

JEUX

ACTIVITÉS **ÉNIORS** CONTRÉE
"ÉNERGIE SOLIDAIRE 13"
MARDI ET VENDREDI - 13H30/16H45
04 91 04 78 11

SCRABBLE - "L'ESPELIDO"
LUNDI - 13H30/17H
07 70 74 26 04 / 06 25 03 90 85

MAISON DE QUARTIER

ACM
ACCUEIL DES ENFANTS DE 3 À 13 ANS ET
ADOLESCENTS
MERCREDI ET VACANCES SCOLAIRES
04 91 82 03 92
acmcabot9@marseille.fr

RAM DES CALANQUES / IFAC
DIVERSES ANIMATIONS EN DIRECTION DES
ASSISTANTS MATERNELS, ENFANTS ET PARENTS
MARDI - 9H30/11H30
06 66 72 01 06

OFFICE CENTRAL DES BIBLIOTHÈQUES (O.C.B.)
PRÊT DE LIVRES
MARDI ET VENDREDI - 9H15/11H45
04 96 10 22 16

KM 42.195
RÉUNION COURSES À PIED ADULTES
06 27 72 29 38

CIQ DU CABOT
RÉUNIONS PERMANENCES BUREAU (SAUF
VACANCES SCOLAIRES)
LUNDI - 18H/20H
1^{ER} LUNDI DU MOIS - 17H/20H
MME GOULON, PRÉSIDENTE
06 14 87 14 01

FÉDÉRATION DES CIQ DU 9^{ÈME}
LE 2^{ÈME} JEUDI DU MOIS - 18H/20H
06 31 12 76 83

ORGANISÉ PAR LA MAIRIE DES 9/10

ÉDITION 2025/2026

MAISON DE QUARTIER DU CABOT PRÉSENTE SES ACTIVITÉS



MAIRIE MAISON BLANCHE
MAIRIE DES 9^{ÈME} ET 10^{ÈME} ARRONDISSEMENTS
150, BD PAUL CLAUDEL
13009 MARSEILLE

marseille9-10.fr
 Mairie Maison Blanche 9/10
 mairiemaisonblanche

24, BD DES ALISIERS
13009 MARSEILLE

 04 91 82 03 92
[@mqcabot@marseille.fr](mailto:mqcabot@marseille.fr)

 marseille9-10.fr
 Mairie Maison Blanche 9/10
 mairiemaisonblanche

 MAISON BLANCHE
MARSEILLE
MAIRIE D'ARRONDISSEMENTS 9-10

Édito de Madame le Maire

Les Maisons de Quartier sont des espaces ouverts à toutes et à tous, pensés pour favoriser les rencontres, les échanges et la convivialité. Elles accueillent un large public, enfants, jeunes, familles, aînés, autour d'activités variées qui permettent de se divertir, de s'informer ou encore de participer à des initiatives locales.

Tout au long de l'année, ces structures proposent des ateliers, des événements culturels, des activités sportives ou encore des moments festifs, en partenariat avec les associations locales et les équipes en charge de leur fonctionnement.

Cette plaquette présente l'ensemble des activités proposées dans les équipements de quartier. Elle a pour objectif de vous aider à mieux les connaître et à y trouver des opportunités d'engagement, de découverte ou simplement de partage.

Bonne rentrée à toutes et à tous !

DANSE

DANSE CLASSIQUE, DANSE CONTEMPORAINE,
BARRE À TERRE - "KORACOEUR"
MARDI - 12H/14H
06 66 60 75 86

GYMNASTIQUE

COURS DE PILATES E DE TRAINING
"FIT'Z FORM"
LUNDI - 18H/19H (TRAINING) ET 19H/20H (PILATES)
06 87 58 99 97 / 07 80 96 10 13

GYM SUÉDOISE - "G.S. MARSEILLE"
SAMEDI - 10H/11H
06 52 07 37 82

QI GONG - "L'EFFET QI GONG"
LUNDI - 10H/11H ET 14H45/15H45
JEUDI - 10H/11H
06 28 47 48 52

EXPRESSION ARTISTIQUE

THÉÂTRE **ADOS ET ADULTES**
"ARC EN SUD"
LUNDI - 19H30/21H30
06 11 76 08 69

RÉPÉTITIONS POUR LES DANSEURS
DE L'ASSOCIATION - "À CONTRETEMPSDANSE"
MARDI - 9H/12H ET VENDREDI - 9H/13H
06 62 10 27 28

CHORALE - "CHORALE ORIAC"
MARDI - 18H/20H
06 81 77 77 71 / 06 41 55 37 37

COMÉDIE MUSICALE, THÉÂTRE, CHANT
"SINGER'S BOULEVARD"
SAMEDI - 14H/18H
06 10 48 00 31

DANSE ET CHANT - "DANSE LIFE"
MARDI - 17H/22H (CHANT) ET 18H/22H (DANSE)
JEUDI - 20H/22H (CHANT)
VENDREDI - 19H30/22H (DANSE)
06 69 27 30 96 (DANSE)
06 29 28 82 27 (CHANT)

ATELIER CRÉATION (PEINTURE)
"L'OCRE BLEU"
LUNDI - 14H30/19H30
06 73 98 20 64

ARTS MARTIAUX

COURS DE KENDO ET DE LAÏ DO
"FUDOKAN MARSEILLE"
MERCREDI - 18H30/21H30
SAMEDI - 9H/13H30
06 31 08 91 12

KRAV MAGA - "KRAV MAGA IMPACT"
JEUDI - 18H30/20H
06 20 17 54 98

CAPOEÏRA - "BEM BRASIL"
JEUDI - 17H/19H
07 53 57 22 96 / 09 79 29 05 38

ATELIER DÉTENTE

YOGA - "SAMASTHITI-YOGA"
MARDI - 18H30/20H30 ET VENDREDI - 10H/11H30
06 64 54 34 62

THAÏ-CHI - "THAÏ-CHI AUTHENTIQUE"
VENDREDI - 14H30/16H
06 72 92 95 12