








1^e semestre**Planning des activités sportives 2018/2019**

Athlétisme 	Lundi 18h -20h Jeudi 18h -20h	Stade Marcel Rouvière [activité encadrée par le club d'athlétisme (E.N.A), se présenter aux entraîneurs avec la carte d'étudiant].
Badminton	Lundi 17h -18h30 Jeudi 17h -19h	Gymnase Jean Rostand route d'Ales 
Basket-ball	Jeudi 13h - 15h	Gymnase G.Lessut St Césaire
Boxe Française	Lundi 19h-20h30 Jeudi 19h-20h30	Stade Jean Bouin
Danse http://sophiecaminadestudio.fr/?p=250&preview=true	Détail fiche annexe	Studio Sophie Caminade : Mas roman St Césaire 103,rue Charles Perrault ou les 3 piliers route de sauve.
Escalade	Mardi 12h -14h Jeudi 19h -20h30	annexe parnasse (petit parnasse)
Football 	Mardi 16h -18h Jeudi 14h -17h	Stade Jean Bouin Stade Marcel Rouvière T n°4. Synthétique
Gym. d'entretien	Lundi 17h-18h30 Jeudi 12h15-13h30	Gymnase des Bénédictins
Golf	Jeudi 14h30-16h30	Golf de Vaquerolles (inscriptions préalables auprès de Mr LALAGÜE tel : 06 74 93 76 19, groupe établi pour le semestre).
Handball	Jeudi 15h - 17h (arrêt des cours le 9 mai, pour ce créneau horaire)	Gymnase G.Lessut St Césaire (arrêt des cours le 9 mai).
Judo	Jeudi 18h -20h 17h (arrêt des cours le 9 mai, pour ce créneau horaire)	Stade Jean Bouin (arrêt des cours le 9 mai). 
krav maga	Jeudi 13h30 -14h30	Gymnase des Bénédictins
Musculation 	Lundi 18h30 - 20h30 Mardi 17h30 -20h Mercredi 17h30 -20h Jeudi 17h30 -19h30	Salle St Stanislas route d'Ales 
Natation 	Lundi 21h -22h30 jeudi 12h15-14h	Piscine Pablo Néruda Piscine Némausa
Rugby	Mercredi 20h15 - 22h	Domaine la Bastide terrain n°11
Taekwondo	Mardi 20h- 21h	Gymnase des Bénédictins
Tennis	Mercredi 18h -21h	Complexe sportif Marcel Rouvière
Tir à l'arc	Jeudi 14h-16h	IUT , 8 rue jules Raimu saint Césaire
Ultimate Fribee (vidéo ci-dessous) https://www.facebook.com/CRSportUMontpellier/videos/357223911370765/	Mercredi 16h -18h Jeudi 20h -22h	Domaine la Bastide terrain de football n°8 Domaine la Bastide terrain de rugby n°11
Volley-ball	Lundi 20h30 - 22h	Gymnase Philippe LAMOUR
VTT	1 samedi / mois Détail fiche annexe	Rendez vous soit à Nîmes , soit à Caveirac soit à Calvisson soit à Maruéjols . Détail fiche annexe
Stand-up paddle / kite-surf	Détail fiche annexe Début et fin d'année	Grau du roi (inscriptions préalables auprès de Mr LALAGÜE : voir fiche Stand-up paddle / kite surf)

Studio Sophie CAMINADE

Accès au site du studio de danse : <http://sophiecaminadestudio.fr/?p=250&preview=true>

2 lieux de pratiques: Les 3 piliers, n°81 route de sauve.
Mas roman 103, rue Charles Perrault St-Césaire.

Séance d'une heure effective ; Arrivez en avance pour vous préparer

Modern jazz contemporain adultes	Lundi 12h30	Mas roman St Césaire
Pilates, barre classique.	Lundi 17h30	Les 3 piliers
Atelier Chorégraphique Musique /Mouvements	Mercredi 19h45	Mas roman St Césaire
Pilates sport santé	Jeudi 12h30	Mas roman St Césaire
Barre classique, barre au sol	Jeudi 17h	Mas roman St Césaire
Dans le courant de l'année d'autres créneaux d'activités peuvent être proposés, prendre contact directement avec le studio de danse Sophie-Caminade.	studio.caminade@gmail.com	

Le nombre de places est limité, liste établie par la responsable des cours. Si vous ne signalez pas votre absence au cours votre place sera attribuée à une autre étudiante (ou étudiant).

VTT

Une fois par mois le samedi à 8h30

Départ CAVEIRAC:

Rdv au départ de la piste cyclable (voie verte), le parking se situe à l'entrée de Caveirac côté Nîmes

Départ MARUEJOLS:

Rendez vous à côté du centre équestre (portail d'entrée). Village juste après St Cômes

Départ CALVISSON:

Rendez vous route de Sommières au rond point où se trouve le marchand de matériaux "VALDERON" (se garer sur le parking de la piscine de Calvisson).

Départ NÎMES:

Rendez au parking de la chapelle de l'eau bouillie, route d'Ales à Nîmes (bas du bois des espeisses).

Dates des séances	Conditions de participation
Samedi 6 octobre départ Nîmes Samedi 10 novembre départ Caveirac Samedi 8 décembre départ Nîmes Samedi 12 janvier départ Nîmes Samedi 9 février départ Calvisson Samedi 16 mars départ Caveirac Samedi 6 avril départ Nîmes Samedi 11 mai départ Maruejols	Carte sportive en règle. Port du casque obligatoire. Matériel non fourni. Tél responsable : 06 74 93 76 19

INITIATION stand-up paddle et KITE SURF

½ journées d'initiation au Grau du roi

Stand-up paddle: jeudi 13 et vendredi 14 septembre 2018.

Kite-surf : Lundi 17 et vendredi 21 septembre 2018.



Inscription préalable au service des sports

(8 étudiants maximum par session)

tel : 06 74 93 76 19.

Lieu d'activité: Plage du Boucanet, se garer devant le restaurant le Capriska 1160 bd du docteur Jean-Baptiste Le Boucanet 30240. Prendre le passage piéton qui accède à la mer en face du restaurant.

Le fonctionnement de l'activité vous sera communiqué par le responsable des sports au moment de votre inscription, début de l'activité **14h**.

