

SUIVEZ-NOUS !



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

2026-2027

PLANNING DES ACTIVITÉS

PÔLE ES13 ST JOSEPH

**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



25 bd Dorgeles
13014 Marseille



animateur.saintjoseph@es13.com



www.es13.com



04 13 31 03 81

Avec le soutien



DÉPARTEMENT
**BOUCHES
DU RHÔNE**



DIVERS

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
Bibliothèque ouverte	Bibliothèque ouverte	Bibliothèque ouverte	Bibliothèque ouverte	Bibliothèque ouverte
			9H00 - 12H00 Informatique	
13H30 - 17H00 Loto	13H30 - 17H00 Loto	13H30 - 17H00 Loto	13H30 - 17H00 Loto	13H30 - 17H00 Loto

Clubs

SPORT

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9H00 - 10H00 Gym tonique	9H00 - 10H00 Gym équilibre		9H00 - 10H00 Gym tonique	
10H00 - 11H00 Gym tonique	10H00 - 11H00 Sumba		10H00 - 11H00 Gym tonique	
11H00 - 12H00 Gym douce	11H00 - 12H00 Pilates		11H00 - 12H00 Gym relax	11H00 - 12H00 Gym équilibre
			14H00 - 15H00 Yoga chaise	

LANGUES

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