



**SITE DE : LENS**  
**PLANNING SEMESTRE 2 - 2025/2026**

Inscription à partir du 7 Janvier sur l'ENT, reprise des activités le 12 Janvier 2026

*\*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            | 13:15          | STRETCHING - RENFORCEMENT MUSCULAIRE | IUT Lens - salle 02SE                                            | Reynald RAPICAULT        | PERSONNELS       |          | 01:00 |
| LUNDI | 16:00            | 17:00          | PILATE - STRETCHING                  | Faculté des Sciences Jean Perrin<br>Bât B, salle 3ème étage CRIL | Mickael DHEDIN           | ETUDIANTS        |          | 01:00 |
| LUNDI | 17:30            | 19:30          | TENNIS DE TABLE                      | Lycée Saint Paul - Salle de sport Limousin                       | Loic DIETRICH            | ETUDIANTS        |          | 02:00 |
| LUNDI | 17:30            | 19:30          | ESCALADE                             | Lycée Saint Paul - Salle de sport Limousin                       | Jean-Christophe DELPORTE | ETUDIANTS        |          | 02:00 |
| LUNDI | 18:15            | 19:45          | PÉTANQUE                             | Boulodrome Halle Fauquette                                       | Renaud WILSON            | ETUDIANTS        |          | 01:30 |
| MARDI | 12:15            | 13:15          | PILATE débutant                      | IUT Lens - salle 02SE                                            | Reynald RAPICAULT        | ETUDIANTS        |          | 01:00 |
| MARDI | 17:30            | 18:30          | RENFORCEMENT MUSCULAIRE              | Faculté des Sciences Jean Perrin<br>Bât B, salle 3ème étage CRIL | Mickael DHEDIN           | ETUDIANTS        |          | 01:00 |
| MARDI | 18:00            | 19:30          | BADMINTON                            | Gymnase Jean Jaurès - grande salle                               | Jean-Christophe DELPORTE | ETUDIANTS        |          | 01:30 |
| MARDI | 18:00            | 20:00          | FUTSAL                               | Stade Léo Lagrange - halle Coubertin                             | Olivier LAGUILLAUMIE     | ETUDIANTS        |          | 02:00 |
| MARDI | 18:30            | 20:30          | VOLLEY-BALL                          | Lycée Saint Paul - Salle de sport Limousin                       | Loic DIETRICH            | ETUDIANTS        |          | 02:00 |

|          |       |       |                                         |                                                                  |                          |            |                                                       |       |
|----------|-------|-------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------|------------|-------------------------------------------------------|-------|
| MERCREDI | 12:00 | 13:30 | Badminton                               | Collège Jean Zay - nouvelle salle                                | Caroline LEROY           | ETUDIANTS  |                                                       | 01:30 |
| MERCREDI | 17:00 | 18:30 | SELF DEFENSE                            | Faculté des Sciences Jean Perrin<br>Bât B, salle 3ème étage CRIL | Vincent DASSONVILLE      | ETUDIANTS  |                                                       | 01:30 |
| JEUDI    | 12:15 | 13:30 | PILATE/FITNESS                          | Faculté des Sciences Jean Perrin<br>Bât B, salle 3ème étage CRIL | Amélie PENNEL            | PERSONNELS |                                                       | 01:15 |
| JEUDI    | 12:30 | 14:00 | FUTSAL                                  | Gymnase Hochman - grande salle                                   | Guillaume LIEVRE         | ETUDIANTS  |                                                       | 01:30 |
| JEUDI    | 13:00 | 14:00 | TAI CHI                                 | IUT Lens - salle 02SE ou jardin de l'IUT                         | Tienté HSU               | PERSONNELS |                                                       | 01:00 |
| JEUDI    | 16:00 | 18:00 | TENNIS                                  | Club de tennis - Halle Fauquette                                 | Antoine BAUDRILLARD      | ETUDIANTS  |                                                       | 02:00 |
| JEUDI    | 17:30 | 19:00 | RUNNING - PREPARATION PHYSIQUE GENERALE | Faculté des Sciences Jean Perrin<br>Bât B, salle 3ème étage CRIL | Guillaume LIEVRE         | ETUDIANTS  |                                                       | 01:30 |
| JEUDI    | 18:00 | 19:30 | BADMINTON                               | Lycée Saint Paul - Salle de sport Limousin                       | Jean-Christophe DELPORTE | ETUDIANTS  |                                                       | 01:30 |
| JEUDI    | 18:15 | 19:30 | YOGA                                    | IUT Lens - salle 02SE                                            | Amélie PENNEL            | ETUDIANTS  |                                                       | 01:15 |
| VENDREDI | 16:30 | 18:00 | NATATION                                | Centre Aqualens - bassin d'apprentissage                         | Muriel SURRANS           | ETUDIANTS  | A COMPTER DU 23 JANVIER<br>BONNET DE BAIN OBLIGATOIRE | 01:30 |
| SAMEDI   | 09:30 | 12:00 | RANDONNÉE / MARCHE NORDIQUE             | Planning ci-dessous                                              | Hugo JUSKOWIAK           | ETUDIANTS  |                                                       | 2:00  |

Programmation des randonnées 2025-2026 (Second Semestre) SUAPS  
Samedi Matin, 9h30-12h00.

**Samedi 17 janvier 2026** : Terrils des Pinchonvalles – 11,2 km (190m de D+)  
Départ : Parking de la Faculté des Sports de Liévin, Rue Maurice Garin, Angres.

**Samedi 24 janvier 2026** : Villers-au-Bois – 14 km (150m de D+)  
Départ : 1 rue du chantier (près des pompiers), Villers-au-Bois.

**Samedi 31 janvier 2026** : Gouy-sous-Bellonne – 13 km (110m de D+)  
Départ : Rue de l’église (se garer face à l’église), Gouy-sous-Bellonne.

**Samedi 07 février 2026** : Pas de randonnée. JPO Université d’Artois

**Samedi 14 février 2026** : Hamel – 12 km (40m de D+)  
Départ : Rue Georges Marquet (Face au cimetière), Hamel.

**Samedi 07 mars 2026** : Neuville-Vitasse – 10,5km (80m de D+)  
Départ : Grand Rue (Parking de la mairie). Neuville-Vitasse.

**Samedi 14 mars 2026** : Souchez / Vimy – 12 km (220m de D+)  
Départ : Parking du mémorial départemental, rue Carnot, Souchez.

**Samedi 21 mars 2026** : Willerval – 12,5 km (110m de D+)  
Départ : Place de la mairie, Grand Rue, Willerval.



**Samedi 28 mars 2026** : Aix-Noulette – 11,5 km (200m de D+)  
Départ : Parking au croisement de la Rue du bois et Grande Ruelle, Aix-noulette.

**Samedi 04 avril 2026** : Gouves – 10km (90m de D+)  
Départ : Place de l'église, Gouves.

**Samedi 11 avril 2026** : Roeux – 15 km (100m de D+)  
Départ : Parking de la Mairie, rue de la Mairie (face à la boulangerie), Roeux.

**Samedi 02 mai 2026** : Wancourt – 11km (100m de D+)  
Départ : Rue d'Alsace (Parking de la mairie / église), Wancourt.