

possible
en UEO, option
ou non noté

uniquement
en pratique
non-noté

SUAPS - 2024-25

service universitaires des activités physiques et sportives

Le Mans
Université

*lieu hors
campus

niveau débutant

niveau amélioration

niveau perfectionnement

| ATHLETISME | | |
|------------|-----------|--------------------|
| lundi | 18h30-20h | piste d'athlétisme |
| mercredi | 17h30-19h | » |

| AQUATRADING * | | |
|---------------|---------|-----------------|
| mardi | 20h-21h | piscine arriers |

| BADMINTON | | |
|-----------|-------------|----------------|
| lundi | 12h15-13h45 | gymnase du bas |
| lundi | 17h45-19h15 | » |
| lundi | 19h15-20h45 | » |
| mardi | 12h15-13h45 | » |
| mercredi | 12h15-13h45 | » |
| mercredi | 17h-18h30 | » |
| jeudi | 14h-15h30 | » |
| jeudi | 17h30-19h | » |
| jeudi | 19h-20h30 | » |
| vendredi | 14h-15h30 | » |

| BASKET | | |
|----------|-----------|--------------|
| mardi | 18h30-20h | halle Gaubin |
| mardi | 20h-21h30 | » |
| mercredi | 18h30-20h | » |
| mercredi | 20h-21h30 | » |

| BOXE FRANCAISE | | |
|----------------|-----------|----------------|
| jeudi | 17h30-19h | gymnase du bas |
| jeudi | 19h-20h30 | » |

| CIRCUIT CARDIO FITNESS | | |
|------------------------|-------------|--------------|
| mardi | 17h30-18h45 | salle combat |
| mercredi | 19h15-20h15 | » |
| jeudi | 12h15-13h30 | » |

| COURSE A PIED | | |
|---------------|-------------|--------------------|
| mardi | 12h15-13h45 | secteur SUAPS |
| mardi | 18h-19h30 | piste d'athlétisme |
| jeudi | 18h-19h30 | » |

| DANSE MODERN-JAZZ | | |
|-------------------|-----------|----------------|
| jeudi | 18h30-20h | salle de danse |

| DANSE SALSA & BACHATA | | |
|-----------------------|-------------|----------------|
| lundi | 18h30-19h45 | salle de danse |

| DANSE STREET-JAZZ | | |
|-------------------|-----------|----------------|
| jeudi | 20h-21h30 | salle de danse |

| DANSE SWING | | |
|-------------|-------------|----------------|
| lundi | 20h00-21h15 | salle de danse |

| EQUITATION * (supplément) | | |
|---------------------------|--|-----------------|
| 20 séances à répartir | | étrier sarthois |

| ESCALADE | | |
|----------|-------------|------------------|
| mardi | 12h15-13h45 | salle d'escalade |
| mardi | 19h-20h30 | » |
| mardi | 20h30-22h | » |
| mercredi | 12h15-13h45 | » |
| mercredi | 18h-19h30 | » |
| mercredi | 19h30-21h | » |
| jeudi | 12h15-13h45 | » |
| jeudi | 16h-17h30 | » |
| jeudi | 17h30-19h | » |

| ESCRIME | | |
|----------|-----------|--------------|
| mercredi | 17h30-19h | gymnase ESPE |

| FOOTBALL | | |
|----------|-------------|---------------------|
| vendredi | 12h15-13h45 | synthétique Delaune |

| Formation Surveillant de baignade | | |
|-----------------------------------|-------------|---------------------|
| jeudi | 12h15-13h45 | piscine des arriers |

| FUTSAL | | |
|--------|-------------|--------------|
| lundi | 19h15-20h45 | halle Gaubin |
| lundi | 20h45-22h15 | » |
| jeudi | 15h30-17h00 | » |

| GOLF * (supplément pour les non-tico) | | |
|---------------------------------------|-------------|---------------|
| jeudi | 16h30-18h30 | golf de Sargé |

| HANDBALL | | |
|----------|-----------|--------------|
| jeudi | 17h-18h30 | halle Gaubin |
| jeudi | 18h30-20h | » |

| JUDO | | |
|-------|-----------|--------------|
| lundi | 18h-19h30 | salle combat |

| NATATION * | | |
|------------|-------------|------------------------------|
| lundi | 11h30-12h30 | piscine des arriers |
| lundi | 12h30-13h30 | arriers réservé au personnel |
| mardi | 20h-21h | piscine des arriers |
| mardi | 21h-22h | » |
| jeudi | 12h30-13h30 | piscine des arriers |

| PADEL - TENNIS | | |
|----------------|-----------|-------------|
| vendredi | 12h30-14h | Urban Padel |

| PARKOUR * | | |
|-----------|-------------|----------------------------|
| mercredi | 20h15-21h45 | salle de gymnastique Camus |

| PATIN A GLACE | | |
|---------------|-------------|-----------|
| jeudi | 17h30-18h30 | patinoire |

| PILATES | | |
|----------|-------------|----------------|
| mardi | 12h30-13h30 | salle de danse |
| mercredi | 12h30-13h30 | » |

| RENFO CARDIO MUSCULAIRE | | |
|-------------------------|-----------|------------------|
| lundi | 17h-18h30 | salle d'escalade |
| mardi | 19h30-21h | salle combat |
| jeudi | 16h-17h30 | » |

| RENFO CARDIO MUSCULAIRE | | |
|-------------------------|---------|--------------|
| mercredi | 18h-19h | salle combat |

| ROLLER FLOOR-BALL | | |
|-------------------|-------------|----------------|
| vendredi | 12h15-13h45 | gymnase du bas |

| ROLLER | | |
|--------|-------------|----------------|
| mardi | 17h40-19h10 | gymnase du bas |

| RUGBY | | |
|-------|-----------|-------------------------------------|
| mardi | 18h-19h30 | stade Delaune |
| jeudi | 18h30-20h | pratique mixte et spéciale féminine |

| SELF DEFENSE - KRAV MAGA | | |
|--------------------------|-----------|-----------------|
| jeudi | 17h30-19h | salle de combat |

| TAEKWONDO | | |
|-----------|-----------|-----------------|
| jeudi | 19h-20h30 | salle de combat |

| TENNIS | | |
|----------|-------------|--------------|
| mardi | 12h15-13h45 | halle Gaubin |
| mardi | 17h-18h30 | » |
| mercredi | 17h-18h30 | » |
| jeudi | 12h15-13h45 | » |
| jeudi | 13h45-15h15 | » |

| TENNIS DE TABLE | | |
|-----------------|-------------|----------------|
| lundi | 17h45-19h15 | gymnase du bas |
| lundi | 19h15-20h45 | » |

| TIR A L'ARC | | |
|-------------|-------------|--------------|
| lundi | 12h15-13h45 | halle Gaubin |
| lundi | 17h45-19h15 | » |
| mercredi | 12h15-13h45 | » |

| ULTIMATE | | |
|----------|-----------|-----------------------|
| jeudi | 16h30-18h | terrain de foot suaps |

| VELO-GRAVEL | | |
|-------------|-----------|---------------------|
| vendredi | 14h-15h30 | départ halle Gaubin |

| VOLLEY BALL | | |
|-------------|-------------|----------------|
| lundi | 20h45-22h15 | gymnase du bas |
| mardi | 20h45-22h15 | » |
| mercredi | 18h30-20h | » |
| mercredi | 20h-21h30 | » |
| jeudi | 12h15-13h45 | » |
| jeudi | 15h30-17h | » |

| YOGA | | |
|-------|-------------|----------------|
| mardi | 17h45-19h | salle de danse |
| mardi | 19h-20h15 | » |
| jeudi | 12h15-13h30 | » |

| YOGA | | |
|-------|-----------|----------------|
| jeudi | 17h-18h30 | salle de danse |

DATES EVENEMENTIELS

28 et 29/09 : week-end mer
16/10 : open hand à 5 sur 2 gymnases
14/11 : soirée escalade et volley fluo
du 7 au 10/01 : stage montagne massif central
3/04 : trail des boss campus et entreprises
27/04 : trail des boss 8 km et familles
à partir du 28/04 : planning fin de saison

tournois de badminton/basket/futsal
volley/tennis tout au long de l'année
infos J-10 minimum avant chaque tournoi

INSCRIPTIONS

ENT ➡ ça bouge
➡ sport ➡ inscription
➡ vie étudiante
➡ e-suaps