



SITE DE : LENS

PLANNING SEMESTRE 1 - 2024/2025

Inscription à partir du 9 septembre sur l'ENT, reprise des activités le 16 septembre 2024

Les séances indiquées "ETUDIANTS" sont accessibles aux étudiants et personnels.

Les séances indiquées "PERSONNELS" sont exclusivement réservées aux personnels.

JOUR	HORAIRE DE DEBUT	HORAIRE DE FIN	ACTIVITE	LIEU	INTERVENANT	Type de créneau	REMARQUE	DUREE
LUNDI	12:15	13:15	STRETCHING - RENFORCEMENT MUSCULAIRE	IUT Lens - salle 05E	RAPICAULT Reynald	PERSONNELS		01:00
LUNDI	17:30	19:30	MUSCULATION	Complexe Léo Lagrange - salle de musculation	LAGUILLAUMIE Olivier	ETUDIANTS		02:00
LUNDI	17:30	19:30	TENNIS DE TABLE	Lycée Saint Paul - Salle de sport Limousin	DIETRICH Loïc	ETUDIANTS		02:00
LUNDI	17:30	19:30	ESCALADE	Lycée Saint Paul - Salle de sport Limousin	DELPORTE Jean-Christophe	ETUDIANTS		02:00
LUNDI	18:15	19:30	PÉTANQUE	Boulodrome Halle Fauquette	WILSON renaud	ETUDIANTS		01:15
MARDI	12:00	13:15	SELF DEFENSE	Gymnase Hochman - Dojo	GAYET Sébastien	ETUDIANTS		01:15
MARDI	17:30	18:30	STRETCHING	Faculté Jean Perrin - Bât B, salle 3ème étage CRIL	DHEDIN mickael	ETUDIANTS		01:00
MARDI	17:30	19:30	MUSCULATION	Complexe Léo Lagrange - salle de musculation	JUSKOWIAK Hugo	ETUDIANTS		02:00
MARDI	18:00	19:30	BADMINTON	Gymnase Jean Jaurès - grande salle	DELPORTE Jean-Christophe	ETUDIANTS		01:30
MARDI	18:00	20:00	FUTSAL	Stade Léo Lagrange - salle Coubertin	LAGUILLAUMIE Olivier	ETUDIANTS		02:00
MARDI	18:30	20:30	VOLLEY-BALL	Lycée Saint Paul - Salle de sport Limousin	DIETRICH Loïc	ETUDIANTS		02:00
MERCREDI	12:00	13:30	BADMINTON	Collège Jean Zay - nouvelle salle	LEROY Caroline	ETUDIANTS		01:30
MERCREDI	18:00	20:00	MUSCULATION	Complexe Léo Lagrange - salle de musculation	MARCINIAK Julien	ETUDIANTS		02:00
JEUDI	12:30	13:30	FUTSAL	Gymnase Hochman - grande salle	LIEVRE Guillaume	ETUDIANTS		01:00

JEUDI	13:00	14:00	TAI CHI	IUT Lens - salle 02SE ou jardin de la Faculté	HSU Tienté	PERSONNELS		01:00
JEUDI	15:30	17:30	MUSCULATION	Complexe Léo Lagrange - salle de musculation	RAPICAULT Reynald	ETUDIANTS		02:00
JEUDI	16:00	18:00	TENNIS	Club de tennis - Halle Fauquette	BAUDRILLARD Antoine	ETUDIANTS		02:00
JEUDI	18:00	19:15	MUSCULATION	Lycée Béhal	PENNEL Amélie	ETUDIANTS	musculation au lieu de cross-training à partir du 7 novembre	01:15
JEUDI	18:00	19:30	BADMINTON	Lycée Saint Paul - Salle de sport Limousin	DELPORTE Jean-Christophe	ETUDIANTS		01:30
JEUDI	19:15	20:15	YOGA STRETCHING	Lycée Béhal	PENNEL Amélie	ETUDIANTS		01:00
VENDREDI	16:30	18:00	NATATION	Piscine Lens - bassin d'apprentissage	SURRANS Muriel	ETUDIANTS	Rdv 16h15 devant la piscine	01:30
VENDREDI	18:00	19:30	BADMINTON	Lycée Béhal	DASSONVILLE Vincent	ETUDIANTS		01:30
VENDREDI	18:00	19:00	NATATION	Piscine Lens - bassin de 50 m	INTERVENANT DE LA PISCINE	PERSONNELS	Rdv 17h45 devant la piscine	01:00
VENDREDI	19:30	21:00	BASKET BALL	Lycée Béhal	DASSONVILLE Vincent	ETUDIANTS		01:30
SAMEDI	09:30	12:30	RANDONNÉE / MARCHE NORDIQUE	Lieu de départ : voir planning ci-dessous	JUSKOWIAK Hugo	ETUDIANTS	21/09, 28/09, 5/10, 12/10, 19/10 voir planning ci-dessous.	03:00

**Programmation des randonnées 2024-2025 (Premier Semestre) SUAPS
Samedi Matin, 9h30-12h30.**

Samedi 21 septembre 2024 : Le long de la Scarpe – 12,3 km (57m de D+)
Départ : Parking de l'Université d'Artois (gymnase).

Samedi 28 septembre 2024 : Terrils des Pinchonvalles – 11,2 km (190m de D+)
Départ : Parking de la Faculté des Sports de Liévin, Rue Maurice Garin, Angres.

Samedi 05 octobre 2024 : Souchez – 11,9 km (200m de D+)
Départ : Face au stade Roger Verdière, rue Morel, Souchez.

Samedi 12 octobre 2024 : Anzin – 14 km (85m de D+)
Départ : Parking du Golf d'Arras.

Samedi 19 octobre 2024 : Mont Saint Éloi – 11,46 km (150m de D+)
Départ : Parking des ruines, rue du Général Barbot, Mont Saint Éloi.