

PROGRAMME CAMPUS SPORTS 2022-2023

LUNDI

ACTIVITÉS AQUATIQUES

NATATION 22€/semestre

12h-14h - Piscine Mallarmé - Sandrine Fadda-Sauvageot*
Niveaux débrouillés et confirmés - savoir nager 50m en eaux profondes

DANSES, ARTS DU SPECTACLE

SALSA PORTORICAINE

18h-19h - Salle 3 (danse) - Florence Mériot*

SPORTS DE RAQUETTES

BADMINTON

12h - 14h - Salle 1 - Nicolas Delattre

FORME, MUSCULATION, BIEN-ÊTRE

MUSCULATION

12h-14h - Salle de musculation - Patrick Décimo
19h30-21h - Salle de musculation - Claude Varlet

COURS SANTE (via inscription SUMPPS)

17h30-19h - Salle de musculation - Sandrine Fadda-Sauvageot*

ZUMBA

18h-19h - Salle J-M Mormeck Petite Halle - Laurette Gagic

GYM DU DOS

19h-19h45 - Salle 2 (dojo) - Idriss Mze

RMC (Renforcement Musculaire Complet)

19h-20h - Salle J-M Mormeck (Petite Halle) - Laurette Gagic

SPORTS INDIVIDUELS

ESCALADE

18h-19h30 - Mur escalade - Claude Varlet

PARKOUR

19h-20h30 - Extérieur - Sidney Grosprêtre

SPORTS COLLECTIFS

BASKET-BALL

18h-19h30 - Salle 1 - Nicolas Delattre Débutants

19h30-21h30 - Salle 1 - Nicolas Delattre 3x3

HANDBALL

18h-20h - Grande halle - Patrick Décimo* Réservé filles

20h-21h30 - Grande halle - Patrick Décimo* Réservé garçons

SPORTS EMERGENTS

12h30-14h - Grande Halle - Frédéric Simon*

MARDI

DANSES, ARTS DU SPECTACLE

SALSA CUBAINE Débutants

18h-19h - Salle 3 (danse) - Florence Mériot*

SALSA CUBAINE Débrouillés

19h-20h - Salle 3 (danse) - Florence Mériot*

SPORTS DE RAQUETTES

BADMINTON

12h-14h - Salle 1 - Claude Varlet

FORME, MUSCULATION, BIEN-ÊTRE

MUSCULATION

12h-14h - Salle de musculation - Florence Mériot
18h-19h30 - Salle de musculation - Christian Fadda
19h30-21h - Salle de musculation - Christian Fadda

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

18h-19h30 - Gymnase de l'INSPE - Sandrine Fadda-Sauvageot

STEP Débutants

19h30-20h30 - Salle J-M Mormeck (Petite Halle) - Elise Fouminet

PILATES

12h-13h - Grand Salon (UFR SLHS) - Sarah Gutehrle Personnels

13h-14h - Grand Salon (UFR SLHS) - Sarah Gutehrle

YOGA

12h30-13h30 - Salle 3 (danse) - Virginie Dejardin

18h-19h - Salle 2 (dojo) - Virginie Dejardin - Personnels

ACCRO YOGA

19h-20h30 - Salle 2 (dojo) - Cédric Robert

TAÏ-CHI

20h-21h - Salle 3 (danse) - Julien Parelle

SPORTS INDIVIDUELS

GOLF INDOOR

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

ESCALADE

18h-19h30 - Mur escalade - Claude Varlet

19h30-21h - Mur escalade - Claude Varlet

GYMNASTIQUE

20h-21h30 - Salle 4 (gym) - Florence Mériot*

SPORTS COLLECTIFS

FOOTBALL / FUTSAL Personnels

12h-14h - Grande Halle (du 03 janvier au 04 avril) / Saint Claude

(du 25 avril au 31 mai) - Thierry Boissenin

VOLLEY-BALL

17h-18h30 - Salle 1 - Stéphane Féral* UE Libres uniquement

18h30-20h - Salle 1 - Stéphane Féral

20h-21h30 - Salle 1 - Stéphane Féral

FUTSAL

18h-19h30 - Grande halle - Thierry Boissenin*

19h30-21h30 - Grande halle - Thierry Boissenin*

RUGBY

18h-19h30 - Stade de la Malcombe - Frédéric Simon

SPORTS DE COMBAT

BOXE FRANCAISE

18h-19h30 - Salle J-M Mormeck (Petite Halle) - Isabelle Coquiard

MERCREDI

DANSES, ARTS DU SPECTACLE

BOLLYWOOD

12h30-13h30 - Salle 3 (danse) - Rachel Tulsi

SPORTS DE RAQUETTES

TENNIS DE TABLE

18h30-20h - Salle J-M Mormeck (Petite halle) - Bruno Girard*

BADMINTON

12h-14h - Salle 1 - Nathalie Pellegrini

20h-21h30 - Salle 1 - Bruno Girard* Confirmés

TENNIS

20h-21h - Centre de ligue - Justine Brocard Débrouillés

21h-22h - Centre de ligue - Justine Brocard Confirmés

FORME, MUSCULATION, BIEN-ÊTRE

MUSCULATION

12h-14h - Salle de musculation - Virginie Metge

18h30-20h - Salle de musculation - Virginie Metge Réservé filles

20h-21h30 - Salle de musculation - Nathalie Pellegrini

HIIT TRAINING Entraînement en intervalles de haute intensité

18h-19h - Gymnase de l'INSPE - Sandrine Fadda-Sauvageot*

REMISE EN FORME UE Libres uniquement

18h-20h - Salle 3 (danse) - Nathalie Pellegrini*

SPORTS INDIVIDUELS

ESCALADE

18h-19h30 - Mur escalade - Thomas Vanier

19h30-21h - Mur escalade - Nicolas Delattre

SPORTS COLLECTIFS

HANDBALL

17h-18h30 - Grande halle - Patrick Décimo*

18h30-20h - Grande halle - Patrick Décimo Débutants 1

20h-21h30 - Grande halle - Patrick Décimo Débutants 2

BASKET-BALL

18h-19h30 - Salle 1 - Nicolas Delattre* Débrouillés

FOOTBALL

18h-20h - Stade de Rosemont - Thierry Boissenin* (reprise le 08 mars jusqu'au 31 mai)

SPORTS DE COMBAT

BOZENDO

18h-19h30 - Salle 2 (dojo) - François Schott

JUDO (du 12 octobre au 01 mars 2023)

19h30-21h30 - Salle 2 (dojo) - Eric Laurent

JEUDI

ACTIVITÉS AQUATIQUES

NATATION 22€/semestre

12h-14h - Mallarmé - Sandrine Fadda-Sauvageot*
Niveau confirmé - savoir nager au minimum 3 nages

SPORTS DE RAQUETTES

BADMINTON

12h-14h - Salle 1 - Patrick Décimo

FORME, MUSCULATION, BIEN-ÊTRE

MUSCULATION

12h-14h - Salle de musculation - Nicolas Delattre

14h-16h - Salle de musculation - Patrick Décimo

16h-17h30 - Salle de musculation - Florence Mériot

17h30-19h30 - Salle de musculation - Florence Mériot Personnels

YOGA

12h-13h30 - Salle 3 (danse) - Nathalie Pellegrini

MEDITATION

13h30-14h00 - Salle 3 (danse) - Nathalie Pellegrini

RMC (Renforcement Musculaire Complet)

18h-19h - Salle 3 (danse) - Elise Fouminet

CROSS-TRAINING

18h-19h30 - Inspé Montjoux - Sandrine Fadda-Sauvageot*

19h30-21h - Inspé Montjoux - Sandrine Fadda-Sauvageot*

REMISE EN FORME

14h00-16h00 - Salle 3 (danse) - Nathalie Pellegrini

CARDIO BIKE

16h30-18h00 - Salle J-M Mormeck (Petite Halle) - Nathalie Pellegrini

SPORTS INDIVIDUELS

GOLF INDOOR

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

GYMNASTIQUE

14h-16h - Salle 4 - Florence Mériot*

ESCALADE

16h-18h - Mur escalade - Claude Varlet* Débrouillés

18h-20h - Mur escalade - Claude Varlet

SPORTS COLLECTIFS

ULTIMATE / FRISBEE

18h-19h30 - Salle 1 - Stéphane Féral*

VOLLEY-BALL UE Libres et entraînement AS uniquement

19h30-21h30 - Salle 1 - Stéphane Féral* Confirmé

QUIDDITCH

20h-21h30 - Grande Halle - Bison Team

SPORTS DE COMBAT

AIKIDO

18h-19h30 - Salle 2 (dojo) - Régis Mermet

VENDREDI

FORME, MUSCULATION, BIEN-ÊTRE

MUSCULATION

12h-14h - Salle de musculation - Raphaël Florin

18h-19h30 - Salle de musculation - Elise Fouminet

CAF

18h-19h - Salle 3 (danse) - Romain Fadda

PILATES

12h-13h - Salle 3 (danse) - Florence Mériot

STRETCHING

13h-14h - Salle 3 (danse) - Florence Mériot*

HIIT TRAINING (Entraînement en intervalles de haute intensité)

19h-20h - Salle 3 (danse) - Romain Fadda

SPORTS COLLECTIFS

VOLLEY-BALL

18h-20h - Salle 1 - Samuel Boyé

SPORTS DE COMBAT

SELF-DEFENSE

18h-19h - Salle 2 (dojo) - Ludovic Gauthier

UE LIBRES



QU'EST CE QUE C'EST?

Les UEL (unités d'enseignements libres) sont des enseignements auxquels de nombreux étudiants de l'UFC peuvent prétendre afin de bénéficier d'une bonification semestrielle.

COMMENT JE M'INSCRIS?

Je choisis une activité sportive notifiée "UEL", je télécharge sur mon ENT la fiche d'inscription que je ramène complétée à l'enseignant concerné.

QU'EST-CE QUE ÇA M'APPORTE?

Une bonification pouvant atteindre 0.2 points selon les critères donnés dans la fiche descriptive.

Choisis donc dès maintenant ton activité pour le premier ou second semestre afin de profiter de cette valorisation d'une pratique sportive.

Suivez-nous



Inscrivez-vous



UNIVERSITÉ DE
FRANCHE-COMTÉ