

**PLANNING DES ACTIVITES
CAMPUS DE VILLETANEUSE
2024-2025**



ACTIVITES SPORTIVES	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
ABDOS FESSIERS		Salle de danse 12h-13h30 Lobna. B		Salle multisports 18h-19h Issam. A k		
ALIMENTATION NUTRITION				Salle multisports 14h45-15h15 Iman.M		
CARDIO FIT				Salle de danse 12h00-13h30 Willy. G		
CROSS FIT / CROSS TRAINING	Salle multisports 17h15-18h45 Christopher. F		Salle multisports 16H-17H Iman. M			
CONFIANCE EN SOI	Salle de danse 12h00-12h30 Iman. M					
FITNESS BOXE				Salle multisports 17h -18h Issam. A k		
FITNESS					Salle de danse 12h-13h30 Lobna. B	
GESTION DU STRESS			Salle multisports 13h45-15h15 Sylvie. C			
MEDITATION			Salle de danse 14h15-15h15 Iman. M			
PILATES	Salle multisports 12h15-13h45 Débutants Sylvie. C	Salle multisports 17H15-18H45 Confirmés Sylvie. C	Salle de danse 17h-18h Iman. M	Salle multisports 12h15-13h45 Tous Niveaux Sylvie. C		
RELAXATION EXPRESS		Salle multisports 12h-12h30 Iman. M	Salle de danse 13h45-14h15 Iman. M	Salle dojo 12h00-12h30 Iman. M		
STRETCHING RELAXATION	Salle de danse 12h30-13h30 Iman. M					
SOPHROLOGIE	Salle dojo 17h15-18h45 Tout Public Sylvie. C					
SPORT SANTE				Salle multisports 13h45-14h45 Iman.M		
SHIATSU			Salle multisports 12h15-13h45 Sylvie. C			
STEP-FIT / STEP			Salle de danse 15h30-17h Lobna. B	Salle de danse 17h-18h Nacera. B		
STEP MOBILITE				Salle de danse 18h00-19h00 Nacera. B		
YOGA		Salle multisports 12h30-13h30 Iman.M	Salle de danse 18h-19h Iman.M		Salle multisports 17h15- 18h30 Stéphane. R	Salle multisports 11h- 12h Stéphane. R
			Salle musculation			
			10h15-11h45 Personnel USPN			
	12h00-13h30 Aurélien. M	12h00-13h30 Ludovic. R-M	12h00-13h30 Kévin. J	12h00-13h30 Ludovic. R-M	12h00-13h30 Kévin. J	10h15-11h45
MUSCULATION ENCADREE			13h45-15h15 Lobna . B			12h00-13h30
			15h30-17h00 Aurélien. M	16h-17h00 Personnel USPN	16h-17h00 Personnel USPN	13h30-14h45 Lobna . B
	17h00-18h30 Ludovic. R-M	17h00-18h30 Laurine. M	17h00-18h30 Laurine. M	17h00-18h30 Laurine. M	17h00-18h30 Rafael. G	

FORME / BIEN ÊTRE

**PLANNING DES ACTIVITES
CAMPUS DE VILLETANEUSE
2024-2025**



ACTIVITES SPORTIVES	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	
PLEIN-AIR	Salle d'escalade						
	ESCALADE	12h00-13h30 Christopher. F	12h00-13h30 Iman. M 13h30-15h Kévin. J	12h00-13h30 Christopher. F			
	Golf de Domont						
	GOLF				8h30 - 12h (départ 8h30 au DAPS) RDV sur place 09h15 Golf Domont Rafael G./Ludovic. R	9h15 - 12h RDV au Golf Domont Ludovic. R	
	Départ Complexe sportif de Villetaneuse						
	MARCHE NORDIQUE					12h-13h30 Sory. D	
	Centre nautique municipal Marlène Pératou (Aubervilliers)						
	PLONGEE Nage avec palme			19h30-21h D. Bascle			
	Terrain extérieur Villetaneuse						
	PETANQUE	12h-13h30	12h-13h30	12h-13h30	12h-13h30	12h-13h30	
ARTISTIQUE	Départ Complexe sportif de Villetaneuse						
	VELO	12h-13h30 Confirmés Kévin. J	12h-13h30 Débutants Kévin. J				
	DANCEHALL					Salle multisports 12h00-13h30 Queensy. B	
	HIP HOP	Salle de danse 17h30-19h Lionel.					
SALSA			Salle de danse 12h15-13h45 Pierrick. V	Salle de danse 13h30-15h Pierrick. V			
SPORT COLLECTIF	Gymnase Rouge Gymnase bleue		Gymnase Rouge	Gymnase Rouge Gymnase bleue	Gymnase Rouge Gymnase bleue	Gymnase Rouge Gymnase bleue	
	BASKET-BALL	12h00-13h30 Ludovic. R-M	17h00-18h30 Lobna. B	Gymnase Rouge Gymnase bleue 18h30-20h00 FFSU Mixte Lobna. B	Après-midi FFSU Lobna. B	17h00-18h30 Lobna. B	
	Stade B. Lama-Villetaneuse						
	FOOTBALL	12h00-13h30 FFSU + UE Bruno. N				Après-midi FFSU Compétition Bruno. N	
	Gymnase bleue						
	HAND-BALL	17h00-18h30 FFSU Kévin. J					
	Gymnase bleue						
FUTSAL	18h45-20h15 Anthony. P	10h15-11h45 12h00-13h30 Bruno. N	10h15-11h45 12h00-13h30 Bruno. N	Après-midi FFSU Compétition	13h45-15h00 (LLSHS) Bruno. N		
Gymnase Rouge / Gymnase bleue							
VOLLEY-BALL	Gymnase bleue 17h00-18h30 18h30-20h00 FFSU Vincent. L		12h-13h30 LLSHS & KH 13h45-15h15 Vincent. L	Après-midi FFSU Vincent. L			

**PLANNING DES ACTIVITES
CAMPUS DE VILLETANEUSE
2024-2025**



ACTIVITES SPORTIVES	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
PERFORMANCES	Stade Léo Lagrange Bondy					
	ATHLETISME				13h30-15h30 Entraînement/Compétition FFSU M. Chevalier	
	Piscine La Baleine - Saint-Denis					
NATATION		12h-13h30 Nageurs Vincent. L		12h-13h30 Non-Nageurs Kévin. J		
RAQUETTE	Salle Lilian Thuram - Gymnase Rouge					
	BADMINTON	17h-18h30 Anthony. P	18h45-20h15 Sylvie. C		Après-midi FFSU Compétition	
	Gymnase bleue et Gymnase Rouge					
	TENNIS				12h00-13h30 Stéphane. A Après-midi FFSU - Compétition V. Mathias	
TENNIS DE TABLE		17h00-18h30 Anthony. P		Après-midi FFSU Compétition V. Mathias		
COMBAT	BOXE FRANCAISE				Salle multisports 15h30-17h00 Iman. M	
	BOXE ANGLAISE			Salle dojo 13h45-15h15 Christopher. F		
	CARDIO BOXING				Salle dojo 12h30-13h30 Iman. M	
	JUJITSU		Salle dojo 12h00-13h30 Frédéric. S		Salle dojo 17h00-18h30 Frédéric. S	
	KICK BOXING	Salle dojo 12h00-13h30 Christopher. F		Salle dojo 15h30-17h00 Christopher. F	Salle dojo Après-midi FFSU Compétition Christopher. F	
	TAEKWONDO			Salle dojo 12h00-13h30 Christopher. F		
	MMA					Salle dojo 12h00-13h30 Willy. G



ACTIVITES SPORTIVES	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	
FORME / BIEN ÊTRE	ABDO-FESSIERS		Salle de Danse, Batiment Illustration 12h00-13h30 Youcef. R			
	CROSSFIT			Salle Musculation, Batiment Illustration 13h30-14h30 Lylia. J		
	FITNESS	Gymnase Chaufferie 12h00-13h30 Dominique. D				
	GESTION DE STRESS			Salle de Danse, Batiment Illustration 17h15-18h45 18h45-20h15 Marie-Joelle. P		
	MUSCULATION	12h00-13h30 13h30-15h00 Florian. P	12h00-13h30 Iban. D	Salle Musculation, Batiment Illustration 12h00-13h30 Personnel USPN 17h15-18h45 Charlie. S	12h00-13h30 Loic. B (S1) Florian. L (S2)	12h00-13h30 Personnel USPN 17h30-19h00 Nacéra. B
	STEP	Salle de Danse, Batiment Illustration 17h15-18h15 Clara. S			Salle de Danse, Batiment Illustration 12h30-13h30 Lylia. J	
	YOGA			Dojo, Batiment Illustration 17h00-18h00 18h00-19h00 Alexandre. H		
RAQUETTE	BADMINTON			Gymnase illustration, Batiment illustration 17h30-20h00 Lionel. R	15h30-17h00 Florian. P	
	TENNIS	Courts Arthur Ashe, Ville de Bobigny 14h00-16h00 Dominique. D			Courts Arthur Ashe, Ville de Bobigny 12h00-14h00 Dominique. D	
	TENNIS DE TABLE			Gymnase illustration, Batiment illustration 17h00-18h30 Veronique. M		
	ACCROGYM AGRES		Gymnase Chaufferie 17h30-19h Christophe. M			
SPORT COLLECTIF	DANSE	Salle de Danse, Batiment Illustration 18h15-19h45 Clara. S				
	BASKET-BALL			Gymnase illustration, Batiment illustration 18h30-20h00 (FILLES) 20h00-21h30 (GARCONS) Vincent. L		
	FUTSAL		Gymnase illustration, Batiment illustration 12h00-13h30 (GARCONS) Florian. P		Gymnase illustration, Batiment illustration 12h00-13h30 (FILLES) 17h30-19h00 Florian. P 19h-20h30 Erwin. E	
	RUGBY	Stade de la Motte, Ville de Bobigny 18h30-20h30 (FILLES) Benoit. T 18h30-20h30 (GARCONS) Florian. P			Stade interdepartemental Ville de Bobigny 14h00-17h00 Entrainement FFSU Compétition FFSU Florian. P	
	VOLLEY-BALL	Gymnase illustration, Batiment illustration 18h00-19h30 Alexandre. H			Gymnase Marcel Cachin, Ville de Bobigny 14h00-16h00 Entrainement FFSU Compétition FFSU Francois. O.	
PLEIN NATURE	ESCALADE		Gymnase illustration, Batiment illustration 18h45-20h15 Guillaume. L		Gymnase illustration, Batiment illustration 18h45-20h15 Guillaume. L Daily Golf, Ville de Rosny-sous-Bois 14h30-17h30 Dominique. D	
	GOLF (contactez le DAPS Bobigny)					
	PLONGEE Subaquatique/Nage avec palmes			Centre Nautique Marlene Perratou, Ville d'Aubervilliers 19h30-21h00 Dominique. B		

* Accueil Handisport (renseignement au DAPS)

RETROUVEZ LES PLANS D'ACCES AUX INSTALLATIONS SPORTIVES SUR : www.univ-spn.fr/sport/



ACTIVITES SPORTIVES		Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
FORME / BIEN ÊTRE	CROSS TRAINING		Salle Lutte, Gymnase Maurice Baquet Ville de Saint-Denis 12h30-13h45 Aurelien. M		Salle Lutte, Gymnase Maurice Baquet Ville de Saint-Denis 12h15-13h30 Aurelien. M	
	FITNESS		Salle Lutte, Gymnase Maurice Baquet Ville de Saint-Denis 12h15-13h30 Willy. G		Salle Lutte, Gymnase Maurice Baquet Ville de Saint-Denis 12h15-13h30 Claire. M	Salle A201, IUT Saint-Denis 12h15-13h30 Claire. M
	GYM DOUCE PILATES*		Salle A201, IUT Saint-Denis 12h15-13h45 Sylvie. C			
	YOGA				Salle A201, IUT Saint-Denis 12h15-13h15 Stéphane. R	
RAQUETTE	BADMINTON				Salle compétition, Gymnase Maurice Baquet Ville de Saint-Denis 12h30-13h45 Adrien. B	
	TENNIS DE TABLE		Gymnase "La Raquette" Ville de Saint-Denis 12h00-13h30 Julien. S			
COLLE	FUTSAL		Salle compétition, Gymnase Maurice Baquet Ville de Saint-Denis 12h30-13h45 Marin. C		Salle compétition, Gymnase Maurice Baquet Ville de Saint-Denis 13h45-15h15 Jonathan. B	
	NATATION		Piscine la Baleine, Ville Saint-Denis 12h00-13h30 Nageurs Vincent. L		Piscine la Baleine, Ville Saint-Denis 12h15-13h45 Non-Nageurs Kevin. J	
AQUATIQUE	PLONGEE Subaquatique/Nage avec palmes			Centre Nautique Marlene Perratou Ville d'Aubervilliers 19h30-21h00 Dominique. B		
FFSU	COMPETITION UNIVERSITAIRE (AS USPN) Badminton, Basket-ball, Escalade, Foot, Futsal, Rugby, Sports de combat, Tennis, etc.	Voir bureau des Sports IUT "sport.iutsd@univ-paris13.fr"			Compétition FFSU Après-midi	

* Accueil Handisport (renseignement au DAPS)

RETROUVEZ LES PLANS D'ACCES AUX INSTALLATIONS SPORTIVES SUR : www.univ-spn.fr/sport/