

## EXPRESSIONS ARTISTIQUES

<b>PIANO</b> 06.03.02.31.89.	<b>MARDI ET MERCREDI</b> Enfants (individuel/binôme) Adultes (individuel)	17h00 - 21h00 Cours de 30 mn
<b>ÉVEIL DANSE</b>	<b>MERCREDI</b> (3 - 5 ans)	<b>9h15 - 10h00</b>
<b>INITIATION CLASSIQUE</b>	<b>MERCREDI</b> (6 - 10 ans)	<b>10h00 - 11h00</b>
<b>INITIATION JAZZ</b>	<b>MERCREDI</b> (6 - 10 ans)	<b>11h00 - 12h00</b>
<b>MODERN JAZZ</b>	<b>MERCREDI</b> (11 - 15 ans)	<b>13h45 - 14h45</b>
<b>THÉÂTRE</b>	<b>MERCREDI</b> (7 ans et +)	<b>15h30 - 17h00</b>
<b>PILATES / STRETCHING</b>	<b>MERCREDI</b> (adultes) <b>MERCREDI</b> (adultes)	<b>17h00 - 18h00</b> <b>18h30 - 19h30</b>

## SPORTS ET BIEN ÊTRE

<b>SOPHROLOGIE</b>	<b>LUNDI</b> (adultes) <b>LUNDI</b> (adultes) <b>JEUDI</b> (adultes)	<b>10h00 - 11h00</b> <b>18h30 - 19h30</b> <b>18h30 - 19h30</b>
<b>YOGA</b>	<b>LUNDI</b> (adultes) <b>JEUDI</b> (adultes)	<b>18h30 - 19h45</b> <b>9h30 - 11h00</b>
<b>TAI CHI CHUAN / KHI CONG</b>	<b>MARDI</b> (adultes) <b>JEUDI</b> (adultes)	<b>18h00 - 20h00</b> <b>19h00 - 21h00</b>
<b>GYM DOUCE</b>	<b>MERCREDI</b> (adultes)	<b>17h00 - 18h00</b>
<b>ABDOS FESSIERS</b>	<b>MERCREDI</b> (adultes) <b>MERCREDI</b> (adultes) <b>JEUDI</b> (adultes)	<b>18h00 - 19h00</b> <b>19h00 - 20h00</b> <b>19h00 - 20h00</b>
<b>SPORT SANTÉ BIEN ÊTRE</b>	<b>VENDREDI</b> (adultes)	<b>9h00 - 10h00</b>

## SPORTS DE COMBATS

<b>SHORINJI KEMPO</b>	<b>LUNDI</b> (adultes) <b>MERCREDI</b> (adultes) <b>VENDREDI</b> (enf/adultes)	<b>20h00 - 21h30</b> <b>19h45 - 21h15</b> <b>20h15 - 21h45</b>
<b>CAPOEIRA</b>	<b>MARDI</b> (7 - 9 ans ) <b>MARDI</b> (10 - 15 ans ) <b>MARDI</b> (ados - adultes) <b>MERCREDI</b> (3 - 6 ans ) <b>MERCREDI</b> (3 - 6 ans )	<b>17h00 - 18h00</b> <b>18h00 - 19h00</b> <b>19h00 - 20h30</b> <b>9h30 - 10h15</b> <b>10h15 - 11h00</b>
<b>JUDO</b>	<b>MERCREDI</b> (4 - 6 ans) <b>MERCREDI</b> (+ 6 ans) <b>VENDREDI</b> (4 - 6 ans) <b>VENDREDI</b> (7 - 8 ans) <b>VENDREDI</b> (9 ans et +)	<b>17h15 - 18h15</b> <b>18h15 - 19h45</b> <b>17h00 - 18h00</b> <b>18h00 - 19h00</b> <b>18h30 - 20h00</b>
<b>KARATÉ</b>	<b>MERCREDI</b> (4 - 8 ans) <b>MERCREDI</b> (+9 ans) <b>SAMEDI</b> (enfants) <b>SAMEDI</b> (ados-adultes)	<b>14h00 - 15h00</b> <b>15h00 - 16h00</b> <b>10h00 - 11h00</b> <b>11h00 - 12h00</b>
<b>TAE KWON DO</b>	<b>MERCREDI</b> (5 - 13 ans)	<b>16h00 - 17h00</b>
<b>ARTS MARTIAUX TRADITIONNELS DU VIETNAM</b>	<b>VENDREDI</b> (adultes)	<b>18h30 - 20h30</b>

## ACTIONS CULTURELLES

<b>BRIDGE</b> <i>Parties libres.</i>	<b>LUNDI</b> (adultes)	<b>14h00 - 17h00</b>
<b>ATELIER</b> <b>SOCIOLINGUISTIQUE/REMISE À NIVEAU</b>	<b>MARDI</b> (adultes) <b>JEUDI</b> (adultes)	<b>14h00 - 16h00</b> <b>14h00 - 16h00</b>
<b>BIBLIOTHÈQUE O.C.B.</b>	<b>MARDI</b> <b>MERCREDI</b> <b>MERCREDI</b> <b>VENDREDI</b>	<b>16h00 - 18h30</b> <b>10h00 - 12h00</b> <b>15h30 - 18h30</b> <b>9h30 - 11h30</b>
<b>ÉCHECS</b>	<b>MERCREDI</b> (enfants)	<b>10h00 - 11h00</b>

**Certificats médicaux obligatoires pour toutes les activités sportives**

# Programme 2025~2026



# Centre SocioCulturel St Giniez/Milan

38, rue Raphaël Ponson

13008 Marseille

Tél : 04.91.77.93.05.

cscginiez8@gmail.com

Carte d'adhésion annuelle et familiale 22€

Association loi 1901 de l'éducation populaire

*Vous avez un don, des compétences,  
une passion que vous voulez partager.*

*Le Centre Social met à disposition ses locaux pour vous!*

*Parlez en à l'accueil!*

*Ne pas jeter sur la voie publique*

