UNIVERSITÉ D'ARTOIS

PLANNING SEMESTRE 2 - 2023/2024

Reprise des activités le 15 Janvier 2024

SITE DE : ARRAS

Les séances indiquées "ETUDIANTS" sont accessibles aux étudiants et personnels.
Les séances indiquées "PERSONNELS" sont exclusivement réservées aux personnels.

JOUR	HORAIRE DE DEBUT	HORAIRE DE FIN	ACTIVITE	LIEU	INTERVENANT	Type de créneau	REMARQUE	DUREE
LUNDI	12:15	13:45	BASKET	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	MEUNIER Sophie	ETUDIANTS		1:30
LUNDI	17:00	18:30	FUTSAL	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	JOLIVEL Frédéric	ETUDIANTS		1:30
LUNDI	17:00	18:30	HIIT ET STRETCHING	Salle de danse Bâtiment 0	COLIN Justine	ETUDIANTS		1:30
LUNDI	17:00	18:30	MUSCULATION	Salle de musculation Bâtiment 0	GAYET Sébastien	ETUDIANTS		1:30
LUNDI	18:30	20:00	DANSE	Salle de danse Bâtiment 0	COLIN Justine	ETUDIANTS		1:30
LUNDI	18:30	20:00	MUSCULATION	Salle de musculation Bâtiment 0	GAYET Sébastien	ETUDIANTS		1:30
LUNDI	18:30	20:00	BADMINTON	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	JOLIVEL Frédéric	ETUDIANTS		1:30
MARDI	12:15	13:15	RENFORCEMENT MUSCULAIRE (+ cardio)	Salle de musculation et/ou Salle de danse Bâtiment 0	COGEZ Samuel	PERSONNELS		1:00
MARDI	16:30	17:15	NATATION	Piscine Desbin	ROGER Geoffrey	ETUDIANTS	Reprise des cours le 30/01. Rdv 16H15 (devant la piscine Desbin)	0:45
MARDI	17:00	18:00	BODY SCULPT	Salle de danse Bâtiment 0	BOUCHART Dylan	ETUDIANTS		1:00
MARDI	17:00	18:30	SELF DEFENSE	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	GAYET Sébastien	ETUDIANTS	Dans le gymnase avec G. Roger (VB)	1:30
MARDI	17:00	18:15	MUSCULATION	Salle de musculation Bâtiment 0	CARTON Annie	ETUDIANTS		1:15
MARDI	17:30	18:30	VOLLEY BALL	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	ROGER Geoffrey	ETUDIANTS	Dans le gymnase avec S. Gayet (self défense)	1:00
MARDI	18:00	19:00	BODY TRAINING	Salle de danse Bâtiment 0	BOUCHART Dylan	ETUDIANTS		1:00
MARDI	18:15	19:30	MUSCULATION	Salle de musculation Bâtiment 0	CARTON Annie	ETUDIANTS		1:15

MARDI	18:30	20:00	BADMINTON	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	GAYET Sébastien	ETUDIANTS		1:30
MARDI	19:00	20:00	SPINNING	Salle de danse Bâtiment 0	BOUCHART Dylan	ETUDIANTS		1:00
MERCREDI	11:30	13:00	MUSCULATION	Salle de musculation Bâtiment 0	COGEZ Samuel	ETUDIANTS		1:30
MERCREDI	12:45	13:45	TAI CHI	Salle de danse Bâtiment 0	XU Meng	ETUDIANTS	pas de séance les 7, 14 et 21 février	0:00
MERCREDI	17:00	18:30	MUSCULATION SANTE (activité d'entretien)	Salle de musculation Bâtiment 0	ROBBE Sylvain	ETUDIANTS		1:30
MERCREDI	17:00	18:30	BASKET	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	MEUNIER Sophie	ETUDIANTS		1:30
MERCREDI	17:30	19:00	COURSE NATURE / TRAIL	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	DINGREVILLE Marie	ETUDIANTS	RDV devant le gymnase	1:30
MERCREDI	18:30	20:00	FUTSAL	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	ROBBE Sylvain	ETUDIANTS		1:30
MERCREDI	19:00	20:00	RELAXATION	Salle rose - Bâtiment M	DOS Christelle	ETUDIANTS		1:00
JEUDI	10:00	11:00	MUSCULATION	Salle de musculation Bâtiment 0	BLONDEAU Christine	ETUDIANTS		1:00
JEUDI	11:00	12:00	TENNIS	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	BLONDEAU Christine	ETUDIANTS		1:00
JEUDI	12:00	13:30	PILATES JOGGING	Salle de danse Bâtiment 0	DINGREVILLE Marie	ETUDIANTS		1:30
JEUDI	12:15	13:00	TENNIS	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	BLONDEAU Christine	PERSONNELS		0:45
JEUDI	18:30	20:00	GESTION DU STRESS ET DES ÉMOTIONS	Salle rose - Bâtiment M	DOS Christelle	ETUDIANTS		1:30
JEUDI	13:00	14:00	TENNIS DE TABLE	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	BLONDEAU Christine	ETUDIANTS		1:00
JEUDI	14:00	15:00	TENNIS DE TABLE	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	BLONDEAU Christine	ETUDIANTS		1:00
JEUDI	15:00	16:00	TENNIS	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	BLONDEAU Christine	ETUDIANTS		1:00
JEUDI	16:00	17:30	VOLLEYBALL	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	JOSPIN Luc	ETUDIANTS		1:30
JEUDI	16:30	19:00	ACTIVITES NAUTIQUES	Base Nautique de Saint Laurent Blangy	intervenant de la base nautique	ETUDIANTS	Paddle-Canoe-Kayak du 21/03 au 18/04 (5 séances)	2:30
JEUDI	17:30	18:30	MUSCULATION	Salle de musculation Bâtiment 0	BLONDEAU Christine	ETUDIANTS		1:00
JEUDI	17:30	19:00	BADMINTON	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	ROGER Geoffrey	ETUDIANTS		1:30
JEUDI	17:30	18:30	CARDIO FITNESS	Salle de danse Bâtiment 0	ROBART Benjamin	ETUDIANTS		1:00
JEUDI	18:30	19:30	RENFORCEMENT MUSCULAIRE	Salle de danse Bâtiment 0	ROBART Benjamin	ETUDIANTS		1:00
JEUDI	18:30	19:30	MUSCULATION	Salle de musculation Bâtiment 0	BLONDEAU Christine	ETUDIANTS		1:00
JEUDI	19:00	20:00	BADMINTON	Gymnase Université d'Artois Bâtiment 0	ROGER Geoffrey	ETUDIANTS		1:00
VENDREDI	12:00	13:30	MUSCULATION	Salle de musculation Bâtiment 0	SWITALA Emmanuel	ETUDIANTS		1:30
VENDREDI	12:30	14:00	SOPHROLOGIE	Salle rose -Bâtiment M	FREZIER Hélène	ETUDIANTS		1:30
SAMEDI	9:30	12:30	RANDONNÉE / MARCHE NORDIQUE	Départ du gymnase d'Arras	JUSKOWIAK Hugo	ETUDIANTS	Samedi 16 mars 2024 : UA – Neuville – Vitasse – 11,2km (75m D+) Départ : Parking de l'Université d'Artois (gymnase). Dates supplémentaires en avril selon effectifs en mars Samedi 23 mars 2024 : UA – Agny – 12,5 km (60m D+) Départ : Parking de l'Université d'Artois (gymnase). Samedi 30 mars 2024 : UA – Scarpe – 13,3km (60m de D+) Départ : Parking de l'Université d'Artois (gymnase).	3:00