

PLANNING DES ACTIVITÉS SPORTIVES ENS DE LYON 2023 / 2024

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI
07h			MÉDITATION 7H30-8H30 A. F. DE BARROS SALLE DE DANSE	MINDFULLNESS 8H-9H A. F. DE BARROS	
12h	BASKET 12H15-13H45 SANOFI NON ENCADRÉ	CROSS TRAINING 12H15-13H30 B. MATRAY SALLE DE DANSE	RENFO MUSCU 12H-13H J. RIQUELME	PILATES 12H-13H P. CORRAL	KARATÉ 12H-13H30 A-L. FOUGÈRES
13h	BAD & TENNIS DE TABLE 12H15-13H45 NON ENCADRÉ	BAD 12H15-13H45 NON ENCADRÉ	RENFO STRETCH 12H15-13H15 B. MATRAY SALLE DE DANSE	BAD 12H15-13H45 NON ENCADRÉ	BAD & TENNIS DE TABLE 12H15-13H45 NON ENCADRÉ
14h			FUTSAL 12H15-13H45 NON ENCADRÉ	BIEN ÊTRE STRECH RESPI 13H-14H P. CORRAL	
15h			ZUMBA STRETCH 12H-13H J. RIQUELME	FUTSAL 12H15-13H45 NON ENCADRÉ	
16h			YOGA 12H15-13H45 D. BUTTIN	TENNIS DE TABLE 14H15-15H45 F. GENOT	TENNIS DÉBUTANT 15H30-16H30 SEMESTRE 1 LOU TENNIS
17h				FFSU 14H-22H	TENNIS INTERMÉDIAIRE 16H30-17H30 SEMESTRE 1 & 2 LOU TENNIS
18h	TENNIS PERFECTIONNEMENT 18H-19H R. NEMETH	STEP & SCULPT 17H30-18H30 J. RIQUELME		RELAXATION 17H-18H S. TONADRE RÉSERVÉ AUX ÉTUDIANT(E)S	
19h	BOXE FRANÇAISE 18H-19H30 F. MÈNÉROUD	HAND FILLES 18H-19H30 H. LULIC	CROSS TRAINING 18H-19H15 B. MATRAY SALLE DE DANSE	YOGA 18H15-19H45 D BUTTIN SALLE DE DANSE	BAD COMPÉT 18H-20H RESPO BAD
20h	FOOT FILLES & GARÇONS 18H-20H TERRAIN 11 Y. COPIN	ZUMBA 18H30-19H30 J. RIQUELME	BAD & TENNIS DE TABLE 18H-19H30 NON ENCADRÉ	ULTIMATE 16H-18H RESPO. ULTIMATE	FUTSAL 18H30-20H NON ENCADRÉ
21h	BASKET FILLES 18H30-20H30 B. MATRAY	CLASSIQUE 19H30-21H E. MARTIN	MUSCU 19H15-20H15 B. MATRAY	FFSU 18H-22H	
22h	ATHLÉTISME 20H-21H PISTE ATHLÉ PLAINES DES JEUX RESPO. ATHLÉ	HAND GARÇONS 19H30-21H15 H. LULIC	ESCALADE 18H15-19H45 F. MATHON	STREET JAZZ 20H-22H RESPO. STREET JAZZ SALLE DE DANSE	EPÉE ET FLEURET SEMESTRE 1 DÉBUTANT CONFIRMÉ 19H45-21H15 SEL PART-DIEU F. MALACHENKO
23h	NATATION 21H-22H DELESSERT	RUGBY FILLES & GARÇONS 19H45-21H45 PLAINES DES JEUX TERRAIN 3 AVEC ISARA	NATATION 19H-20H PISCINE DELESSERT		
	BASKET GARÇONS 20H30-22H30 B. MATRAY	POM POM 21H15-22H45 M. HEURTEAU ET O. DUBOIS	POM POM 20H-22H RESPO. POMPOM		
		TREKWONDO 21H-23H A. ROSPARS	BASKET 3X3 20H30-22H B. MATRAY		
		ULTIMATE 21H15-23H RESPO. ULTIMATE			

POSSIBILITÉ DE FAIRE DE L'ÉQUITATION ET DU TRIATHLON SUR DIFFÉRENTS CRÉNEAUX

SALLES DE DESCARTES

GYMNASÉ DESCARTES

EXTÉRIEUR

GYMNASÉ MONOD