

Solbosch horaire des cours

(PROGRAMME SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS – VERSION 01/09/2016)

2016
17

Programme d'application
du 19/09/2016 au 23/12/2016
et du 06/02/2017 au 19/05/2017

hors vacances d'hiver et de printemps.

Programme BLOCUS (à consulter sur notre site) d'application du 09 au 25/01/2017 et du 22/05/2017 au 23/06/2017.

Congés – Pas d'activités sportives :

27/09/2016; 30/09 (après 14h);
01 et 02/11/2016; 11/11/2016;
du 25/12/2016 au 08/01/2017;
26/01/2017 au 03/02/2017 28/02/2017;
du 01/04 au 17/04/2017; 01/05/2017;
25 et 26/05/2017; 05/06/2017

Fin des activités le 23 juin 2017

S. = Campus du Solbosch - **F.S.S.** = Forêt de Soignes Sport

| | |
|--|--|
| ABDOS FESSIERS | |
| Lu 12h30-13h30 | S. E1 Grand Hall |
| Ma 18h00-19h00 | S. E1 Grand Hall |
| Me 12h30-13h30 | S. E1 Grand Hall 18h00-19h00 |
| AIKIDO | |
| Lu 20h00-21h30 | S. E1 Dojo |
| ATHLETISME (tout public) | |
| Je 18h30-20h30 | F.S.S. piste |
| ATHLETISME (accès confirmés et affiliés) | |
| Lu 18h00-20h00 | Centre sportif de la Forestoise |
| Je 18h00-20h00 | Centre sportif de la Forestoise |
| Sa 10h00-12h00 | Centre sportif de la Woluwe |
| AVIRON 3 Initiations gratuites Rens. C. Fabry : 0495.525.523 | |
| Sa 14h30 | SNUB-AVIRON 20, Quai des Usines 1000 BXL |
| BADMINTON réserv. Terrain : My ULB Sports | |
| Ma 20h00-23h00 | S. E1 Grand Hall |
| Je 12h00-14h00 | S. E1 Grand Hall |
| BASKETBALL | |
| Ma 12h30-13h30 | S. E1 Grand Hall |
| Je 21h30-23h00 | S. E1 Grand Hall |
| Ve 12h30-13h30 | S. E1 Grand Hall |
| BODY SCULPT | |
| Me 19h00-20h00 | S. E1 Salle 4 |
| Je 19h00-20h00 | S. E1 Salle 4 |
| Ve 12h30-13h30 | S. E1 Salle 4 |
| BOXE | |
| Lu 18h30-20h30 | F.S.S. Salle M |
| Me 18h30-20h30 | F.S.S. Salle M |
| BOXE FRANÇAISE | |
| Me 18h00-19h30 | S. E1 Salle 3 |
| Ve 12h30-13h30 | S. E1 Salle 3 |

| | |
|--|-------------------------------|
| BRAS DE FER | |
| Me 19h00-20h30 | S. E1 Dojo 1 |
| BREAK DANCE | |
| Me 20h00-21h30 | S. E1 Salle 4 |
| CAPOEIRA | |
| Lu 12h30-13h30 | S. E1 Salle 4 |
| Je 18h00-19h30 | S. E1 Salle 3 |
| CARDIO BOXING | |
| Me 18h00-19h00 | S. E1 Grand Hall |
| CHEERLEADING | |
| Me 20h00-22h00 | S. E2 salle 5 |
| COURSE D'ORIENTATION (dates non systématiques, voir calendrier www.ulbsports.eu) | |
| Me 18h00 | RDV Entrée Bât. E1 |
| DANSES AFRICAINES | |
| Je 20h00-21h00 | S. E1 Salle 4 |
| DANSES ORIENTALES | |
| Je 18h00-19h00 (Déb.) | S. E2 Salle 6 |
| Je 19h00-20h00 (Conf.) | S. E2 Salle 6 |
| ECHECS | |
| Lu/Je 19h00-21h00 | S. E1. Foyer sportif |
| FUTSAL | |
| Lu 20h00-22h00 | F.S.S. Salle H3 |
| Je 21h00-22h00 | F.S.S. Salle H1 |
| HANDBALL | |
| Lu 20h00-21h30 (Déb.) | S. E1 Grand Hall |
| HOCKEY SUBAQUATIQUE (Infos voir www.ulbsports.eu) | |
| Ma 21h00-22h00 | Initiation Piscine VUB |
| JOGGING (tous niveaux) (Prépa 10km de l'ULB) | |
| Me 12h30-13h30 | S. E1 Accueil |
| Je 17h30-19h00 | S. E1 Accueil |
| JONGLERIE | |
| Lu 19h00-21h00 | S. E2 Salle 6 |

| | |
|--|---|
| JU-JITSU MODERNE | |
| Ma 20h00-22h00 | S. E1 Dojo |
| Je 20h00-22h00 | S. E1 Dojo |
| JUDO | |
| Ma 18h00-20h00 | S. E1 Dojo |
| Je 12h30-13h30 | S. E1 Dojo |
| KARATÉ | |
| Me 18h30-20h30 | S. E1 Dojo |
| Ve 18h00-19h30 | (Kata) S. E1 Dojo |
| KENDO | |
| Lu 17h30-19h00 | S. E2 Salle 6 |
| Me 17h00-18h30 | S. E2 Salle 6 |
| KINBALL | |
| Lu 18h30-20h00 | F.S.S. Salle H2 |
| MISE EN CONDITION PHYSIQUE | |
| Lu 18h00-19h00 | S. E1 Grand Hall |
| Ma 12h30-13h30 | S. E1 Grand Hall |
| MODERN JAZZ | |
| Me 18h30-19h30 (Déb.) | S. E2 Salle 6 |
| Me 19h30-20h30 (Conf.) | S. E2 Salle 6 |
| MUSCULATION | |
| Lu 12h00-14h00 | S. E1 MCP 18h00-21h00 |
| Ma 12h00-14h00 | S. E1 MCP 18h00-21h00 |
| Ma 20h00-21h30 | F.S.S. Salle C |
| Me 12h00-14h00 | S. E1 MCP 17h00-21h00 |
| Je 12h00-14h00 | S. E1 MCP 18h00-21h00 |
| Je 20h00-21h30 | F.S.S. Salle C |
| Ve 12h00-14h00 | S. E1 MCP |
| NAGINATA | |
| Ma 20h30-22h00 | Gymnasium Bd des Invalides 214, 1160 BXL |
| NATATION | |
| Ma 12h30-13h45 | Calypso Av. Wiener 60; 1170 BXL |
| Je 12h00-14h00 | Piscine d'Ixelles de septembre à décembre |
| PLONGÉE SOUS-MARINE | |
| Initiation gratuite. Infos : 0475.26.21.27 | |
| Me 20h45 | Piscine Calypso |
| POM-DANCE | |
| Me 20h30-22h | S. E1 Salle 2 |

| | |
|--|------------------------------------|
| ROLLER (Infos complémentaires : www.ulbsports.eu) | |
| Sa 13h00-14h30 | Initiation S. E1 Grand Hall |
| Sa 14h30-16h00 | Confirmé S. E1 Grand Hall |
| Sa 16h00-17h30 | Vitesse S. E1 Grand Hall |
| SALSA | |
| Ma 20h30-22h00 | S. E1 Salle 4 |
| Je 20h30-22h00 | S. E2 Salle 5 |
| STEP BASIC | |
| Lu 19h00-20h00 | S. E1 Grand Hall |
| Je 18h00-19h00 | S. E1 Grand Hall |
| STRETCHING | |
| Ma 19h00-20h00 | S. E2 Salle 6 |
| Je 19h00-20h00 | S. E1 Dojo |
| TAEKWONDO | |
| Lu 20h00-21h30 | S. E1 Salle 3 |
| Me 19h30-21h00 | S. E1 Salle 3 |
| Ve 19h30-20h30 | S. E1 Salle 2 |
| TAI CHI CHUAN | |
| Me 12h15-13h45 | S. E2 Salle 6 |
| Je 12h30-13h30 | S. E2 Salle 6 |
| Ve 19h30-21h00 | S. E2 Salle 6 |
| TANGO | |
| Ma 12h15-13h45 (Déb.) | S. E2 Salle 6 |
| Je 18h00-19h30 (Conf.) | S. E2 Salle 5 |
| TENNIS (Inscript. Obligatoire sur « My ULB Sports | |
| Lu 17h30-19h00 (Conf.) | F.S.S. Salle H1 |
| Je 18h00-19h30 (Déb.) | F.S.S. Salle H1.1 – 1.2 |
| TENNIS DE TABLE | |
| Lu 20h00-21h30 | S. E1 Salle 2 |
| ULTIMATE FRISBEE | |
| Ma 18h00-19h00 | F.S.S. Salle H2 |
| VOLLEYBALL | |
| Me 12h30-13h30 | S. E1 Grand Hall |
| Je 21h30-23h00 | S. E1 Grand Hall |
| Ve 12h30-13h30 | S. E1 Grand Hall |
| YOGA | |
| Lu 12h30-13h30; 18h00-20h00 | S. E1 Dojo |
| Je 12h30-13h30 | S. E1 Salle 2 |
| ZUMBA | |
| Ma 19h00-20h00 | S. E1 Grand Hall |
| Je 12h30-13h30 | S. E1 Salle 4 |
| Je 19h00-20h00 | S. E1 Grand Hall |

Tout membre « Carte de Sports » s'engage à respecter le R.O.I. et à se conformer au règlement du C.I.D.D. en matière de dopage (disponible sur notre site www.ulbsports.eu)