



Lundi			Mardi			Mercredi			Jeudi			Vendredi			
Matinée															
Musculation *	12h - 14h	GU	Musculation *	12h - 14h	GU	Musculation *	12h - 14h	GU	Musculation *	12h - 14h	GU	Musculation *	12h - 14h	GU	
Coaching sportif	12h15 - 13h45		Pilates	12h15 - 13h15		Badminton et Tennis de table (libre)	12h15 - 13h45	HCR	Yoga	12h15 - 13h30		Badminton et Tennis de table (libre)	12h15 - 13h45		
Badminton	12h15 - 13h45		Méditation	13h15 - 13h45		Piscine *	12h - 14h	Thiolettes	Roller/ tir à l'arc	12h15 - 13h45		Badminton et Tennis de table (libre)	12h15 - 13h45		Badminton et Tennis de table (libre)
Prépa concours/jeux sportifs	12h15 - 13h45	HCR	Multi raquettes	12h15 - 13h45	HCR				Badminton et Tennis de table (libre)	12h15 - 13h45	HCR	Golf *	8h - 12h	Villers Agron	
Yoga	12h15 - 13h30		Prépa course à pieds	12h15 - 13h45					HCR	Pilates		12h15 - 13h15	Piscine *	7h - 12h	Thiolettes
Renfo musculaire	12h15 - 13h45		Piscine *	12h - 14h					Louvois	Méditation		13h15 - 13h45			
Gymnastique/parkour	12h - 14h	René Tys	Equitation *	12h30 - 13h30	CERUC				Gymnastique compet	12h - 14h	René Tys				
Golf	12h15 - 13h45	Bezannes							Equitation *	12h30 - 13h30	CERUC				
									Piscine *	11h30 - 20h	UCPA				
Fin de journée															
Salsa	18h - 20h	GU	Rock	18h - 20h	GU	Musculation *	18h - 20h	GU	Musculation *	18h - 20h	GU	Musculation *	18h - 20h	GU	
Musculation *	18h - 20h		Marche nordique	18h - 20h		Futsal	18h - 20h		Cardio Renfo	18h - 19h		Badminton (libre)	18h - 20h	HCR	
Tir à l'arc / pétanque	18h - 20h		Musculation *	18h - 20h		Cheerleading	18h - 20h		Cross training	19h - 20h					
Basket	18h - 20h	HCR	Cardio Renfo	18h - 19h	HCR	Badminton	18h - 20h	HCR	Volley	18h - 20h	HCR				
Yoga	18h - 19h30		Circuit training	19h - 20h		Cardio Renfo	18h - 19h		MMA	18h - 20h					
Escalade	18h - 20h		Badminton	18h - 20h		Circuit training	19h - 20h		Escalade	18h - 20h					
Piscine *	18h30 - 20h	Talleyrand	Full contact	18h - 20h	HCR	Escalade	18h - 20h		Handball débutants	18h - 20h					
Judo compet	18h - 20h	CREPS	Escalade	18h - 20h		MMA	18h - 20h		Salsa	18h - 20h					
Rugby féminin	18h - 20h	Thiolettes	Hip /Hop	18h - 19h30					Judo	18h - 20h					
			Volley	18h - 20h					Equitation *	19h30 - 20h30	CERUC				
			Football	18h - 20h	Églantines										
Soir															
Handball compet	19h30 - 22h	GU	Cornhole découverte	20h - 22h	GU	Futsal compet	20h - 22h	GU	Futsal	20h - 22h	GU	Aikido	20h - 22h	HCR	
Kinomichi	20h - 22h	HCR	Volley compet	20h - 22h	HCR	Cheerleading	20h - 22h					Karaté	20h - 22h		
Karaté	20h - 22h		Cheerleading	20h - 22h		Aikido	20h - 22h	HCR							
Escalade	20h - 22h		Bachata/ kizomba	19h30 - 21h30		Rock	20h - 22h								
Basket compet	20h - 22h		Football	20h - 22h	Églantines	Badminton compet	20h - 22h								
Rugby Masculin	19h30 - 22h	Thiolettes													

HCR = Halle des sports campus Croix Rouge

GU = Gymnase Universitaire Moulin de la Housse

* = inscription sur Liberfit nécessaire