

PLANNING DES ACTIVITÉS SPORTIVES ENS DE LYON 2023 / 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
07h			MÉDITATION 7H30-8H30 A. F. DE BARROS SALLE DE DANSE	MINDFULLNESS 8H-9H A. F. DE BARROS	
12h	BASKET 12H15-13H45 SANOFI NON ENCADRÉ	RENFO MUSCU 12H-13H J. RIQUELME	FUTSAL 12H15-13H45 NON ENCADRÉ	BAD 12H15-13H45 NON ENCADRÉ	VOLLEY 12H15-13H45 NON ENCADRÉ
13h	CROSS TRAINING 12H15-13H30 B. MATRAY SALLE DE DANSE	RENFO STRETCH 12H15-13H15 B. MATRAY SALLE DE DANSE	ZUMBA STRETCH 12H-13H J. RIQUELME	PILATES 12H-13H P. CORRAL BIEN ÊTRE STRECH RESPI 13H-14H P. CORRAL	KARATÉ 12H-13H30 A-L. FOUGÈRES
14h	BAD & TENNIS DE TABLE 12H15-13H45 NON ENCADRÉ		YOGA 12H15-13H45 D. BUTTIN	FUTSAL 12H15-13H45 NON ENCADRÉ	BAD & TENNIS DE TABLE 12H15-13H45 NON ENCADRÉ
15h	ESCALADE 12H15-13H45 OCTAVE			TENNIS DE TABLE 14H15-15H45 F. GENOT	
16h				TENNIS DÉBUTANT 15H30-16H30 SEMESTRE 1 LOU TENNIS	
17h				ULTIMATE 16H-18H RESPO. ULTIMATE	TENNIS INTERMÉDIAIRE 16H30-17H30 SEMESTRE 1 & 2 LOU TENNIS
18h	TENNIS PERFECTIONNEMENT 18H-19H R. NEMETH	STEP & SCULPT 17H30-18H30 J. RIQUELME	CROSS TRAINING 18H-19H15 B. MATRAY SALLE DE DANSE	RELAXATION 17H-18H S. TONADRE RÉSERVÉ AUX ÉTUDIANT(E)S	BAD DÉBUTANTS 18H-19H30 RESPO. BAD
19h	BOXE FRANÇAISE 18H-19H30 F. MÈNÉROUD	ZUMBA 18H30-19H30 J. RIQUELME	BAD & TENNIS DE TABLE 18H-19H30 NON ENCADRÉ	YOGA 18H15-19H45 D. BUTTIN SALLE DE DANSE	FUTSAL 18H30-20H NON ENCADRÉ
20h	ATHLÉTISME 20H-21H PISTE ATHLÉ PLAINE DES JEUX RESPO. ATHLÉ	CLASSIQUE 19H30-21H E. MARTIN	MUSCU 19H15-20H15 B. MATRAY	FFSU 18H-22H	BAD COMPÉTITION 19H30-21H RESPO. BAD
21h	KARATÉ 19H30-21H A-L. FOUGÈRES	HAND FILLES 18H15-19H45 C. GIRY	ESCALADE 18H15-19H45 F. MATHON	STREET JAZZ 20H-22H RESPO. STREET JAZZ SALLE DE DANSE	ÉPÉE ET FLEURET SEMESTRE 1 DÉBUTANT CONFIRME 19H45-21H15 SEL. PART-DIEU F. MALACHENKO
22h	NATATION 21H-22H DELESSERT	HAND GARÇONS 19H45-21H15 C. GIRY	BASKET 3X3 20H30-22H B. MATRAY		
23h		TRAEKWONDO 21H-23H A. ROSPARS			

POSSIBILITÉ DE FAIRE DE L'ÉQUITATION ET DU TRIATHLON SUR DIFFÉRENTS CRÉNEAUX

- SALLES DE DESCARTES
- GYMNASE DESCARTES
- EXTÉRIEUR
- GYMNASE MONOD