

 Congé le 29/05

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 12h30-13h30 **S. E1** Grand Hall

Lu 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 20h00-22h00 **S. E1** Grand Hall

Ve 12h30-13h30 **S. E1** Grand Hall

BODY SCULPT

Ma 18h00-19h00 **S. E1** Grand Hall

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

FONCTIONAL TRAINING

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

FUTSAL

Je 19h30-22h00 **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) (Prépa 10km de l'ULB)

Lu 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

Je 19h00-20h30 **S. E1** Dojo

KENDO

Lu 20h30-22h30 **S. E1** Salle 2

Me 16h30-18h30 **S. E1** Salle 2

MISE EN CONDITION PHYSIQUE

Ma 12h30-13h30 **S. E1** Grand Hall

MODERN JAZZ

Lu 19h30-20h30 **S. E** Salle 2

MUSCULATION

Lu 12h00-14h00 **S. E1** MCP
16h30-21h00

Ma 12h00-14h00 **S. E1** MCP
16h30-21h00

Me 12h00-14h00 **S. E1** MCP
16h30-21h00

Je 10h00-14h00 **S. E1** MCP
16h30-21h00

Ve 12h00-14h00 **S. E1** MCP

SALSA

Ma Débutants:
20h00-21h00
Intermédiaires:
21h00-22h00 **S. E1** Salle 2

STEP BASIC

Me 12h30-13h30 **S. E1** Grand Hall

Je 17h00-18h00 **S. E1** Grand Hall

STRETCHING

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

TAEKWONDO

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

TAI CHI CHUAN

Lu 12h00-13h30 **S. E1** Salle 2

TANGO

Lu 18h00-19h30 **S. E1** Salle 4

TENNIS DE TABLE

Me 12h00-14h00 **S. E1** Salle 4

Je 17h00-19h00 **S. E1** Salle 4

VOLLEYBALL

Me 12h00-13h00 **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

18h30-20h00 **S. E1** Dojo

Je 18h00-19h00 **S. E1** Dojo

Ve 12h30-13h30 **S. E1** Dojo

ZUMBA

Lu 19h00-20h00 **S. E1** Grand Hall

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)