

# SERVICE UNIVERSITAIRE DES ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES UM1

**PROGRAMME 2012/2013**

révisé le  
17/07/2012

CONDITIONS D'ACCES:  
OPTION SPORT:

Les cours de la liste ci-dessous sont accessibles à TOUS les étudiants de l'UM1 munis de leur carte d'étudiant émise par le S.U.A.P.S.  
ATTENTION : Seuls les cours assurés par un enseignant de l'UM1 (nom surligné) permettant de valider la pratique physique obligatoire



	NIVEAUX	LIEUX	JOURS	HEURES	ENSEIGNANT	ETUD		
ABDOS FESSIERS STRETCHING + L.I.A.	tous niveaux	RICHTER	mardi	18h/18h45	M. GARCIA	vis		
			mercredi	18h45/19h30				
		P.U.S	mardi (L.I.A.)	19h30/20h30				
			jeudi	18h/19h	M. BÉTONTE	inter U		
			jeudi	20h/21h				
AIKIDO	tous niveaux	CSU combats	mardi	19h/20h30	Vacance	inter U		
			vendredi	19h/20h30	Vacance			
ATHLETISME	entrainement	P.U.S	lundi	18h/20h				
		Phillippidès	mercredi	18h/20h	C. BELMONTÉ	inter U		
			mardi	12h/14h				
			jeudi	12h/14h				
BADMINTON	tous niveaux	CSU Bulle	lundi	11h45/13h45	N. BELMONTÉ	Personnel		
			mardi	12h/14h				
			mardi	16h/17h30	B. TICHE	inter U		
		mardi	17h30/19h					
		vendredi	13h30/15h	D. VERDELANI	inter U			
		vendredi	15h/16h30/18h					
		P.U.S	mardi	18h/19h30/21h	N. BELMONTÉ	vis		
			jeudi	18h/19h30/21h				
BASKET-BALL	tous niveaux confirmés	Gymn Olympie	lundi	12h/14h				
	tous niveaux	P.U.S	mercredi	18h30/21h	N. VIERNE	vis		
		Gymn Olympie	jeudi	18h30/21h				
BOXE Anglaise	tous niveaux	CSU combats	mercredi	19h/20h30/22h	M. VANDERBEEK	inter U		
				horaire à venir				
BOXE Française	tous niveaux	CSU combats	lund/jeud	19h/20h30	M. GÉRARD	inter U		
CONDITION PHYSIQUE	tous niveaux	CSU combats	lundi	12h/14h	C. CHAIX	inter U		
		CSU combats	mercredi	12h/13h30	B. SAKAZIS			
DANSE Modern'jazz	tous niveaux	P.U.S	samedi	11h/12h	M. PÉREZ	inter U		
DANSE Rock'n'roll	débutants	P.U.S	mardi	18h/19h		inter U		
	intermediaires		mardi	19h/20h	F. ASSIE	vis		
	confirmés		mardi	20h/21h				
	entrainement		mardi	21h/22h				
DANSE Salsa	debutants confirmés	RICHTER	mercredi	18h/19h	D. KOHEDA	vis		
			mercredi	19h/20h				
ESCALADE	débutants	ODYSSEUM	jeudi	10h/12h	TY. CASSAN	vis		
			mardi	10h/12h				
FITNESS	tous niveaux	RICHTER	Lundi	18h00/19h00	M. GARCIA	vis		
			lundi	19h00/20h00				
				P.U.S	lundi	20h00/21h00/22h00	E. DOUMAYROU	vis
					mercredi	18h/19h20h/21h00/22h	E. DOUMAYROU	inter U
				Pharmacie	jeudi	19h/20h	M. BÉTONTE	inter U
			mardi	12h00/13h00h/14h00	E. DOUMAYROU	vis		
GOLF	pract/parcours réservé aux étudiants	golf massane	mercredi	9h/14h				
	initiation	PHARMACIE	mardi	12h/14h	N. BELMONTÉ	vis		
			jeudi	12h/14h				
GYMNASTIQUE SPORTIVE	tous niveaux	P.U.S	samedi	10/12h	S. GARDIN	inter U		
HAND-BALL	filles	P.U.S	mercredi	18h/20h				
	garçons		lundi	18h/20h	TY. CASSAN	vis		
JUDO	tous niveaux	P.U.S	lundi	20h/22h	TY. CASSAN	inter U		
			mercredi	21h30/23h				
KARATE	tous niveaux	CSU combats	lundi	20h30/22h		inter U		
			vendredi	20h30/22h				
MUSCULATION PREPARATION ET ENTRETIEN PHYSIQUE	filles	C.S.U. A	mardi	12h/14h	C. CHAIX	inter U		
			jeudi	12h/14h	B. TICHE	inter U		
	mixte	RICHTER	lundi	13h/18h				
			mardi	12h/18h				
			mercredi	13h/18h	PROFS U1			
			jeudi	13h/18h				
			vendredi	13h/16h				
			lundi	18h/20h				
			mardi	18h/20h				
			mercredi	18h/20h				
			jeudi	18/20h				
			lundi	10h/12h	S. DOUMAYROU			
	mixte	Pharmacie	lundi	12h/14h	E. DOUMAYROU	vis		
			lundi	14h/17h	C. BELMONTÉ			
			lundi	17h/20h	C. BELMONTÉ			
			mardi	10h/12h	C. BELMONTÉ			
			mardi	14h/17h	E. DOUMAYROU			
			mardi	17h/19h	S. DOUMAYROU			
			mercredi	10h/12h	E. DOUMAYROU			
			mercredi	14h/18h30	B. TICHE			
jeudi	9h/12h	C. BELMONTÉ						
pôle U1	P.U.S	jeudi	12h/14h	S. DOUMAYROU				
		jeudi	14h/16h30	C. DELAPLACE				
		lundi	20h/22h	C. BELMONTÉ	pôle vis			
		mercredi	20h/22h					
			vendredi	18h/20h				
Natation	moyens nageurs	Piscine C.S.U	lundi	17h/18h/19h	T. ROUDEL			
			vendredi	16h/17h/19h				
	bons et très bons nageurs		mardi	12h à 14h	C. DELAPLACE			
			jeudi	12h à 14h	C. DELAPLACE			
	tous niveaux		mercredi	14h/15h/16h	C. CHAIX	inter U		
			jeudi	17h à 19h	C. DELAPLACE			
			samedi	9h/10h/11h/12h	T. ROUDEL			
RUGBY XV masculin	tous niveaux compétition	Du Manoir Pic St Ioup	lundi	20h/22h	S. DOUMAYROU	vis		
			jeudi	18h/21h				
RUGBY féminin	tous niveaux	Veyrassi	lundi	18h00/20h00	S. DOUMAYROU	inter U		
STEP	tous niveaux	RICHTER	jeudi	18h/19h00	M. GARCIA	vis		
		P.U.S	jeudi	19h00/20h00				
			jeudi	21h/22h	M. BÉTONTE	inter U		
TAE KWON DO	tous niveaux	CSU combats	mardi	20h30/22h00	Vacance	inter U		
	tous niveaux		vendredi	18h00/20h00	Vacance			
	tous niveaux	P.U.S	samedi	18h00/20h00	Vacance	vis		
TENNIS	classés	Pharmacie	lundi	18h/20h				
	tous niveaux		mardi	14h/16h	N. BELMONTÉ	inter U		
	tous niveaux		jeudi	14h/16h				
	tous niveaux		jeudi	16h/18h				
TENNIS DE TABLE	tous niveaux	Gymn Achille	mardi	12h/14h	N. BELMONTÉ	inter U		
VOLLEY-BALL	tous niveaux	P.U.S	lundi	18h/20h	C. DOUMAYROU	vis		
		P.U.S	mardi	18h/20h	B. TICHE			
		P.U.S	mardi	20h/22h	C. DELAPLACE	vis		
		C.S.U. C&B	mercredi	19h/21h				
		C.S.U. B / P.U.S	jeudi	12h/14h	E. DOUMAYROU	inter U		
		P.U.S	jeudi	18h30/20h30	B. TICHE			



Ce programme n'est pas définitif il est susceptible de changer pendant l'année