GYMNASTIQUE

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

"GYM METAMORPHOSE"



Lundi, mercredi et vendredi
18h30 > 19h30
Mardi - 9h45 > 10h45
Jeudi - 8h45 > 9h45
Vendredi - 9h45 > 10h45 et 18h30 > 19h30

06 18 97 55 50

JEUX



ACTIVITÉS SÉNIORS (LOTOS, JEUX, GOÛTERS, SORTIES JOURNÉE)

"ENERGIE SOLIDAIRE 13 (ES 13)"

Mardi et jeudi - 13h30 > 16h45

06 24 86 71 63



ACTIVITÉ RÉCRÉATIVES SÉNIORS

"GYM METAMORPHOSE"

Lundi - 13h30 > 16h30

06 18 97 55 50

SANTÉ ET SOCIAL

RÉUNIONS *"CIQ SAINT-TRONC"*

4e mardi du mois - 17h30 > 20h
2e jeudi du mois - 17h > 18h

07 86 18 19 67

RÉUNIONS MENSUELLES

"CIQ VALLONS DE TOULOUSE/REGNY"

2e mercredi du mois
18h30 > 20h30

06 79 92 92 38

PROFESSIONNALISATION - ACCUEIL DES ENFANTS DE 3 MOIS À 3 ANS

"IFAC PACA RAM CAPELETTE 10e"

Vendredi - 9h > 12h

04 91 34 19 25 / 06 24 02 37 29



ACTIVITÉS DIVERSES POUR LE DÉVELOPPEMENT SOCIAL, CULTUREL ET PSYCHOMOTEUR DE JEUNES ENFANTS CONFIÉS À DES ASSISTANTES MATERNELLES

"LES PITCHOUNS DE SAINT-TRONC"

Lundi - 9h30 > 11h30

06 50 12 96 27

DANS LES LOCAUX
DE LA MAISON DE QUARTIER

- ATELIER MÉMOIRE
  - Mardi - 10h > 11h30
- ATELIER JEUX DE SOCIÉTÉ
  - Mercredi - 13h30 > 16h30

MAIRIE MAISON BLANCHE
MAIRIE DES 9e ET 10e ARRONDISSEMENTS
150, BD PAUL CLAUDEL
13009 MARSEILLE

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

Organisé par la mairie des 9/10

Édition 2026/2027

MAISON DE QUARTIER

SAINT-TRONC
ET SES ACTIVITÉS

134, rue François Mauriac - 13010 Marseille
Tél. : 04 91 74 18 14
Mail : mq-st-tronc@marseille.fr





Eléonore BEZ
Maire des 9e et 10e arrondissements de Marseille
Conseillère régionale
Conseillère métropolitaine
Conseillère municipale de Marseille

Chers habitants,

J'ai le plaisir de vous annoncer que la mairie des 9e et 10e arrondissements avec les équipes de l'animation vous proposent cette année encore, un programme riche en animations au sein des maisons de quartier.

Les maisons de quartier des 9/10 sont de véritables lieux d'échanges, de partage et de détente pour vous.

Il me tient à cœur de vous y proposer de nombreuses activités tout au long de l'année.

La possibilité de se rassembler autour d'événements culturels, festifs, sportifs et conviviaux est indispensable pour la vie de nos quartiers et pour entretenir le lien entre nous.

Je souhaite remercier par avance les formidables équipes de l'animation ainsi que les associations qui animent ces lieux et qui donnent de leur temps pour vous accueillir et vous divertir tout au long de l'année.

Je vous souhaite une très belle rentrée, aux parents comme aux enfants, et espère que vous profiterez un maximum au sein de nos équipements !

Votre Maire,
Eléonore BEZ

ATELIER DÉTENTE



QI GONG *"L'EFFET QI GONG"*
Jeudi - 14h45 > 15h45
06 28 47 48 52



COURS DE YOGA
"TISSER LES FILS DU YOGA (TLFDY)"
Jeudi :
10h15 > 11h30
11h45 > 13h
13h15 > 14h30
06 82 91 32 62



PILATES *"ART CORPS ET SENS (ACS)"*
Mercredi - 19h45 > 20h45
06 64 85 00 75

CULTUREL



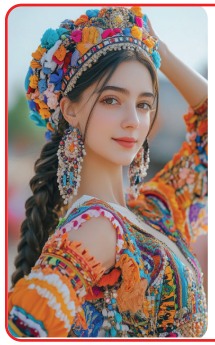
COURS D'INFORMATIQUE
"VULGARISONS L'INFORMATIQUE"
Mardi - 14h > 16h
06 05 35 01 83

DANSE



POM POM GIRLS
"CHEER DANCE CLUB"
Mercredi - 10h > 12h et 16h > 18h
06 20 18 56 17 / 06 28 45 16 92

DANSES TRADITIONNELLES SLAVES
"PERSPECTIVES"
Samedi - 13h30 > 14h45
06 21 55 35 76



DANSES ARMÉNIENNES MODERNES ET FOLKLORIQUES DANSES DU MONDE
"YEREVAN DANSE STUDIO"
Mardi - 18h > 20h
Samedi - 15h30 > 19h30
06 69 42 46 87
06 98 60 17 17

EXPRESSION ARTISTIQUE



ATELIERS THÉÂTRE
(ENFANTS / PRÉ-ADOS)
"CIE AU FIL DE L'AME"
Mercredi - 14h > 15h30
06 12 70 42 55 / 06 10 90 29 97



ATELIERS CRÉATIFS
"ENERGIE SOLIDAIRE 13 (ES 13)"
Mercredi - 13h30 > 16h45
06 24 86 71 63 / 04 91 04 78 11



COUTURE - BRODERIE - TRICOT
"CIQ SAINT-TRONC"
1er et 3e samedi du mois
15h > 17h30
07 86 18 19 67

LANGUE

COURS DE RUSSE - ANGLAIS POUR ENFANTS
"PERSPECTIVES"
Samedi - 9h > 19h
06 18 91 05 21 / 06 21 55 35 76 / 04 91 75 01 92