

CALENDRIER - Activités Physiques et sportives – Semestre 2 – (S1-S3-S5) 2025-2026



UNIVERSITÉ
PARIS-EST CRETEIL
VAL DE MARNE
SUAPS

SERVICE UNIVERSITAIRES DES ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES

Intitulés des UE	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
Abdos fessiers			19h30 -20h30 Campus Duvauchelle Salle de danse Marion			
Aquabike		18h15-19h Piscine Ste Catherine				
Athletic cardio	12h-14h Gymnase la Lévière Salle d'escrime François				12h-14h Gymnase la Lévière Salle d'escrime François	
Badminton	12h-13h30 Gymnase Schweitzer Thierry			12h-13h30 Gymnase Issaurat Benjamin 16h00-18h00 Marie Thérèse Eyquem Benjamin	12h15 - 13h45 Gymnase Casalis Thierry 12h15 - 14h Gymnase Issaurat Quentin	
Barre au sol			12h-13h30 Gymnase la Lévière Salle polyvalente Raphaele			
Basket-ball filles (initiation) filles			8h-10h Gymnase Guiblets Eric			
			19h30-21h30 Campus Duvauchelle Eric			
Basket-ball 3x3		18h30-20h30 Campus Duvauchelle Gymnase Florian			19h-21h Campus Duvauchelle Gymnase Florian	
BNSSA (Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique)	A venir					
PSE (Premiers secours en équipe) - Préalable au BNSSA	A venir					
Cardio training et renforcement musculaire			18h -20h Campus Duvauchelle Salle de Gym Quentin			
Cheerleading				19h30-21h30 Campus Duvauchelle Salle de gym Célia		
Course à pied		12h-13h30 Palais des Sport Benjamin				
Course à pied, remise en forme	12h-13h30 Ile de loisirs Créteil Benjamin					
	13h30-15h30 Ile de loisirs Créteil Benjamin					
Cross training	18h-19h30 Campus Duvauchelle Gymnase Merwan					
	19h30-20h30 Campus Duvauchelle Gymnase Merwan					
Danse : Cardio boxing			18h30-19h30 Campus Duvauchelle Salle de danse Marion			
Danse : modern jazz	18h30-20h30 Campus Duvauchelle Salle de danse Célia					
Fit'Dance					19h30-20h30 Campus Duvauchelle Danse François	
Danse : Salsa				17h30-19h débutants Campus Duvauchelle (Salle de Danse) Julien		
				19h-20h30 Intermédiaires Campus Duvauchelle (Salle de Danse) Julien		
Equitation (réservé aux étudiants uniquement)	14h30-16h30 Débutant	16h30-18h30 Galop 5/6/7 Perfectionnement		14h00 -16h00 Galop 1à 4 Apprentissage + Galop 5 à 7 Perfectionnement		
				15h00 - 17h00 Débutant avancé		
Escalade : bloc et voies	13h-15h Salle Hardbloc Virginie		19h30-21h30 Campus Duvauchelle Virginie	18h30-20h30 20h30-22h30 Hardbloc Benjamin	14h- 16h Salle Hardbloc Virginie	
	15h-17h Salle Hardbloc Virginie					
Esport, Communication digital et événementiel			17h-19h Salle esport Benjamin			

Football filles (initiation)		14h-16h Stade Duvauchelle Synthétique Ouest Laura				
Football garçons	9h30-11h30 - Groupe 1 Stade Duvauchelle Synthétique Ouest Thierry	9h30-11h30 - Groupe 2 Stade Duvauchelle Synthétique Ouest Thierry			9h30-11h30 - Groupe 3 Stade Duvauchelle Synthétique Ouest Thierry	
Golf	14h15-16h15 Parc du Tremblay Thierry	14h15-16h15 Parc du Tremblay Thierry			14h15-16h15 Parc du Tremblay Thierry	
Hand-ball (initiation) filles	16h-18h Centre Sportif Casalis Eric		11h45-13h45 Gymnase du Jeu de Paume Eric			
Hand-ball (initiation) garçons	11h45-13h45 Centre Sportif Casalis Eric	11h45-13h45 Gymnase des Guiblets Eric				
Judo				14h-16h MJC Club de Créteil Stéphane T		
Kickboxing			12h00-14h Gymnase la Lévrrière Salle d'escrime Stéphane Y			
Musculation	13h30 - 15h 15h-16h30 Campus Duvauchelle Benoit	16h30-18h Campus Duvauchelle Laura	14h30-16h00 16h00-17h30 Campus Duvauchelle Benoit			
Musculation santé	10h00-11h30 APSAP Henri MONDOR Renaud				La salle de musculation de l'APSAP se trouve au 3ème sous-sol du bâtiment principal de l'hôpital Henri MONDOR, porte extérieure n° 29, a proximité des ascenseurs bleus	
Natation cours spécifique peur de l'eau grands débutants			12h15-13h15 Piscine La Lévrrière Virginie			
Natation grands débutants		9h30-11h 11h30-13h 14h-15h30 Piscine Ste Catherine Virginie	10h30-12h15 Piscine La Lévrrière Virginie	13h30-15h Piscine Ste Catherine Virginie		
Natation moyen et confirmés		9h30-11h Piscine Ste Catherine Benjamin	10h30-12h15 Piscine La Lévrrière Thierry			
		14h-15h30 Piscine Ste Catherine Benoit				
Plongée			19h15-22h Piscine Sainte-Catherine (Passage Niv 1 et Niv 2) Benjamin			
Renforcement musculaire					12h15 -13h15 Gymnase la Lévrrière Dojo Virginie	
Rugby (initiation) filles			15h-17h Parc interdépartemental des sports de Choisy le Roi Eric			
Rugby (initiation) garçons		15h-17h Parc interdépartemental des sports de Choisy le Roi Eric				
Savate boxe française		12h15-13h45 Gymnase la Lévrrière Salle d'escrime Stéphane				
Step					17h30-19h30 Campus Duvauchelle Salle de Danse François	
Tennis	12h30-14h Centre Marie-Thérèse Eyquem Laura				10h-12h Centre Marie-Thérèse Eyquem Quentin	
	14h-16h Centre Marie-Thérèse Eyquem Laura					
Tennis de table		12h-13h30 Centre sportif Dassibat Thierry			12h15-13h45 Centre sportif Dassibat Pierre	
Volley-ball	12h-13h30 Gymnase Issaurat Benoit	12h-14h Palais des sports Salle annexe Benoit	17h30-19h30 Campus Duvauchelle Gymnase Benoit			
Yoga : Acro- Yoga				15h30-17h30 Campus Duvauchelle Salle de Gym Raphaele		
Yoga: Hatha-Yoga	15h-17h MJC de Créteil Raphaele		14h-16h Gymnase la lévrrière Salle polyvalente Raphaele	17h30-19h30 Campus Duvauchelle Salle de Gym Raphaele		9h-11h Campus Duvauchelle Salle de gym Raphaele

Yoga nutrition						11h-13h Campus Duvauchelle Raphaele
Yoga santé			17h15-18h45 CROUS Pointe Jaune Raphaele			
Yoga sur chaise	12h à 12h45 12h45 à 13h30 Salle P1 011 bâtiment sciences Raphaele					
Yoga Tai chi				12h à 13h30 Gymnase La Lévière Salle polyvalente Raphaele		

EQUITATION = prévoir son casque d'équitation personnel

RUGBY = chaussures à crampons obligatoires (crampons moulés suffisant), protège-dent conseillé