



PROGRAMME DES ACTIVITÉS PROPOSÉES

par le CMA ESTAQUE GARE 39 rue Lepelletier – 13016 Marseille. TEL : 04 91 46 25 83

Activités	Organisateur	Public	Jour	Horaires
Couture 5€/mois	Mairie 15/16	Adultes/seniors	Vendredi	9h00 - 12h00
Peinture à l'huile, acrylique et aquarelle 5€/mois	Mairie 15/16	Adultes/seniors	Mardi	10h00 - 12h30 14h - 16h30
Conversation en Anglais entrée libre	Mairie 15/16	Adultes/seniors	Dernier jeudi du mois	17h30 à 18h45
Atelier Jeux de société entrée libre	Mairie 15/16	Adultes/seniors	Mardi	14h - 16h30
Atelier Jardin entrée libre	Mairie 15/16	Adultes/seniors/ enfants avec parents	1 mercredi sur 2	14h- 17h
Ateliers culturels et de loisirs Groupe Femmes/Familles entrée libre	Mairie 15/16	Femmes/Familles	1 à 2 jours/semaine	14h-17h
Sorties Culturelles 1€/sortie	Mairie 15/16	Adultes/seniors	2 / mois	variables
Sorties Familles	Mairie 15/16	Familles	1 à 2 /an	variables
Repas de quartier/concert	Mairie 15/16	Adultes/seniors enfants accompagnés	2 à 3/an	19h à 24h
Ateliers des Mercredis 5€/mois	Mairie 15/16	Enfants à partir de 6 ans	Tous les mercredis sauf vacances	14h à 16h30
Stage Echasses	Mairie 15/16	Enfants à partir de 7 ans	2 stages / an	14h à 16h30/5jours

LOTO Séniors	Entraide 13	Adultes/seniors	Lundi	13h30-16h30
Capoeira	Capoeirart	Enfants	Lundi	17h- 18h30
Cours d'Italien et de culture italienne	Amarcor	Adultes/seniors	Mardi Jeudi Vendredi	13h30 à 21h plusieurs cours 13h30 à 17h30 " 13h30 à 21h "
Qi Kong- Tai chi	Culture du Souffle	Ados/Adultes/seniors	Jeudi	17h à 21h plusieurs cours
Sophrologie	Horschamp	Adultes/seniors	Mardi	10h à 12h30
Yoga	Akasha	Adultes/seniors	Lundi Mardi	10h30 à 13h30 17h à 20h
Tango	Alma y corazon	Adultes/seniors	Mercredi	17h à 22h plusieurs cours
Echecs	Marseille Passion Echecs	Enfants/Ados	Mercredi	10h à 12h
Aide juridique	Union des familles de France	Adultes/seniors	1 vendredi / 2	9h à 12h et 14h à 16h
Piano, chant	4C et Pianissimo	Adultes/seniors et enfants	Lundi Mardi et jeudi Mercredi	16h à 21h plusieurs cours 9h à 12h et 16h30 à 21h " 9h à 12h30 "
Violon/ piano/éveil musical	Komitas	Adultes/Ados/Enfants à partir de 4 ans	Mercredi vendredi	de 12h à 20h plusieurs cours de 16h à 21h "
CIQ estaque gare		Adultes/seniors	Dernier Jeudi de chaque mois	18h30 à 20h