energiesolidaire13

es13 
L'EXPERT DES LOISIRS
pour les jeunes de + de 55 ans

ACTIVITES POLE LOISIRS VERDURON

Avec la participation du Conseil
Départemental des Bouches du Rhône



SPORTS

Gym tonique lundi 9h00-10h00
Gym tonique vendredi 10h00-11h00
Gym douce lundi 10h00-11h00
Gym douce vendredi 11h00-12h00
Fit zen lundi 11h00-12h00
Pilates lundi 13h30-14h30
Sumba lundi 14h30-15h30
Fit combat lundi 15h30-16h30

Yoga mardi 13h30-14h30
14h30-15h30

Qi-qong mercredi 9h00-10h00

Self-défense jeudi 9h00-10h30

LANGUES

Italien débutant lundi 9h00-10h30
Italien intermédiaire lundi 10h30-12h00
Italien élémentaire lundi 13h30-15h00

Espagnol débutant mercredi 9h00-10h30
Espagnol intermédiaire mercredi 10h30-12h00

Anglais débutant mercredi 10h30-12h00
Anglais élémentaire mercredi 13h30-15h00
Anglais intermédiaire mercredi 15h00-16h30

ACTIVITES ARTISTIQUES

Atelier créatif jeudi 14h00-17h00

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

MEMOIRE

Mémoire vendredi 13h30-15h00

ACTIVITES DIVERSES

Club de lecture 1 fois par mois mercredi
14h00-16h30

Jeux de société / scrabble mardi, mercredi,
jeudi et vendredi 14h00-16h00

Pétanque libre accès du lundi au vendredi
sur les horaires d'ouverture

Jardinage & potager libre accès du lundi au
vendredi sur les horaires d'ouverture

INFORMATIQUE

Informatique vendredi 9h00-12h00

ECHECS

Echecs jeudi 9h00-11h00



L'EXPERT DES LOISIRS
pour les jeunes de + de 55 ans

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