

SUIVEZ-NOUS !



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

2026-2027

PLANNING DES ACTIVITÉS

PÔLE ES13 GANAY

**ADHÉSION ES13,
SEULEMENT 20€/AN**

Activité à partir de 4,50€



**Trouver le pôle le plus
proche de chez vous !**

Scannez le
QR code et
venez découvrir
nos 17 pôles



**8, Bd Gustave Ganay
13009 Marseille**



animateur.Ganay@es13.com



www.es13.com



04 91 78 84 43

Avec le soutien



**DÉPARTEMENT
BOUCHES
DU RHÔNE**



DIVERS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
	9H00 - 10H30 Dessin/peinture		9H00 - 11H00 Echecs débutant	9H00 - 12H00 Informatique
	10H30 - 12H00 Dessin/peinture		9H00 - 12H00 Informatique	
	14H00 - 16H00 Atelier Photographie (Tous les 15 jours)	13H30 - 16H30 Echecs	13H30 - 16H30 Informatique	

SPORT

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9H00-10H00 Yoga	9H00-10H00 Stretching		9H00-10H00 Yoga	9H00-10H00 Pilates
10H00-11H00 Yoga	10H00-11H00 Gym tonique	9H30-11H00 Sophrologie	10H00-11H00 Yoga	10H00-11H00 Gym tonique
11H00-12H00 Yoga	11H00-12H00 Fit Zen		11H00-12H00 Yoga débutant	10H00-12H00 Ping-Pong (268 Avenue de la Capelette)
				11H00-12H00 Pilates
14H00 - 15H30 Sophrologie	13H30-14H30 Pilates		13H30-14H30 Pilates	
	14H30-15H30 Fit Zen		14H30-15H30 Pilates	
	15H30-16H30 Pilates		15H30-16H30 Stretching	

LANGUES

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9H00 - 10H30 Anglais avancé		9H00 - 10H30 Italien intermédiaire		
10H00 - 11H30 Italien avancé		10H30 - 12H00 Italien débutant initié		
10H30 - 12H00 Anglais intermédiaire				
	13H30-15H00 Anglais débutant			
	15H00-16H30 Anglais débutant initié			