Campus Sports Besançon 2018-2019

Programme valable jusqu'au 14 avril 2019

LUNDI

Activités aquatiques

NATATION **
12h - 14h - Piscine Mallarmé - *Sandrine Fadda-Sauvageot*
22€/semestre

Danses, arts du spectacle

ROCK *
18h - 19h - Salle 3 - *Christian Fadda*

Fitness, forme, musculation

MUSCULATION *
12h - 14h - *Florence Mériot*
18h - 19h30 - *Claude Varlet*
19h30 - 21h - *Christian Fadda*

ZUMBA
18h - 19h - Petite Halle - *Laurette Gagic*

RMC (Renforcement Musculaire Complet)
19h - 20h - Petite Halle - *Laurette Gagic*

Sports de raquettes

BADMINTON *
12h - 14h - Salle 1 - *Nicolas Delattre*

Sports de combat

JUDO *
18h - 20h - Salle 2 - *Eric Laurent*

Sports individuels

ESCALADE *
19h30 - 21h30 - Mur escalade - *Claude Varlet*

Sports collectifs

BASKET-BALL *
18h - 19h30 - Salle 1 - *Nicolas Delattre* *Réservé filles*
19h30 - 21h30 - Salle 1 - *Nicolas Delattre*

FUTSAL *
18h - 19h - Grande halle - *Claude Parratte* *Réservé filles*
19h - 21h30 - Grande halle - *Claude Parratte*

FOOTBALL ** *Pas de cours en janvier*
18h - 20h - Rosemont 4 - *Thierry Boissenin*

JEUDI

Activités aquatiques

NATATION **
12h - 14h - Piscine Mallarmé - *Sandrine Fadda-Sauvageot*
22€/semestre

Danses, arts du spectacle

MODERN JAZZ * *Semestre 1 uniquement*
18h - 19h30 - Salle 3 - *Jessie Menanteau*

HIP-HOP
19h30 - 21h - Salle 3 - *Abdellah Hirech*

Fitness, forme, musculation

MUSCULATION
12h - 14h - *Nicolas Delattre* *
14h - 16h - *Patrick Décimo* *
18h- 19h30 - *Elise Fouminet* *Réservé personnels & thésards*

CUISSES ABDOS FESSES
17h -18h - Petite Halle - *Montassar Dandani*

CROSSFIT **
18h - 19h30 - ESPE Montjoux - *Sandrine Fadda-Sauvageot*

YOGA
12h - 13h - Salle 3 - Emmanuel Faget *Réservé personnels & thésards*
13h - 14h - Salle 3 - Emmanuel Faget *

GYM DU DOS (*8 séances obligatoires*)
12h15 - 13h - Salle 4 - *Mélanie Codirolle*

Sports de raquettes

BADMINTON *
12h - 14h - Salle 1 - *Patrick Décimo*
19h30 - 21h - ESPE Montjoux - *Sandrine Fadda-Sauvageot*

Sports de combat

BOXE THAI *Semestre 1 uniquement*
12h30 - 13h30 - Petite Halle - *Nordine Bennamar*

Sports individuels

ESCALADE *
16h - 18h - Mur escalade - *Claude Varlet* *
18h - 20h - Mur escalade - *Claude Varlet*

GYMNASTIQUE **
14h - 16h - Salle 4 - *Florence Mériot*

GOLF INDOOR **
12h - 14h - Halle d'athlétisme - *Stéphane Féral*

DISC GOLF* *Jusqu'au 29/10/18 uniquement*
16h - 18h - Terrain de rugby - *Stéphane Féral*

Sports collectifs

FOOTBALL *
13h - 14h - Terrain stabilisé de St Claude - *Claude Parratte*
Premier semestre uniquement

ULTIMATE / FRISBEE **
18h - 19h30 - Salle 1 - *Stéphane Féral*

VOLLEY-BALL **
19h30 - 21h30 - Salle 1 - *Stéphane Féral*

MARDI

Activités aquatiques

AQUAGYM
12h15 -13h - Centre Pierre Croppet - *Yannick Levant*
60€/semestre, 45€ la période mai/juin

Danses, arts du spectacle

ARTS DU CIRQUE
20h15 - 21h30 - Salle 4 - *Passe Muraille*

SALSA PORTORICAINE **
18h - 19h - Salle 3 - *Florence Mériot*

SALSA CUBAINE **
19h - 20h - Salle 3 - *Florence Mériot*

STREET JAZZ
20h - 21h30 - Salle 3 - *Hakim Kessab*

Fitness, forme, musculation

RUN & FIT *
12h - 14h - Petite halle - *Sandrine Fadda-Sauvageot*

MUSCULATION *
12h - 14h - *Patrick Décimo*
18h30- 20h - *Sandrine Fadda-Sauvageot* *Réservé filles*
20h - 21h30 - *Sandrine Fadda-Sauvageot*

COURS SANTE *Sport adapté (via inscription SUMPPS)*
17h30 - 18h30 - Salle de musculation - *Sandrine Fadda-Sauvageot*

GYM DU DOS (*7 séances obligatoires*)
12h15 - 13h - Salle 4 - *Mélanie Codirolle*

FIT BOXING
20h - 21h30 - Petite Halle - *Nordine Bennamar*

Sports de raquettes

BADMINTON
12h - 14h - Salle 1 - *Claude Varlet* *

TENNIS *
19h - 20h - Centre de Ligue - *Vincent Peseux*
20h - 21h - Centre de Ligue - *Vincent Peseux*

Sports de combat

AIKIDO
19h - 21h - Salle 2 - *Régis Mermet*

BOXE FRANCAISE
18h - 20h - Petite Halle - *Isabelle Coquiard*

Sports individuels

GOLF INDOOR **
12h - 14h - Halle d'athlétisme - *Claude Parratte*

ESCALADE *
18h - 20h - Mur escalade - *Claude Varlet* *Réservé personnels & thésards*
20h - 21h30 - Mur escalade - *Claude Varlet*

PARKOUR *
20h - 21h30 - Halle d'athlétisme - *Sidney Grosprêtre*

Sports collectifs

HANDBALL **
18h - 20h (filles niveau moyen) - Grande halle - *Patrick Décimo*
20h - 21h30 (garçons niveau moyen) - Grande halle - *Patrick Décimo*

FOOTBALL *Réservé personnels & thésards*
12h - 13h30 - Stade St Claude Synthétique - *Thierry Boissenin*
jusqu'au 28/10/18

RUGBY *
18h - 20h - Stade de la Bouloie - *Frédéric Simon*

VOLLEY-BALL *
18h - 19h45 - Salle 1 - *Stéphane Féral*
19h45 - 21h30 - Salle 1 - *Stéphane Féral*

VENDREDI

Danses, arts du spectacle

DANSE AFRICAINE
18h - 19h - Salle 3 - *Brigitte Moudat*

Fitness, forme, musculation

MUSCULATION *
12h - 14h - *Stéphane Féral*

PILATES **
12h - 13h - Salle 3 - *Florence Mériot*

STRETCHING - BIEN ÊTRE *
13h - 14h - Salle 3 - *Florence Mériot*

HIIT *Entraînement en intervalles de haute intensité*
17h30 - 19h - Petite Halle - *Romain Fadda*

Sports de raquettes

BADMINTON *
17h - 19h - Salle 1 - *Stéphane Féral/Patrick Décimo*

Sports individuels

SELF-DEFENSE
18h - 19h30 - Salle 2 - *Ludovic*

Sports collectifs

VOLLEY-BALL
19h - 21h - Salle 1 - *Samuel Boyé*

N'OUBLIEZ PAS DE CONSULTER AUSSI NOTRE PROGRAMME PLEIN AIR !

PENSEZ EGALEMENT AU PROGRAMME DE L'ASSOCIATION SPORTIVE !

MERCREDI

Fitness, forme, musculation

MUSCULATION *
18h - 20h - *Thierry Boissenin*
20h - 21h30 - *Thierry Boissenin*

STEP
18h - 19h - Salle 3 - *Romain Fadda*

PERFECTIONNEMENT RUNNING *
18h - 19h30 - Salle d'athlétisme - *Sandrine Fadda-Sauvageot*

Sports de raquettes

BADMINTON
12h - 14h - Salle 1 - *Claude Parratte* *
17h - 18h30 (niveau débutant) - Salle 1 - *Claude Parratte* *
18h30 - 20h (tous niveaux) - Salle 1 - *Claude Parratte* *
20h - 21h30 (niveau confirmé) - Salle 1 - *Bruno Girard* *

TENNIS DE TABLE **
18h - 20h - Petite halle - *Bruno Girard*

Sports individuels

ESCALADE *
18h - 19h30 - Mur escalade - *Nicolas Delattre*
19h30 - 21h30 - Mur escalade - *Nicolas Delattre*

Sports collectifs

FUTSAL *Réservé personnels & thésards*
12h - 13h30 - Grande halle - *Thierry Boissenin* *à partir du 5/11/18*

HANDBALL *
18h - 20h - (débutants 1) - Grande halle - *Patrick Décimo*
20h - 21h30 - (débutants 2) - Grande halle - *Patrick Décimo*

*activités ouvertes aux contrats sports-IUT

*créneau où les UE Libres sont prioritaires

LES NUITS CAMPUS SPORTS

Septembre
mercredi 26 : **Badminton**
mercredi 26 : **Ultimate**

Octobre
Lundi 15 : **Futsal**

Novembre
mardi 20 : **Handball**

Décembre
jeudi 6 : **Volley**

Janvier
mardi 22 : **Escalade**
mardi 22 : **Danse**

Février
lundi 11 : **Basket-ball**

Mars
mercredi 13 : **Fitness**

Avril
mercredi 10 : **Biathlon estival**

Inscriptions

L'inscription à Campus Sports se fait uniquement et obligatoirement sur le portail Campus Sports. Vous pourrez ensuite vous inscrire aux activités jusqu'à une semaine à l'avance à partir de l'instant T.
Tant qu'il reste des places disponibles pour une activité, vous pourrez vous inscrire jusqu'à 15min avant le début de celle-ci.
Vous pouvez également annuler votre participation jusqu'à 30min avant le début du cours.
Toute absence à une activité entraînera une radiation d'une semaine pleine aux activités Campus Sports.

Pour vous inscrire sur le portail Campus Sports, **flashez ce code**.

Adresse portail : https://applications.univ-fcomte.fr/CampusSports

Sport ou pas Sport ?

(Aucun cours Campus Sports pendant les périodes désignées ci-dessous)

Vacances de la Toussaint : du 29/10/18 au 4/11/18
Vacances de Noël : du 24/12/18 au 6/1/19
Vacances d'Hiver : du 18/2/19 au 24/2/19
Vacances de Pâques : du 15/4/19 au 28/4/19

Campus Sports Besançon

Contact : 03 81 66 63 62 / campus-sports@univ-fcomte.fr