

HORAIRE BLOCUS

Du 5 au 23/01/26

Pas d'activités sportives :

Du 26 au 30/01/26

Modalités de participation à nos cours

L'utilisation de l'application «Nova Sport» est obligatoire pour chaque séance aux cours ULB Sports, en plus de la présentation de la Carte de Sports. Pour participer à nos cours, réservez votre séance sur l'app et présentez ensuite le QR code de réservation et la Carte de Sports au moniteur.

Téléchargez l'appli «Nova Sport» dès maintenant depuis votre smartphone pour accéder à l'ensemble de nos activités sportives !



S. = Campus du Solbosch

F.S.S. = Forêt de Soignes Sport
Ch. de Wavre, 2057
1160 Bruxelles

ABDOS FESSIERS			MUSCULATION		
Lu	12h30-13h30	S. E Salle 3	Lu	12h-14h/16h30-21h	
Me	18h00-19h00	S. E Salle 3	Ma	10h-14h/16h30-21h	S. E MCP
AIKIDO			Me	12h-14h/16h30-21h	
Lu	20h00-21h30	S. E Dojo	Je	10h-14h/16h30-21h	
BADMINTON			Ve	12h00-14h00	
Lu	12h30-14h00	S. E H1			
Ma	20h00-22h00	S. E H1			
Je	12h00-14h00	S. E H1			
BASKETBALL					
Me	12h30-13h30	S. E H1			
Je	20h00-21h30 (3X3) 21h30 -22h30 (5X5)	S. E H1			
Ve	12h30-13h30	S. E H1			
BODY SCULPT					
Ma	18h00-19h00	S. E H1			
Me	19h00-20h00	S. E Salle 3			
Je	19h00-20h00	S. E Salle 3			
Ve	12h30-13h30	S. E Salle 3			
BOXE					
Lu	18h30-20h30	F.S.S. Salle M			
BRAS DE FER					
Me	19h00-21h00	S. E Foyer sportif			
BREAK DANCE					
Ma	18h00-20h00	S. E Salle 2			
FONCTIONAL TRAINING					
Lu	19h00-20h00	S. E Salle 4			
FUTSAL					
Lu	17h30-19h00	S. E H1 ♂			
Ma	12h00-14h00	S. E H2			
Me	18h00-19h00	S. E H1 ♀			
HIIT (INTERVAL TRAINING)					
Lu	18h00-19h00	S. E Salle 4			
JOGGING (tous niveaux) (Prépa 10km de l'ULB)					
Lu	12h30-13h30	S. E Accueil			
Me	18h00-19h30	S. E Accueil			
JU-JITSU					
Ma	21h15-22h30	S. E Dojo			
JUDO					
Ma	18h00-20h00	S. E Dojo			
KARATÉ					
Je	18h00-19h30	S. E Dojo			
KENDO					
Lu	20h30-22h30	S. E Salle 2			
Me	16h30-18h30	S. E Salle 2			
MISE EN CONDITION PHYSIQUE					
Ma	12h30-13h30	S. E Salle 3			
NAGINATA					
Lu	20h30-22h00	S. E Salle 3			
Ma	20h30-22h00	Gymnasium Bd des Invalides 214-1160 BXL			
ROCK					
Je	17h00-18h00	S. E Salle 3			
ROLLER					
Sa	13h30-16h30	Débutants S. E Grand Hall			
SALSA					
Ma	20h00-21h00	Débutants S. E Salle 2			
	21h00-22h00	Intermédiaires			
SELF DEFENSE					
Ma	20h00-21h15	S. E Dojo			
STEP BASIC					
Me	12h30-13h30	S. E Salle 3			
Je	18h00-19h00	S. E Salle 3			
STRETCHING					
Me	19h30-20h30	S. E Dojo			
TAEKWONDO					
Lu	19h00-20h30	S. E Salle 3			
Me	19h00-20h00	S. E Salle 4			
TAI CHI CHUAN					
Lu	12h00-13h30	S. E Salle 2			
TANGO					
Ma	18h00-19h30	S. E Salle 3			
TENNIS DE TABLE					
Lu	12h00-13h30	S. E Salle 4			
Me	12h00-13h30	S. E Salle 4			
Je	17h00-19h30	S. E Salle 4			
THUY PHAP					
Sa	11h00-12h30	S. E Salle 2			
VOLLEYBALL					
Me	12h30-13h30	S. E H2			
Je	18h30-20h00	S. E H2			
Ve	12h30-13h30	S. E H2			
YOGA					
Lu	12h30-13h30	S. E Dojo			
	18h30-20h00	S. E Dojo			
Ma	16h30-18h00	S. E Salle 2			
Ve	12h30-13h30	S. E Dojo			
ZUMBA					
Lu	19h00-20h00	S. E H1			
Ma	19h00-20h00	S. E H1			
Je	12h30-13h30	S. E Salle 3			
Je	18h00-19h00	S. E H1			