

# Organisation dans les clubs

Tous les clubs de loisirs sont ouverts au public du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00

## ACTIVITÉS

**P** Activité payante : 2,50€ la séance d'une heure

Pour certaines activités le prix peut être ajusté en fonction de la durée de la séance

**G** Activité gratuite

\* Animations et collation l'après-midi : 6€

Possibilité d'un paiement au trimestre.

## ACCUEIL À LA JOURNÉE (repas + animation)

● Journée festive 12 € / 12,50 € / 15 €

Tarif dégressif en fonction des revenus annuels

### CLUBS LA PLAINE, GRANOUX, SAINT-VICTOR, LA VALENTINE ET MONTOLIVET

● Journée festive : 15€ (repas confectionné par un traiteur + animation loto ou bal)

### CLUB CHÂTEAU SAINT-CYR

● Repas traditionnel : 12€ ou journée festive : 15€ (repas confectionné par un traiteur + animation loto ou bal)

### CLUB BASTIDE DU GINESTET

● Du lundi au vendredi : 12€ repas bio le lundi  
● Repas de fête : 12,50€ (anniversaire, Mardi gras...)  
● Repas grandes occasions : 15€ (fête des parents, Pâques, Noël)

## APRÈS-MIDI (animations + collation): 6€

Karaoké / Bal / Loto (6 cartons) / Contrée & Jeux de société

Les inscriptions se font sur place auprès des clubs

## LES AFTERS\*

Un After par mois vous sera proposé sur un de nos clubs, tout au long de l'année. 12,50€ (apéritif dînatoire + animation musicale)

\*se renseigner auprès de votre club

## FESTIVITÉS DE L'ÉTÉ 2025

Les clubs Château Saint-Cyr et La Bastide du Ginestet restent ouverts aussi pendant la période d'été!

Vous aurez le plaisir de partager des moments conviviaux grâce à leurs espaces extérieurs aménagés pour l'occasion et apprécierez certainement leurs salles climatisées lors de vos déjeuners ou pour les animations de l'après-midi pendant les fortes chaleurs.

Le programme d'animation, identique à celui de l'accueil à la journée avec des bals, lotos, jeux de société, sera ponctué d'animations spéciales avec des journées à thème de juin à septembre... Surprises!

En juillet, tous les autres clubs sont ouverts. En août, ces lieux d'accueil ouvrent à tour de rôle permettant ainsi de maintenir le lien dans un espace climatisé.

CLUB DE LOISIRS SÉNIORS

## LA PLAINE

LA PLAINE  
04 88 49 20 82  
36-38 Place Jean Jaurès  
13001 Marseille

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	9H30	G PIANO	13H30	G PIANO
	9H30	G ATELIER THÉMATIQUE	14H00	P GYMNASTIQUE
	10H00	P QI QONG	14H00	* P BAL 1 fois / trimestre
	10H00	G BIBLIOTHÈQUE	15H10	P PILATES
	10H00	G COURS D'ANGLAIS		
	10H00	G COURS DE BRIDGE		
🟢 JOURNÉE FESTIVE 1 fois par trimestre REPAS TRAITEUR et BAL				
MARDI	10H00	G ATELIER NUMÉRIQUE	13H30	G PIANO
	10H00	G COURS DE BRIDGE	14H30	* LOTO
	10H00	P GYMNASTIQUE		
MERCREDI	9H30	G PIANO	13H30	G BRIDGE
	9H30	P ZUMBA	14H00	P COUNTRY
	10H00	G COURS D'ANGLAIS	15H00	P DANSE EN LIGNE
	10H45	P PILATES		
JEUDI	9H30	G PIANO	13H30	G PROJECTION DE FILM 1 fois / mois
	10H00	G INITIATION THÉÂTRE	14H00	G KARAOKÉ
			15H30	P YOGA
VENDREDI	10H00	G CHORALE	14H30	* LOTO
🟢 JOURNÉE FESTIVE 1 fois par mois REPAS TRAITEUR et LOTO				

CLUB DE LOISIRS SÉNIORS

# SEBASTOPOL GRANOUX

SEBASTOPOL - GRANOUX

04 13 94 12 56

23, rue GRANOUX

13004 Marseille

CLUB DE LOISIRS SÉNIORS

# SAINT-VICTOR

SAINT - VICTOR

04 13 94 88 01

7 bis, rue Sauveur Tobelem

13007 Marseille

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	9H00	G ATELIER COUTURE	14H00	G CHORALE
			14H00	G ANGLAIS débutant
			14H30	* LOTO
MARDI	9H30	P GYM DOUCE	14H00	G CARTES
	9H30	G THÉÂTRE « LES TOUJOURS VERTS »	14H00	G SCRABBLE
	10H30	P PILATES	14H30	G THÉÂTRE « TIRE D'AILES »
MERCREDI	9H30	P COUNTRY débutant	14H00	G JEUX LUDIQUES
	10H00	G ATELIER THÉMATIQUE	14H00	G INFORMATIQUE
	10H30	P COUNTRY avancé	14H00	P SOPHROLOGIE
			15H00	P SOPHROLOGIE
JEUDI	9H30	P BODY ZEN	13H30	* BAL 1 fois / mois
			14H00	G ANGLAIS
	10H30	P FITNESS	14H00	G THÉÂTRE « INCOGNITO »
			14H30	* LOTO
			15H30	G DISCUSSION ESPAGNOL débutant
JOURNÉE FESTIVE 1 fois par mois REPAS TRAITEUR et LOTO ou BAL				
VENDREDI	9H30	P PEINTURE	14H00	G ATELIER DICTÉE 1 fois / 15 jours
	10H00	P YOGA	14H30	G BALADE URBAINE (sur rdv)
	11H00	P YOGA		

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	9H15	P GYM DOUCE	14H00	G SCRABBLE
	10H30	P GYM SUR CHAISE	14H00	BAL 1 fois / mois
			14H00	P LOTO
	JOURNÉE FESTIVE 1 fois par mois REPAS TRAITEUR et LOTO			
MARDI	9H30	P QI QONG	14H15	P SOPHROLOGIE
	10H45	P QI QONG	15H30	P SOPHROLOGIE
MERCREDI	9H15	P PILATES	14H00	G SCRABBLE
	10H30	P PILATES	14H00	P LOTO
JEUDI	9H30	P GYM DOUCE	14H00	G ATELIER NUMÉRIQUE
	10H45	P GYM SUR CHAISE	14H00	P LINE COUNTRY
			15H30	P LINE COUNTRY
VENDREDI	9H15	P YOGA	14H00	G ATELIER THÉMATIQUE
	10H30	P YOGA	14H00	G SCRABBLE
		14H00	G DICTÉE ou ATELIER ÉCRITURE 1 fois / mois	

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	10H00	G ATELIER THÉMATIQUE	14H00	* LOTO
			14H00	G JEUX DE SOCIÉTÉ
	<div style="background-color: #f08080; padding: 5px; text-align: center;"> <span style="color: white;">●</span> JOURNÉE FESTIVE REPAS TRAITEUR et LOTO                 </div>			
MARDI	9H00	P GYMNASTIQUE	14H00	G ATELIER DÉCO
	10H00	P GYMNASTIQUE	14H00	G PEINTURE LIBRE
	11H00	P YOGA	14H00	P COUNTRY
			15H00	P LINE DANCE
MERCREDI	9H30	P QI QONG	14H00	P PILATES
	10H45	P QI QONG	15H00	P STRETCHING
			15H15	G MÉMOIRE
JEUDI	9H30	P SOPHROLOGIE	14H00	P PEINTURE
	10H00	P YOGA	14H00	G CARTES
			14H00	* BAL
	<div style="background-color: #f08080; padding: 5px; text-align: center;"> <span style="color: white;">●</span> JOURNÉE FESTIVE REPAS TRAITEUR et BAL                 </div>			
VENDREDI	9H30	P QI QONG	13H30	P ZUMBA
	9H30	G CHORALE	14H00	G CHANTS ITALIENS
	10H30	P PILATES	14H00	G CARTES
		14H30	G KARAOKÉ	

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	9H15	P GYM RYTHMIQUE	14H00	P DANSE EN LIGNE
	10H30	P GYM RYTHMIQUE	14H00	G ATELIER DES ARTS
			15H00	P DANSE EN LIGNE
	<div style="background-color: #4682b4; padding: 5px; text-align: center;"> <span style="color: white;">G</span> BALADE URBAINE 1 fois par mois « À la découverte de ma Ville »                 </div>			
MARDI	9H00	P YOGA	14H00	* LOTO
	9H00	G ITALIEN		
	10H00	P ZUMBA	14H00	G ATELIER DES ARTS
	10H30	G ITALIEN		
<div style="background-color: #4682b4; padding: 5px; text-align: center;">                 JOURNÉE FESTIVE 1 fois par mois REPAS TRAITEUR et LOTO             </div>				
MERCREDI	10H00	G JEU DE BOULES	14H00	G CHORALE
	10H00	G ATELIER THÉMATIQUE		
JEUDI	9H00	G JEU DE BOULES	14H00	P PILATES
	10H30	P GYM BIEN ÊTRE	14H00	G TRICOT
	11H00	G INFORMATIQUE	14H00	G ATELIER DES ARTS
			15H00	P STRETCHING
<div style="background-color: #4682b4; padding: 5px; text-align: center;"> <span style="color: white;">G</span> INSTANTS PARTAGES (Petit déjeuner/déjeuner/goûter)                 </div>				
VENDREDI	9H00	G ATELIERS DES ARTS	14H00	ACCUEIL - INSCRIPTIONS
	9H50	P SOPHROLOGIE	14H00	P BAL 1 fois / trimestre
	11H00	P QI QONG	14H00	G ATELIER DES ARTS
	11H00	P SOPHROLOGIE		
<div style="background-color: #4682b4; padding: 5px; text-align: center;">                 JOURNÉE FESTIVE 1 fois par trimestre REPAS TRAITEUR et BAL             </div>				

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	9H30	<b>P</b> YOGA	14H00	<b>P</b> PILATES
	10H30	<b>P</b> STRETCHING		
MARDI	9H30	<b>P</b> SOPHROLOGIE	13H30	* LOTO
	10H30	<b>P</b> SOPHROLOGIE		
	<b>📍 JOURNÉE FESTIVE REPAS TRAITEUR et LOTO</b>			
MERCREDI	9H30	<b>P</b> GYM	13H45	<b>P</b> DANSE EN LIGNE débutant
	10H30	<b>P</b> GYM	14H00	<b>P</b> YOGA
			14H45	<b>P</b> DANSE EN LIGNE confirmé
JEUDI	9H30	<b>P</b> GYM RYTHMIQUE	13H30	<b>G</b> JEUX DE CARTES
	10H30	<b>P</b> STRETCHING	13H30	<b>P</b> CONCOURS DE CONTRÉE (dernier jeudi du mois)
	11H0	<b>G</b> COUTURE	13H30	<b>G</b> COUTURE
VENDREDI	9H30	<b>P</b> GYM	14H00	<b>G</b> ATELIER THÉMATIQUE
	10H30	<b>P</b> STRETCHING	14H00	<b>G</b> BALADE URBAINE

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	9H00	<b>P</b> GYMNASTIQUE	14H00	* KARAOKÉ 1 fois / mois
	10H00	<b>G</b> ATELIER THÉMATIQUE	14H00	<b>G</b> JEUX DE SOCIÉTÉ
			14H15	<b>P</b> COURS DE DANSE
<b>📍 REPAS BIO et ANIMATION</b>				
MARDI	10H00	<b>G</b> ACTIVITÉ NUMÉRIQUE	13H45	* BAL
	<b>📍 REPAS et BAL</b>			
MERCREDI	9H00	<b>P</b> TAÏ CHI DÉBUTANT	14H00	* CONTRÉE ET JEUX DE SOCIÉTÉ
	10H00	<b>G</b> AIDE AUX DEVOIRS	14H30	<b>P</b> YOGA
	10H15	<b>P</b> TAÏ CHI AVANCÉ		
<b>📍 REPAS et ANIMATION</b>				
JEUDI	10H00	<b>G</b> ATELIER CROCHET PETITES PIEUVRES	14H00	* BAL
			14H30	<b>P</b> TAÏ CHI
<b>📍 REPAS et BAL</b>				
VENDREDI	9H10	<b>P</b> GYMNASTIQUE	14H00	* LOTO
	9H45	<b>G</b> DESSIN / PEINTURE	14H00	<b>G</b> CHANT
	10H30	<b>P</b> GYM FACIALE 1 fois / mois		
<b>📍 REPAS et LOTO</b>				