

# Campus Sports Besançon

## 2019-2020



Programme valable jusqu'au 19 avril 2020

### LUNDI

#### Activités aquatiques

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

#### Danses, arts du spectacle

**SALSA PORTORICAINE \*\***  
18h - 19h - Salle 3 - Florence Mériot  
**ARTS DU CIRQUE**  
20h15 - 21h30 - Salle 4 - Passe Muraille

#### Sports de raquettes

**BADMINTON \***  
12h - 14h - Salle 1 - Nicolas Delattre  
20h30 - 22h - ESPE Montjoux - Sandrine Fadda-Sauvageot

#### Fitness, forme, musculation

**PILATES \*\***  
12h - 13h - Salle 3 - Florence Mériot  
**MUSCULATION \***  
12h - 14h - Salle de musculation - Patrick Décimo  
18h - 19h30 - Salle de musculation - Claude Varlet  
19h30 - 21h30 - Salle de musculation - Thierry Boissenin  
**CROSS-TRAINING \***  
18h - 19h - ESPE Montjoux - Sandrine Fadda-Sauvageot *Débutants*  
19h - 20h30 - ESPE Montjoux - Sandrine Fadda-Sauvageot \*  
**ACCRO YOGA \* Semestre 1 uniquement**  
18h - 20h - Salle 2 - Cédric Robert  
**ZUMBA**  
18h - 19h - Petite Halle - Laurette Gagic  
**RMC (Renforcement Musculaire Complet)**  
19h - 20h - Petite Halle - Laurette Gagic

#### Sports individuels

**ESCALADE \***  
18h - 19h30 - Mur escalade - Fred Lab  
19h30 - 21h30 - Mur escalade - Claude Varlet

#### Sports collectifs

**FLAG FOOTBALL**  
18h - 19h30 - Stade de rugby Bouloie - Nabil El Khadery  
**BASKET-BALL \***  
18h - 19h30 - Salle 1 - Nicolas Delattre *Réservé filles*  
19h30 - 21h30 - Salle 1 - Nicolas Delattre  
**FOOTBALL/FUTSAL *Réservé personnels & thésards***  
12h - 13h30 - Saint Claude/Grande Halle - Thierry Boissenin  
**HANDBALL \*\***  
18h - 20h - Grande halle - Patrick Décimo *Réservé filles*  
20h - 21h30 - Grande halle - Patrick Décimo *Réservé garçons*

### MARDI

#### Activités aquatiques

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

#### Danses, arts du spectacle

**SALSA PORTORICAINE \*\***  
18h - 19h - Salle 3 - Florence Mériot  
**SALSA CUBAINE \*\***  
19h - 20h - Salle 3 - Florence Mériot

#### Sports de raquettes

**BADMINTON \***  
12h - 14h - Salle 1 - Claude Varlet  
**TENNIS \***  
19h - 20h - Centre de Ligue - Thierry Boissenin  
20h - 21h - Centre de Ligue - Thierry Boissenin

#### Fitness, forme, musculation

**RUN & FIT \***  
12h - 14h - Petite halle - Sandrine Fadda-Sauvageot  
**MUSCULATION \***  
12h - 14h - Salle de musculation - Florence Mériot  
19h30 - 21h30 - Salle de musculation - Sandrine Fadda-Sauvageot *Réservé filles*  
**BODY ZEN**  
18h - 19h - Salle Tissot BU Santé - Benjamin Biot  
**YOGA *Réservé personnels & thésards***  
18h - 19h - IUT Bloc Centrale, salle de muscu - Virginie Dejardin  
**COURS SANTE \* Sport adapté (via inscription SUMPPS)**  
18h - 19h30 - Salle de musculation - Sandrine Fadda-Sauvageot  
**GYM DU DOS (7 séances obligatoires)**  
12h15 - 13h - Salle 4 - Mélanie Codirolle  
**FIT BOXING**  
19h - 20h - Salle 2 - Nordine Bennamar

#### Sports de combat

**AIKIDO**  
20h - 21h30 - Salle 2 - Régis Mermet  
**BOXE FRANCAISE**  
18h - 20h - Petite Halle - Isabelle Coquiard  
**BOXE THAI**  
20h - 21h30 - Petite Halle - Nordine Bennamar

#### 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  
**GYMNASTIQUE \*\***  
20h - 21h30 - Salle 4 - Florence Mériot  
**PARKOUR \***  
20h - 21h30 - Halle d'athlétisme - Sidney Grosprêtre

### MERCREDI

#### 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 \*

#### Fitness, forme, musculation

**MUSCULATION \***  
18h - 20h - Salle de musculation - Christian Fadda  
20h - 21h30 - Salle de musculation - Christian Fadda  
**STEP**  
18h - 19h - Salle 3 - Romain Fadda  
**ZUMBA**  
19h - 20h - Salle 3 - Romain Fadda  
**DO-IN**  
12h - 13h - Salle Jenny d'Héricourt - Christophe Gonzalez  
18h30 - 20h - Salle Jenny d'Héricourt - Christophe Gonzalez

#### Sports de combat

**ESCRIME**  
18h30 - 20h - Gymnase ESPE Montjoux - Lucas Schauss  
**BOZENDO**  
18h - 19h30 - Salle 2 - Marion Lestienne

#### Sports individuels

**ESCALADE \***  
18h - 20h - Mur escalade - Nicolas Delattre  
20h - 21h30 - Mur escalade - Thomas Vannier

#### Sports collectifs

**HANDBALL \***  
18h - 20h - (débutants 1) - Grande halle - Patrick Décimo  
20h - 21h30 - (débutants 2) - Grande halle - Patrick Décimo  
**FOOTBALL \*\***  
18h - 20h - Rosemont 4/Grande Halle - Thierry Boissenin  
**BASKET-BALL \***  
20h - 21h30 - Salle 1 - Nicolas Delattre

### JEUDI

#### Activités aquatiques

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

#### Danses, arts du spectacle

**DANSES AFRO**  
17h30 - 18h30 - Salle 3 - Pach Diawara  
**HIP-HOP**  
19h30 - 21h - Salle 3 - Abdellah Hirech

#### Sports de raquettes

**BADMINTON**  
12h - 14h - Salle 1 - Patrick Décimo \*  
19h30 - 21h30 (niveau confirmé) - Salle 1 - Bruno Girard \*  
**TENNIS DE TABLE \*\***  
18h - 19h30 - Petite halle - Bruno Girard

#### Fitness, forme, musculation

**MUSCULATION**  
12h - 14h - Salle de musculation - Nicolas Delattre \*  
14h - 16h - Salle de musculation - Patrick Décimo \*  
17h30 - 19h30 - Salle de musculation - Florence Mériot *Réservé personnels & thésards*  
19h30 - 21h - Salle de musculation - Elise Fouminet  
**YOGA**  
12h - 13h - Salle 3 - Alice Jacquenod  
13h - 14h - Salle 3 - Alice Jacquenod \*  
**PILATES**  
12h - 13h - Grand Salon (SLHS Mégevand) - Laurette Gagic  
**GYM DU DOS (8 séances obligatoires)**  
12h15 - 13h - Salle 4 - Mélanie Codirolle  
**GAINAGE \***  
16h - 17h30 - Salle de musculation - Florence Mériot  
**SOPHROLOGIE *Débuter le 7/11/19***  
18h - 19h - BU Santé - Béatrice Liegon Van Eis  
**CUISSES ABDOS FESSES**  
18h30 - 19h30 - Salle 3 - Elise Fouminet  
**TRAIL \***  
18h - 19h30 - Devant Bâtiment 5 - Sandrine Fadda-Sauvageot

#### Sports de combat

**JUDO \***  
18h - 20h - Salle 2 - Eric Laurent *Débuter le 10/10/19*

#### 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 27/10/19 uniquement**  
16h - 18h - Terrain de rugby - Stéphane Féral

#### Sports collectifs

**ULTIMATE / FRISBEE \*\***  
18h - 19h30 - Salle 1 - Stéphane Féral  
**VOLLEY-BALL \*\***  
19h30 - 21h30 - Grande Halle - Stéphane Féral  
**QUIDDITCH \***  
18h - 19h30 - Stade Bouloie/Gymnase ESPE - Audrey Tuillon Demésy

\* créneau où les UE Libres sont prioritaires  
\* activités ouvertes aux Contrats Sports IUT

#### Sports collectifs

**RUGBY \***  
18h - 20h - Stade de la Bouloie - Frédéric Simon  
**VOLLEY-BALL \***  
18h - 19h45 - Salle 1 - Stéphane Féral  
19h45 - 21h30 - Salle 1 - Stéphane Féral  
**FUTSAL**  
18h - 19h - Grande halle - Paul Rochefort *Réservé filles*  
19h - 21h30 - Grande halle - Paul Rochefort

### VENDREDI

#### Danses, arts du spectacle

**KIZOMBA**  
18h - 19h - Salle 3 - Nabil El Khadery

#### Fitness, forme, musculation

**MUSCULATION \***  
12h - 14h - Salle de musculation - Stéphane Féral  
18h - 20h - Salle de musculation - Elise Fouminet  
**MACADAM TRAINING *Réservé personnels & thésards***  
12h30 - 13h30 - Maison de l'Université (centre-ville) - Sandrine Fadda-Sauvageot  
**PILATES \*\***  
12h - 13h - Salle 3 - Florence Mériot  
**STRETCHING - BIEN ÊTRE \***  
13h - 14h - Salle 3 - Florence Mériot  
**HIIT TRAINING *Entraînement en intervalles de haute intensité***  
18h - 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 Gauthier  
**GOLF *Réservé personnels & thésards***  
12h - 14h - Halle d'athlétisme - Claude Parratte

#### Sports collectifs

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

## Sport ou pas Sport ?

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

**Vacances de la Toussaint :** du 28/10/19 au 3/11/18  
**Vacances de Noël :** du 22/12/19 au 5/1/20  
**Vacances d'Hiver :** du 23/2/20 au 1/3/20  
**Vacances de Pâques :** du 19/4/20 au 3/5/20

U-S P O R T S

UNIVERSITÉ de  
FRANCHE-COMTÉ

## Inscriptions

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



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



Campus Sports Besançon

Contact : 03 81 66 63 62 / [campus-sports@univ-fcomte.fr](mailto:campus-sports@univ-fcomte.fr)