

 Pas d'activités le 6 juin 2022

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)
Inscription sur BLOCUS - Programme Solbosch



ABDOS FESSIERS

Lu 12h30-13h30 **S. E1** Grand Hall
Ma 18h00-19h00 **S. E1** Grand Hall
Me 18h00-19h00 **S. E1** Grand Hall

AIKIDO

Lu 20h30-22h00 **S. E1** Dojo

BADMINTON

Ma 20h00-22h00 **S. E1** Grand Hall
Je 12h00-14h00 **S. E1** Grand Hall

BASKETBALL

Je 21h30-22h30 **S. E1** Grand Hall
Ve 12h30-13h30 **S. E1** Grand Hall

BODY SCULPT

Me 19h00-20h00 **S. E1** Salle 4
Je 18h00-19h00 **S. E1** Grand Hall
Ve 12h30-13h30 **S. E1** Grand Hall

BOXE

Lu 18h30-20h30 **F.S.S.** Salle M

BRAS DE FER

Me 19h00-21h00 Foyer sportif

BREAK DANCE

MA 18h30-20h30 **S. E1** Salle 2

FONCTIONAL TRAINING

Ma 19h00-20h00 **S. E1** Salle 4

FUTSAL

Me 20h00-22h00 **F.S.S.** Salle H1

HIIT (INTERVAL TRAINING)

Ma 18h00-19h00 **S. E1** Salle 4
Me 18h00-19h00 **S. E1** Salle 4

JOGGING

(tous niveaux)

Ma 12h30-13h30 **S. E1** Accueil
Me 12h30-13h30 **S. E1** Accueil

JU-JITSU

Ma 20h00-22h00 **S. E1** Dojo

JUDO

Ma 18h00-20h00 **S. E1** Dojo

KARATÉ

Me 18h00-19h30 **S. E1** Dojo

KENDO

Lu 20h30-22h30 **S. E1** Salle 2
Me 16h30-18h30 **S. E1** Salle 2

MISE EN CONDITION PHYSIQUE

Lu 18h00-19h00 **S. E1** Grand Hall
Ma 12h30-13h30 **S. E1** Grand Hall

MUSCULATION

Lu 12h00-14h00 **S. E1** MCP
18h00-21h00
Ma 12h00-14h00 **S. E1** MCP
18h00-21h00
Me 12h00-14h00 **S. E1** MCP
17h00-21h00
Je 10h00-14h00 **S. E1** MCP
18h00-21h00
Ve 12h00-14h00 **S. E1** MCP

STEP BASIC

Lu 19h00-20h00 **S. E1** Grand Hall
Me 12h30-13h30 **S. E1** Grand Hall
Je 19h00-20h00 **S. E1** Salle 4

STRETCHING

Me 19h30-20h30 **S. E1** Dojo

TAEKWONDO

Lu 19h30-21h00 **S. E1** Salle 4

TAI CHI CHUAN

Lu 12h30-13h30 **S. E1** Salle 4

TANGO

JE 18h00-19h00 **S. E1** Salle 5

TENNIS DE TABLE

Lu 18h00-19h00 **S. E1** Salle 5
19h00-20h00
Je 12h15-13h45 **S. E1** Salle 5

VOLLEYBALL

Me 12h30-13h30 **S. E1** Grand Hall
Je 21h30-22h30 **S. E1** Grand Hall
Ve 12h30-13h30 **S. E1** Grand Hall

YOGA

Lu 12h30-13h30 **S. E1** Dojo
18h30-19h30 **S. E1** Dojo
19h30-20h30
Je 18h00-19h00 **S. E1** Dojo
Ve 12h30-13h30 **S. E1** Dojo

ZUMBA

Je 12h30-13h30 **S. E1** Salle 4
Je 19h00-20h00 **S. E1** Grand Hall