

Horaire Erasme

(PROGRAMME SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS – VERSION 1 - SEPTEMBRE 2021)

Sport Bien-être
2021
22

Programme d'application :

- du 28/09 au 24/12/2021

- du 07/02 au 13/05/2022

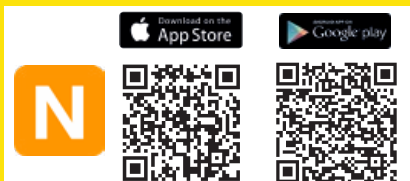
Hors vacances d'hiver et de printemps

Congés – Pas d'activités sportives :

- 27/09/21
- 1 et 2/11/21
- 11/11/21
- 19/11/21
- du 04/04 au 18/04/22

Modalités de participation

Toute participation aux cours ULB Sports nécessite, en plus de la présentation de la Carte de Sports, une inscription obligatoire pour chaque séance via l'appli « NOVA Sport » (IOS ou Android, exclusivement sur smart phone)



ABDOS FESSIERS

Lu 17h30-19h00 **E. HELB** Salle P6-103

BADMINTON

Je 18h00-19h30 **E. O** Grand Hall

Ve 17h30-19h00 **E. HELB** Salle P1

BASKETBALL

Ma 18h00-19h30 **E. O** Grand Hall

BODYSCLPT

Lu 12h30-13h30 **E.N.** Salle de Gym

Je 17h30-19h00 **E. HELB** Salle P6-103

Ve 12h30-13h30 **E.N.** Salle de Gym

DIAGNOFORM

Ma 18h00-19h00 **E. O** Grand Hall

FUN FIT (2^{ème} quadri)

Ma 12h30-13h30 **E. O** Salle polyvalente

FUTSAL

Je 19h00-20h30 **E. HELB** Salle P1

HANDBALL

Je 17h30-19h00 **E. HELB** Salle P1

MUSCULATION

Lu 12h30-13h30 **E.N** MCP

Lu 17h30-19h30
19h30-21h30 **E. HELB**

Ma 12h30-13h30 **E.N.** MCP

Ma 17h30-19h30
19h30-21h30 **E. HELB**

Me 12h30-13h30 **E.N.** MCP

Me 17h30-19h30
19h30-21h30 **E. HELB**

Je 12h30-13h30 **E.N** MCP

Je 17h30-19h30
19h30-21h30 **E. HELB**

Ve 12h30-13h30 **E.N** MCP

Ve 17h30-19h30 **E. HELB**

REMISE EN FORME

Me 12h30-13h30 **E.N.** Salle de Gym

STEP BASIC

Ma 12h30-13h30 **E.N.** Salle de Gym
1^{er} quadri

Me 12h30-13h30 **E.N.** Salle de Gym

STRETCHING

Je 12h30-13h30 **E.N** Salle bleue

TENNIS DE TABLE

Ve 19h00-20h00 **E. HELB** Salle P1

VOLLEYBALL

Lu 18h00-19h30 **E. O** Grand Hall

Ma 19h00-20h00 **E. HELB** Salle P1

YOGA

Me 18h00-19h00
19h00-20h00 **E. HELB** Salle P6-103

ZUMBA

Lu 19h00-20h00 **E. N** Salle de Gym

Ve 17h30-19h00 **E. HELB** Salle P6-103

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)