

Offre de Formation : cours de SPORT 2nd semestre 2017 – 2018

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
8h à 10h		Tir à l'arc (Gr) Bien être, Forme, Musculature (R)		Futsal (V)	Basket (Gr)
10h à 12h	Badminton (Gr) Bien être, Forme, Musculature (R) Futsal (V)	Badminton (Gr) Danse Moderne Contemporaine (M)	Badminton (Gr)	Basket (Gr) Tir à l'arc (Gr) Tennis (V) Football (Synthétique) Bien être, Forme, Musculature (R)	Fitness Step Body Form (M) Bien être, Forme, Musculature (R) FOCUS Profes des Ecoles
12h à 14h	Tir à l'arc (Gr) TRX Cardio Renforcement (V)				TRX Cardio Renforcement 12h-13h30 (V)
14h à 16h			Badminton (Gr) Futsal (V) Musculature (R) Fitness Step Body Form (M)	Fitness Step Body Form (M) Musculature (R)	Tennis de table (V) 13h30 à 15h30 Boxe française (V) 13h30 à 15h30 Badminton (Gr) Volley (Gr) Fitness Step Body Form (M)
16h à 18h	POLYTECH	POLYTECH	Badminton (Gr) Tennis (V) Musculature (R) Danse Moderne Contemporaine (M)	Judo et Jujitsu (V) Natation (nageurs) Piscine Triolo Bien être, Forme, Musculature (R)	Badminton (Gr) Tennis (V) Volley (Gr) Natation (non nageurs) 16h à 17h Piscine Triolo
18h à 20h	Hand Féminin Confirmé (Gr) Musculature Niv2 (R) Rugby masculin (V2)	Rugby féminin (Synthé Cossec) Bien être, Forme, Musculature (R) Hip Hop débutant (M)	Handball (V) Escalade (What's up) Musculature confirmé (R)	Tennis de table (Gr) Bien être, Forme, Musculature (R)	
20h à 22h		Ultimate Frisbee (V)	Handball (Gr)		

Installations : M : Maison des sports Cossec R : Résidence Reeflex V : Vallin Gr : Grémeaux V2 : Près de Gallois

Planning des AS *

	LUN	MAR	MER	JEU	
12h à 14h	Golf (V2)				
16h à 18h				Natation Piscine Triolo	
18h à 20h	Football (V2) Tennis Non classés et 4ème série (V) Rugby M (V2)	Judo jusque 19h30 (DV) Hand F jusque 19h45 (GR) Hand M 19h45 à 21h30 (GR)	Rugby F (V2) Futsal (V)	Basket jusque 21h (GR) Volley jusque 21h (GR)	Bad Niv 1 (GR) Bad Niv 2 (GR) Tir à l'arc (GR) Tennis de table (GR)
	20h à 22h	Tennis 3ème et 2nde série (V) Escalade (Whats' Up)	Ultimate (V)		

(V2) : Vestiaire du V2 (C) : Cosec (DV) : Dojo Vallin (GR) : Grémeaux (V) : Vallin

* En plus des cours, nous vous donnons aussi la possibilité d'être notés lors des créneaux proposés dans le cadre de l'association sportive. Vous devez avoir l'accord du professeur et bien entendu être inscrit à l'AS. L'inscription se fait à la même adresse que les inscriptions aux cours (<http://www.suaps-lille1.fr/inscription>). Il vous suffit une fois connecté de cliquer sur le bouton « Etre noté pendant l'association sportive ».