

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Lieux de pratique
Arts du cirque	16H20 - 18H20 ACROYOGA	12h00 - 14h00 HANDSTAND 14H05 - 16H05 ACRODANSE 16H10- 18H10 AÉRIENS	12h00 - 14h00 SLACKLINE 14h20 - 16h20 ACROYOGA 16h10 - 18h10 PORTÉS ACROBATIQUES	12h15 - 14h15 AÉRIENS	12h30 - 14h00 CRÉATION JONGLAGE	14h00 - 17h00*	Le gymnase rdc *PLE : pratique libre encadrée
Badminton		14h00 - 16h00	16h00 - 18h00	10h30 - 12h30 12h30 - 14h00	18h00 - 21h00		COSEC du Mirail
Basket	17h00 - 18h30 gar. 18h30 - 20h00 fille NIVEAU CLUB	10h45 - 12h15	18h30 - 20h00	18h30 - 20h00			COSEC du Mirail
Canyoning	Sorties tous niveaux 8 € : jeudi 18 et vendredi 19 septembre, vendredi 26 septembre						
Danse classique			9h00- 10h30 10h30 - 11h45				SDD Fabrique
Danse contemporaine	10h35 - 12h35 improvisation 16h00 - 17h45	16h20 - 17h50 danse inclusive			10h20 - 12h20		SDD de l'arche *cours adapté aux personnes en situation de handicap
Danse Jazz	14h15 - 15h45	9h00 - 10h30* street jazz		10H00 - 12h15			SDD de l'arche *fabrique culturelle
Équitation	G4-5 / G6-7 16h30 - 18h30	G0-1 16h30 - 18h30 G2-3 17h30 - 19h30		G2-3 16h30 - 18h30 G4-5 et plus 17h30 - 19h30	G4-5 et plus 16h30 - 18h30		Club hippique du Bousquet-Labège 10€ la séance
Escalade		10h30 - 12h30 12h30 - 14h00 performance 14h00 - 16h00 16h00 - 18h00		10h30 - 12h30 14h00 - 16h00 16h00 - 18h00	10h30 - 12h30 2 sorties : vend 14 et 28 nov		COSEC du Mirail
Fitness	10h00 - 11h45 (tonif. stretch) 12h00 - 13h15 renforcement		15h00 - 16h00(1) 16h00 - 17h00(1)	10h30 - 12h00 (1) 14h00 - 15h00 (1) 15h00 - 16h00 (1)	10h15 - 12h15		Le gymnase 1 ^{er} étage (1) Salle de danse UFR de langue
Football	17h00 - 18h30 garçon 18h30- 20h00 garçon	17h00 - 18h30 fille 18h30 - 20h00 fille					COSEC du Mirail
Futsal	14h00 - 16h00 Fille		17h00 - 18h30 18h30 - 20h00				Stade U. Daniel Faucher
Golf	10h00 - 13h00			Compact : 3 € (5 par semestre)			Golf de la Ramée
Handball	17h00 - 18h30 fille 18h30 - 20h00 gar.		17h00 - 18h30 gar. 18h30 - 20h00 fille		12h30 - 14h00 travail spécifique au poste		COSEC du Mirail
Hip Hop		10h30 - 12h30 12h30 - 14h00		12h30 - 14h00			gymnase 1 ^{er} étage
Judo Jujitsu sambo	14h10 - 15h40 jujitsu		8h30 - 10h00 10h00 - 12h00				Le gymnase rdc
Lutte				8h00 - 10h00			Salle de combat RDC gymnase
Musculation	10h00- 12h00 12h00 - 14h00 14h00 - 16h00 16h30 - 18h30	10h00 - 12h00 12h00 - 14h00 14h00 - 16h00 16h00 - 18h00	12h30 - 14h00 sport de haut niveau 14h00 - 16h00 16h00 - 18h00 18h00 - 20h00	10h20 - 12h20 14h00 - 16h00 16h00 - 18h00* 18h00 - 20h00			Le gymnase rdc *PLE : pratique libre encadrée - horaires à confirmer
Natation		8h00 - 9h00	8h00 - 9h45 Débutant aquaphobie				Piscine Alban Minville Piscine Papus*
Pilates et barre au sol	12h45 - 14h00	14h15 - 15h45			10h45 - 12h15 (1)		Salle de la fabrique(1) SDD arche
Planche à voile wingfoil	Journée 8€ : (Narbonne - selon météo) 19 et 20 septembre, 3 octobre Stage deux jours 16€ bivouac (Leucate) 17 et 18 octobre et 24 et 25 octobre. Stage 3 jours à Leucate 24€ : du 7 au 9 novembre						
Randonnée en montagne	Journée 8€ : 20 septembre, 4, 11 et 25 octobre étudiants en UE : présence obligatoire aux 4 sorties						
Sortie thématique 2 jours 16€ : 26, 27 septembre et 17 et 18 octobre							
Rugby		18h00 - 20h00 fille 20h00 - 22h00 gar.	18h00 - 20h00 rugby touch	18h00 - 20h00 fille 20h00 - 22h00 gar.	14h00 - 16h00 rugby touch		Stade Daniel Faucher
Salsa	14h30 - 16h30	11h30 - 13h00 13h00 - 14h15	stages bachata rueda* 15 octobre 16h30 - 18h30 17 ou 24 nov 16h30 - 18h00				* Salle 1 ^{er} ét gymnase Salle de danse UFR de Langues
Savate Boxe française	18h20 - 19h50		14h00 - 16h00				Le gymnase rdc
Self défense Taïso	12h30 - 14h00						Le gymnase rdc
Surf	Stage 3 jours 24 € : du 2 au 5 octobre / du 9 au 12 octobre						pays basque, landes
Tai-Ji (Qi gong)		16h00 - 17h30					Le gymnase 1 ^{er} étage
Tango argentin	18h30 - 20h30						SDD UFR langues
Tennis	9h00 - 10h30 moyen 10h30 - 12h00 déb	9h00 - 10h30 moyen 10h30 - 12h00 conf	9h00 -10h30 moyen 10h30 - 12h00 conf				Tennis Daniel Faucher
Tennis de table	14h00 - 15h30 15h30 - 17h00 17h00 - 18h30		9h00 - 10h30 10h30 - 12h00 18h00 - 19h30		17h00 - 18h30		Le gymnase 1 ^{er} étage
Tir à l'Arc	19h00 - 21h00	18h30 - 20h00	9h30 - 11h30 20h00 - 22h00	8h30 - 10h30 10h30 - 12h30 14h00 - 16h00 16h00 - 18h00			Le gymnase 1 ^{er} étage
Volley Ball		16h00 - 18h00 18h00 - 20h00	12h30 - 14h30 14h30 - 15h15 à confirmer	17h15 - 19h00		Niveau minimum requis : pratique scolaire	COSEC du Mirail
Yoga	9h00 - 10h30 vinyasa 18h20 - 19h50 yoga doux	9h00 - 10h30 vinyasa	12h30 - 14h00 14h10 - 15h40 Hatha flow 16h10 - 17h40 18h20 - 19h50 Hathayoga	18h15 - 19h30* Yoga doux - LSF 18h30 - 20h00**	12h30 - 14h00 vinyasa	stages ponctuels	Salle de danse de l'Arche * INSPE Avenue de Muret ** pratique libre encadrée