



LES SEMAINES DE DECOUVERTE - Semaine 1



Date	Activité	Heure de début du cours	Horaire de fin du cours	Gymnase, lieu extérieur, salle	Campus
Lundi 12 Septembre	Multi activités (badminton futsal handball volleyball)	12:00	13:30	Saint Exupéry	ROUEN
Lundi 12 Septembre	Gymnastique	12:15	13:45	Salle de Gymnastique	MSA
Lundi 12 Septembre	Feldenkrais	12:15	13:15	MDU sale des répétitions	MSA
Lundi 12 Septembre	Fit bien être	18:00	19:30	Salle polyvalente ou autre	MSA
Lundi 12 Septembre	FORME FITNESS	18:00	19:00	Escrime	MSA
Lundi 12 Septembre	BASKET	18:00	19:30	Gymnase 1	MSA
Lundi 12 Septembre	Self-Defense Krav-Maga	18:00	19:30	Salle de Combat	MSA
Lundi 12 Septembre	Taekwondo	19:00	20:30	Salle d'escrime	MSA
Lundi 12 Septembre	Boxe Anglaise	19:30	20:45	Salle danse 1	MSA
Mardi 13 Septembre	Multi activités	12:00	13:30	Plateau 1 et 2 Complexe saint exupéry Rouen	ROUEN
Mardi 13 Septembre	ZUMBA	12:15	13:15	Salle danse 2	MSA
Mardi 13 Septembre	Forme équilibre	12:15	13:15	Salle de Combat	MSA
Mardi 13 Septembre	2 activités. QI GONG et TAIJIQUAN (TAICHICUAN)	12:15	13:30	Salle Polyvalente	MSA
Mardi 13 Septembre	Salsa et Bachata	18:00	19:30	Escrime	MSA
Mardi 13 Septembre	Yoga	18:00	19:30	Salle Polyvalente	MSA
Mardi 13 Septembre	danse de salon	18:00	19:15	Salle danse 1	MSA
Mardi 13 Septembre	ATHLETISME	18:15	20:15	STADE DES COQUETS	MSA
Mardi 13 Septembre	danse africaine	19:00	20:30	Escrime	MSA
Mardi 13 Septembre	Aïkibudo	19:15	20:45	Salle de Combat	MSA
Mardi 13 Septembre	Volley	19:30	20:45	gymnase 2	MSA
Mardi 13 Septembre	Volley	19:00	20:45	gymnase 2	MSA
Mardi 13 Septembre	Kobudo	20:45	22:00	Salle de Combat	MSA
Mercredi 14 Septembre	Musculation	12:15	13:45	Salle de Musculation	MSA
Mercredi 14 Septembre	Fit mobility	18:00	19:30	Salle de danse 2	MSA
Mercredi 14 Septembre	Volley-ball	18:00	19:30	Gymnase Alcino Alves Pires	EVREUX
Mercredi 14 Septembre	Badminton	18:00	19:30	Gymnase 2	MSA
Mercredi 14 Septembre	Taekwondo	19:00	20:30	Salle d'escrime	MSA
Mercredi 14 Septembre	Powerfit	19:30	20:30	Salle de danse 2	MSA
Mercredi 14 Septembre	Self-Defense Krav-Maga	19:45	21:15	Salle de Combat	MSA
Mercredi 14 Septembre	Patinage sur glace	20:30	21:30	Patinoire de l'Ile Lacroix, Rouen	ROUEN
Jeudi 15 Septembre	Foot mixte	12:15	13:45	'Terrain foot ASRUC	ASRUC
Jeudi 15 Septembre	yoga	12:15	13:45	Salle Polyvalente	MSA
Jeudi 15 Septembre	VTT	13:30	16:30	Rdv Amphi DELAPILLE	MSA
Jeudi 15 Septembre	RUGBY Féminin Tout niveau	14:00	16:00	Terrain mini rugby en Herbe	MSA
Jeudi 15 Septembre	RUGBY SEVEN Elite	14:30	16:00	Synthétique Rugby ou Foot elon disponibilité	MSA
Jeudi 15 Septembre	TENNIS DE TABLE	15:30	16:45	Salle danse 1 & escrime	MSA
Jeudi 15 Septembre	TENNIS DE TABLE	16:45	18:00	Salle danse 1 & escrime	MSA
Jeudi 15 Septembre	PILATES	18:00	19:00	Salle danse 2	MSA
Jeudi 15 Septembre	Badminton	18:15	19:45	Gymnase Alcino Alves Pires	EVREUX
Jeudi 15 Septembre	Basket-ball	19:45	21:15	Gymnase Alcino Alves Pires	EVREUX
Jeudi 15 Septembre	Volley-ball	21:15	22:30	Gymnase Alcino Alves Pires	EVREUX
Vendredi 16 Septembre	Renforcement musculaire	12:00	13:00	Gymnase Madrillet	MADRILLET
Vendredi 16 Septembre	Musculation Féminine	12:15	13:45	Salle de Musculation	MSA
Vendredi 16 Septembre	Lutte	18:30	20:00	Gymnase Colette Besson, Rue de Chanzy 76100 Rouen	ROUEN

LES SEMAINES DE DECOUVERTE - Semaine 2

Date	Activité	Heure de début du cours	Horaire de fin du cours	Gymnase, lieu extérieur, salle	Campus
Lundi 19 Septembre	Multi activités (badminton futsal handball volleyball)	12:00	13:30	Saint Exupéry	ROUEN
Lundi 19 Septembre	Gymnastique	12:15	13:45	Salle de Gymnastique	MSA
Lundi 19 Septembre	Feldenkrais	12:15	13:15	MDU sale des répétitions	MSA
Lundi 19 Septembre	Fit bien être	18:00	19:30	Salle polyvalente ou autre	MSA
Lundi 19 Septembre	FORME FITNESS	18:00	19:00	Escrime	MSA
Lundi 19 Septembre	BASKET	18:00	19:30	Gymnase 1	MSA
Lundi 19 Septembre	Self-Defense Krav-Maga	18:00	19:30	Salle de Combat	MSA
Lundi 19 Septembre	Taekwondo	19:00	20:30	Salle d'escrime	MSA
Lundi 19 Septembre	Boxe Anglaise	19:30	20:45	Salle danse 1	MSA
Mardi 20 Septembre	Multi activités	12:00	13:30	Plateau 1 et 2 Complexe saint exupéry Rouen	ROUEN
Mardi 20 Septembre	ZUMBA	12:15	13:15	Salle danse 2	MSA
Mardi 20 Septembre	Forme équilibre	12:15	13:15	Salle de Combat	MSA
Mardi 20 Septembre	2 activités. QI GONG et TAIJIQUAN (TAICHICUAN)	12:15	13:30	Salle Polyvalente	MSA
Mardi 20 Septembre	Salsa et Bachata	18:00	19:30	Escrime	MSA
Mardi 20 Septembre	Yoga	18:00	19:30	Salle Polyvalente	MSA
Mardi 20 Septembre	danse de salon	18:00	19:15	Salle danse 1	MSA
Mardi 20 Septembre	ATHLETISME	18:15	20:15	STADE DES COQUETS	MSA
Mardi 20 Septembre	danse africaine	19:00	20:30	Escrime	MSA
Mardi 20 Septembre	Aïkibudo	19:15	20:45	Salle de Combat	MSA
Mardi 20 Septembre	Volley	19:30	20:45	gymnase 2	MSA
Mardi 20 Septembre	Volley	19:00	20:45	gymnase 2	MSA
Mardi 20 Septembre	Kobudo	20:45	22:00	Salle de Combat	MSA
Mercredi 21 Septembre	Musculation	12:15	13:45	Salle de Musculation	MSA
Mercredi 21 Septembre	Fit mobility	18:00	19:30	Salle de danse 2	MSA
Mercredi 21 Septembre	Volley-ball	18:00	19:30	Gymnase Alcino Alves Pires	EVREUX
Mercredi 21 Septembre	Badminton	18:00	19:30	Gymnase 2	MSA
Mercredi 21 Septembre	Taekwondo	19:00	20:30	Salle d'escrime	MSA
Mercredi 21 Septembre	Powerfit	19:30	20:30	Salle de danse 2	MSA
Mercredi 21 Septembre	Self-Defense Krav-Maga	19:45	21:15	Salle de Combat	MSA
Mercredi 21 Septembre	Patinage sur glace	20:30	21:30	Patinoire de l'île Lacroix, Rouen	ROUEN
Jeudi 22 Septembre	Foot mixte	12:15	13:45	'Terrain foot ASRUC	ASRUC
Jeudi 22 Septembre	yoga	12:15	13:45	Salle Polyvalente	MSA
Jeudi 22 Septembre	VTT	13:30	16:30	Rdv Amphi DELAPILLE	MSA
Jeudi 22 Septembre	RUGBY Féminin Tout niveau	14:00	16:00	Terrain mini rugby en Herbe	MSA
Jeudi 22 Septembre	RUGBY SEVEN Elite	14:30	16:00	Synthétique Rugby ou Foot elon disponibilité	MSA
Jeudi 22 Septembre	TENNIS DE TABLE	15:30	16:45	Salle danse 1 & escrime	MSA
Jeudi 22 Septembre	TENNIS DE TABLE	16:45	18:00	Salle danse 1 & escrime	MSA
Jeudi 22 Septembre	PILATES	18:00	19:00	Salle danse 2	MSA
Jeudi 22 Septembre	Badminton	18:15	19:45	Gymnase Alcino Alves Pires	EVREUX
Jeudi 22 Septembre	Basket-ball	19:45	21:15	Gymnase Alcino Alves Pires	EVREUX
Jeudi 22 Septembre	Volley-ball	21:15	22:30	Gymnase Alcino Alves Pires	EVREUX
Vendredi 23 Septembre	Renforcement musculaire	12:00	13:00	Gymnase Madrillet	MADRILLET
Vendredi 23 Septembre	Musculation Féminine	12:15	13:45	Salle de Musculation	MSA
Vendredi 23 Septembre	Lutte	18:30	20:00	Gymnase Colette Besson, Rue de Chanzy 76100 Rouen	ROUEN