

SPORT

Année universitaire 2018/2019 - 2^{ème} semestre

Nous vous conseillons d'établir un certificat de non contre-indication au sport choisi au service médical de l'Université.

Certaines activités peuvent donner droit à des crédits (ECTS) dans le cadre des « E.C. libres » (en rouge). Plus d'inscription possible après le 4 février.

L'accès aux cours n'est plus possible après 10min de retard.

Période de cours : du 21 janvier au 2 mars, puis du 11 mars au 23 mars, puis du 1^{er} avril au 20 avril et enfin du 29 avril au 11 mai

ABDOS – FESSIERS - BIEN-ETRE

Salle des sports – Danse

Vendredi 12h00 – 13h00 loisir redynamisation musculaire

AIKIDO

Salle des sports – Dojo / fin le 20/04

Lundi 18h00 – 19h30 loisir

Mardi 18h00 – 19h30 loisir

ATHLETISME (ESPZAN1C)

Stade Auguste Delaune

Vendredi 12h00 – 14h00 EC et loisir

footing, renforcement musculaire, piste

BADMINTON (ESPZBD1C)

Avant-Garde de Saint-Denis

Lundi 9h30 – 11h30 EC et loisir

Vendredi 9h30 – 11h30 EC et loisir

BASKETBALL (ESPZBB1C)

Avant-Garde de Saint-Denis

Mercredi 9h30 – 11h30 EC et loisir Débutant

Mercredi 11h30 – 13h30 EC et loisir Confirmé et préparation des équipes

Jeudi 9h30 – 11h30 EC et loisir Débutant

Jeudi 11h30 – 13h30 EC et loisir Intermédiaire-Confirmé

Jeudi après-midi compétition FFSportU à voir avec l'enseignante

BOXE FRANÇAISE

Salle des sports – Danse

Jeudi 12h30 – 14h00 loisir

DANSE CONTEMPORAINE (ESPZDC1C)

Salle des sports – Danse

Mardi 13h00 – 15h00 EC et loisir débutant

Vendredi 13h00 – 15h00 EC et loisir confirmé

Avant-Garde de Saint-Denis

Jeudi 9h30 – 11h30 EC et loisir débutant

Jeudi 12h00 – 14h00 Atelier de création artistique tout type de danse et tout niveau

DANSE HIP HOP (ESPHH1C)

Salle des sports – Danse

Mardi 9h30 – 11h30 EC et loisir tous niveaux

DANSE MODERN-JAZZ (ESPZMJ1C)

Salle des sports – Danse

Lundi 13h00 – 15h00 EC et loisir tous niveaux

DANSE ROCK'N ROLL

Salle des sports – Danse / fin le 20/04

Mercredi 16h30 – 18h00

DANSE SALSA

Maison de l'Etudiant – Coupole / fin le 20/04

Mardi 12h00 – 13h30 tous niveaux

DANSE TANGO ARGENTIN

Salle des sports – Danse / fin le 20/04

Jeudi 16h30 – 18h00

ECHECS

Maison de l'Etudiant – ME21 / fin le 20/04

Mercredi 17h00 – 19h00

ESCALADE

Paris – Gymnase La Plaine

Mardi 12h00 – 13h30

ESCRIME – SABRE

Salle des sports – Danse / fin le 20/04

Jeudi 10h00 – 12h00

FITNESS

Salle des sports – Dojo

Lundi 12h00 – 14h00

Mercredi 12h00 – 14h00

FOOTBALL FEMININ (ESPZFM1C)

Stade Auguste Delaune

Vendredi 14h00 – 16h00 Filles EC et loisir

FOOTBALL MASCULIN (ESPZFM1C)

Stade Auguste Delaune

Mardi 12h00 – 13h30 loisir

Mardi 13h30 – 15h00 Perfectionnement (pas de débutant)

Jeudi après-midi compétition FFSportU à voir avec l'enseignant

Vendredi 12h00 – 14h00 EC uniquement

FORMATION 1^{er} SECOURS (PSCI)

2 formations sont prévues pour le 2^{ème} semestre, inscription obligatoire au bureau des sports avec un chèque de caution de 30€.

1^{er} formation le samedi 23 février de 9h à 20h

2^{ème} formation le samedi 13 avril de 9h à 20h

FUTSAL (ESPZFU1C)

Avant-Garde de Saint-Denis

Lundi 11h30 – 13h30 loisir

Mardi 9h30 – 11h30 EC uniquement

JUDO (ESPZJN1C)

Salle des sports – Dojo

Mardi 12h00 – 14h00 loisir, EC

Jeudi 12h00 – 14h00 loisir, EC

Compétition sur calendrier

KUNG FU

Salle des sports – Dojo / fin le 20/04

Mercredi 18h30 – 20h00

Vendredi 18h30 – 20h00

MUSCULATION (ESPZMV1C)

Salle des sports

La tenue sportive est obligatoire ainsi que la serviette.

Lundi 9h30 – 11h30 EC uniquement

Lundi 14h00 – 17h30 loisir

Mardi 9h30 – 11h30 EC uniquement

Mardi 14h00 – 17h15 loisir

Mercredi 9h30 – 11h30 loisir

Mercredi 14h00 – 17h30 loisir

Jeudi 9h30 – 11h30 EC uniquement

Jeudi 14h00 – 17h30 loisir

Vendredi 9h45 – 11h45 loisir

Vendredi 12h00 – 14h00 EC uniquement

Vendredi 14h00 – 17h30 loisir

Samedi 9h00 – 12h30 loisir

NATATION

Piscine La Baleine

Mardi 12h00 – 13h30

Vendredi 12h00 – 13h30

pas de débutant (fosse) ; bonnet de bain obligatoire

QI GONG

Salle des sports – Danse / fin le 20/04

Lundi 15h00 – 16h30

RUGBY à XV / fin le 20/04

Stade Auguste Delaune

Mardi 15h00 – 17h00 tous niveaux

Jeudi 15h00 – 17h00 tous niveaux

STAGE

Du 2 au 6 juin un stage de Crossfit Muscu et un stage , Crossfit Tennis se déroulera à Houlgate.

Fin mai , un stage Multi-activité est également programmé.

Un stage de Danse vous attend également au 2nd semestre.

Information au bureau mais surtout auprès de vos enseignants.

Tarif en fonction du stage.

STEP (ESPZST1C)

Salle des sports - Danse

Lundi 9h30 – 11h30 EC uniquement

Lundi 12h00 – 13h00 loisir

Vendredi 9h30 – 11h30 EC uniquement

SKI

Chalet Della Luna – Clavière - ITALIE

(Attention activité payante) du débutant au confirmé

1er séjour du dimanche 24 au dimanche 31 mars 2019

Tarif 320€ sous condition

Le prix comprendra le transport en autocar, l'hébergement et la pension complète, le skipass et la location de ski

TENNIS (ESPZTN1C)

Stade Auguste Delaune

Mardi 9h45 – 11h45 EC et loisir confirmé

Mardi 14h00 – 16h00 EC et loisir débutant

Vendredi 9h45 – 11h45 EC et loisir débutant

Vendredi 14h00 – 16h00 EC et loisir débutant

VOLLEYBALL (ESPVN1C)

Avant-Garde de Saint-Denis

Lundi 13h30 – 15h30 EC et loisir débutant

Lundi 15h30 – 17h30 EC et loisir confirmé

Jeudi après-midi compétition FFSportU à voir avec l'enseignant

VTT

Parc départemental de la Courneuve

Mardi 12h00 – 14h00

Venez découvrir ou redécouvrir 400ha de verdure à 5min de l'université. Rdv à la salle des sports

Sortie longue sur calendrier le samedi

YOGA

Salle des sports – fin le 20/04

Mercredi 10h00 – 11h30 tous niveaux

Mercredi 12h00 – 13h30 tous niveaux

ZUMBA

Salle des sports – Danse

Mardi 12h00 – 13h00 tous niveaux

Adresse des installations

SALLE DES SPORTS PARIS 8

Située au sous-sol du bâtiment A, on y accède par un escalier métallique.

PISCINE LA BALEINE SAINT-DENIS

13 avenue Jean Moulin, à côté du lycée Paul Eluard

AVANT-GARDE SAINT-DENIS

4 avenue de Stalingrad,

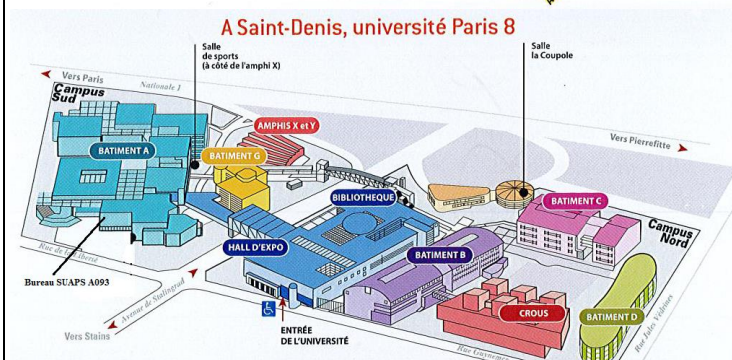
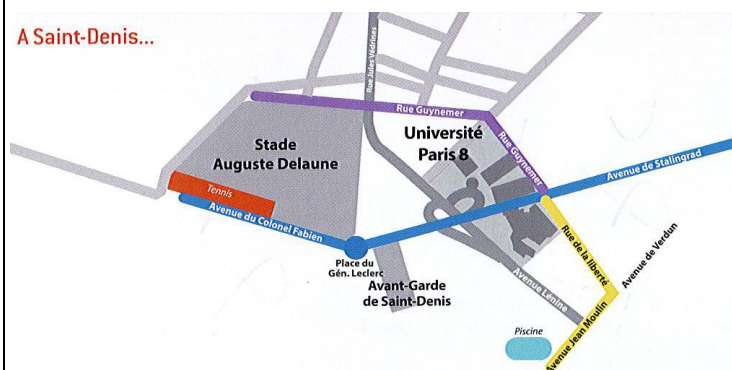
STADE AUGUSTE DELAUNE SAINT-DENIS

9 avenue Roger Sémat (à 500m de l'université)

GYMNASE LA PLAINE

13 rue du Général Guillaumat 75015 Paris

Métro porte de Versailles



Renseignements et inscriptions possibles à <https://appscol.univ-paris8.fr/suapsEtudiant/>

Rejoignez-nous sur [facebook/Suapsparis8](https://www.facebook.com/Suapsparis8)