MARSEILLE 15·16 MAIRIE 8e SECTEUR

PROGRAMME DES ACTIVITÉS 2025/2026

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**
Gymnastique tonique et douce	**Mairie 15/16**	**Adultes/seniors**	**Mardi**	**9h30-10h30**
Gymnastique douce	**Mairie 15/16**	**Adultes/seniors**	**Jeudi**	**9h30-10h30**
Peinture à l'huile, acrylique et aquarelle 5€/mois	**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 Parents/enfants	**Mairie 15/16**	**Enfants à partir de 6 ans**	**Tous les mercredis sauf vacances**	**14h à 16h30**
Stage Échasses	**Mairie 15/16**	**Enfants à partir de 7 ans**	**2 stages / an**	**14h à 16h30/5jours**
Jeux de société	**Mairie 15/16**	**Adultes/seniors**	**Mardi**	**14h à 16h30**

LOTO Seniors	**Entraide 13**	**Adultes/seniors**	**Lundi**	**13h30-16h30**
Capoeïra	**Capoeïrart**	**Enfants**	**Lundi** **Mercredi**	**17h- 18h30** **13h30 à 14h30**
Cours d'Italien et de culture italienne	**Amarcord**	**Adultes/seniors**	**Mardi** **Jeudi** **Vendredi**	**13h30 à 21h** plusieurs cours **13h30 à 17h30** " **13h30 à 21h** "
Cours d'Anglais	**Amarcord**	**Adultes/seniors**	**Vendredi**	**16h30 à 21h** plusieurs cours
Qi Kong- Taï 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** plusieurs cours **17h à 20h** plusieurs cours
Tango	**Alma y corazon**	**Adultes/seniors**	**Mercredi**	**17h à 22h** plusieurs cours
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** "
Théâtre	**Collectif Chapacans**	**Adultes 18 et +**	**vendredi**	**9h à 12h**
Karaté	**Shinobi dojo**	**Adultes/Enfants**	**Mardi** **Vendredi**	**20h à 22h** **19h à 22h**
Gymnastique chinoise avec éventail	**Relais provence**	**Adultes**	**Jeudi**	**14h à 17h**
CIQ estaque gare		**Adultes/seniors**	**Dernier Jeudi de chaque mois**	**18h30 à 20h**
Aide conversion et reconversion professionnelle	**Le Sel de la Vie**	**Adultes/Ados**	**lundi au vendredi**	**9hà 22h**