

1er semestre 2018/2019

Présentation de votre carte d'adhésion au SUAPS obligatoire ou carte d'étudiant à chaque début de cours

Nous vous rappelons que l'usage de chaussures extérieures est INTERDIT dans les salles et gymnases.

Horaires susceptibles d'être modifiés, consulter le site unicaen portail étudiant sport pour connaître les horaires en temps réel.

SPORTS COLLECTIFS					
Basket-Ball	Lundi	18h 19h	Confirmée intermédiaire femme	S. Alexandre	Gym 2 Campus 2
	Lundi	19h 20h	Confirmé intermédiaire homme	S. Alexandre	Gym 2 Campus 2
	Mardi	20h 21h30	Confirmé intermédiaire homme	N. Zych	Gym 2 Campus 2
	Mercredi	17h 18h30	Débutant intermédiaire mixte	S. Alexandre	Halle des sports
Football	Mercredi	18h30 20h	Tournois	S. Alexandre	Halle des sports
	Lundi	19h15 20h45	Pratiquants club niveau régional	E. Rapilly	Stade Venioix Claude Mercier
Futsal féminin	Lundi	20h45 22h15	Tous niveaux	E. Rapilly	Stade Venioix Claude Mercier
	Mardi	19h 20h30	Tous niveaux	E. Rapilly	Gym 1 Campus 2
Futsal	Lundi	12h15 13h45	Tous niveaux	E. Rapilly	Halle des sports
	Mardi	18h 19h	Tous niveaux	H. Savaroc	Gym 2 Campus 2
	Mardi	19h 20h	Tous niveaux	H. Savaroc	Gym 2 Campus 2
	Mercredi	16h 17h	Tous niveaux	L. Testard	Halle des sports
	Mercredi	18h 19h15	Tous niveaux		Gd Gymnase
Vendredi	12h 13h30	Tous niveaux		Halle des sports	
Handball	Lundi	18h45 20h15	Confirmée femme	M. Collyer	Gd Gymnase
	Lundi	20h15 21h45	Confirmé homme	M. Collyer	Gd Gymnase
	Mardi	19h30 21h	Femme intermédiaire	R. Capelle	Gd Gymnase
	Mardi	21h 22h30	Homme débutant intermédiaire	R. Capelle	Gd Gymnase
Hockey sur gazon	Mercredi	20h30 22h	Tournoi 2 fois par mois	R. Capelle/M. Collyer	Gd Gymnase
	Mardi	19h30 21 h30	Confirmé		Rue du désert
Rugby	Mercredi	19h30 21h	Débutant		Stade J. Deterville
	Jeudi	19h30 21h30	Confirmé		La Maladrerie - Caen
Volley	Mardi	18h30 20h	Femme	L. Morel	Stade du chemin vert
	Mardi	18h 20h	Homme	N. fresnard	Stade du chemin vert
Volley	Lundi	18h 19h45	Débutants	J.F. Desheulles	Gym 1 Campus 2
	Lundi	19h45 21h30	Intermédiaires	J.F. Desheulles	Gym 1 Campus 2
	Lundi	20h15 22h	Intermédiaires confirmés	M.C. Savaroc-Heim	Halle des sports
	Mardi	18h30 20h30	Tous niveaux sauf débutant	S. Thénaisy	Halle des sports

SPORTS DE COMBAT ET ARTS MARTIAUX					
Aikido et Systema	Mercredi	20h 21h30	Tous niveaux	A. Leroux	Dojo CSN Lycée Laplace
Boxe anglaise	Mardi	17h45 18h45	Débutant	M. Boutartour	Salle de combat
	Mardi	18h45 20h15	Intermédiaire-confirmé	M. Boutartour	Salle de combat
	Jeudi	17h45 19h	Débutant	F. Blondel	Salle de combat
Savate Boxe française	Lundi	18h30 19h30	Débutant-intermédiaire	B. Leroy	Salle de combat
	Mercredi	18h15 19h15	Débutant	Th. Blanluet	Salle de combat
	Mercredi	19h15 20h15	Intermédiaire	Th. Blanluet	Salle de combat
	Jeudi	19h 20h30	Intermédiaire-confirmé	Ch. Lesage	Salle de combat
Escrime	Lundi	17h 18h15	Escrime de spectacle	F. Desprès	Petit gymnase de l'ESPE
	Lundi	18h15 20h	Intermédiaire confirmé	F. Desprès	Gd gymnase de l'ESPE
	Lundi	20h 21h30	Loisirs	F. Desprès	Gd gymnase de l'ESPE
Karaté	Mardi	18h30 19h45	Débutant/Découverte	K. Benazzi	Dojo Campus 2
	Mardi	19h45 21h	Initiés et +	K. Benazzi	Dojo Campus 2
Combat libre	Lundi	18h 19h15	Tous niveaux	V. Beuruelle	Dojo Campus 2
	Lundi	19h15 20h30	Tous niveaux	V. Beuruelle	Dojo Campus 2
Judo	Mercredi	19h 20h15	Débutant	P. Caron/B. Dessessard	Dojo Campus 2
	Mercredi	20h15 21h30	Confirmé	P. Caron/B. Dessessard	Dojo Campus 2
Self defense	Jeudi	17h45 18h45	Débutant	P. Maurice	Dojo Campus 2
	Jeudi	18h45 19h45	Débutant	P. Maurice	Dojo Campus 2



ACTIVITES AQUATIQUES					
Apnée Palmage	Jeudi	20h 21h30	Tous niveaux	S. Alexandre	P I S C I N E U N I V E R S I T A I R E
Apprentissage	Mardi	17h 17h45	Bassin d'apprentissage	S. Alexandre	
	Mercredi	19h45 20h45	Bassin d'apprentissage	C. Bunel	
	Jeudi	19h15 20h	Bassin d'apprentissage	C. Bunel	
	Samedi	11h 11h45	Bassin d'apprentissage	C. Bunel + C. Bourdiel	
Aquaforme	Jeudi	19h15 20h	Grand bain	C. Bourdiel	
Aquasilhouette	Samedi	10h15 11h	Bassin d'apprentissage	C. Bourdiel	
Aquaphobie	Lundi	18h45 19h30	Bassin d'apprentissage	S. Dhuysser	
Aquagym	Lundi	18h45 19h30	Grand bain	J.P. Chenal	
	Mercredi	18h 18h45	Grand bain	C. Bunel	
	Jeudi	12h 12h45	Grand bain	J.P. Chenal	
	Vendredi	13h 13h45	Bassin d'apprentissage	C. Bourdiel	
Circuit Aqua-training	Lundi	12h30 13h15	Bassin d'apprentissage	M.C. Savaroc-Heim	
	Lundi	17h15 18h	Bassin d'apprentissage	L. Levilland	
	Lundi	18h 18h45	Bassin d'apprentissage	L. Levilland	
	Mardi	12h45 13h30	Bassin d'apprentissage	C. Bunel	
	Mardi	17h45 18h30	Bassin d'apprentissage	S. Alexandre	
	Mercredi	12h45 13h30	Bassin d'apprentissage	K. Couanon	
	Mercredi	17h30 18h15	Personnel universitaire	M.C. Savaroc-Heim	
	Mercredi	18h15 19h	Bassin d'apprentissage	M.C. Savaroc-Heim	
	Jeudi	12h45 13h30	Bassin d'apprentissage	C. Bourdiel	
Jeudi	18h15 19h	Bassin d'apprentissage	C. Bourdiel		
Vendredi	18h15 19h	Bassin d'apprentissage	K. Couanon		
Entraînement B.N.S.S.A/SB	Mercredi	19h45 21h30	Grand bain	C. Bourdiel	
Nage avec palmes *	Lundi	12h 13h30	Tous niveaux	Pratique libre surveillée	
	Mardi	12h15 13h45	Tous niveaux	JP Chenal	
	Jeudi	12h45 14h	Tous niveaux	C. Bunel	
Perfectionnement*	Lundi	18h 18h45	Niveau 2 à 4	S. Dhuysser	
	Mardi	17h30 18h30	Niveau 1/2	C. Bunel	
	Mercredi	18h45 19h45	Niveau 1 à 4	C. Bourdiel	
	Vendredi	12h 13h	Tous niveaux	C. Bourdiel	
Plongée sous marine			voir activités de pleine nature		
BAIGNADE LIBRE (Evacuation bassin 5 * 1 ligne d'eau réservée à la nage avec palmes et 1 au perfectionnement sur les heures de baignade libre de midi (sauf vendredi))	Lundi	12h 13h30	<ul style="list-style-type: none"> ▪ tous publics Grand Bain uniquement ▪ tous publics Grand Bain uniquement ▪ réservé personnel universitaire <ul style="list-style-type: none"> Bassin d'apprentissage Bassin d'apprentissage ▪ Grand Bain uniquement ▪ tous publics Grand Bain uniquement ▪ Grand Bain uniquement Bassin d'apprentissage tous publics Bassin d'apprentissage ▪ tous publics Grand Bain uniquement ▪ tous publics Grand Bain uniquement ▪ tous publics Grand Bain uniquement 		
	Mardi	7h30 8h30			
	Mercredi	16h 17h30			
	Mercredi	19h 19h45			
	Mercredi	20h45 21h30			
	Mercredi	19h45 21h30			
	Jeudi	12h45 14h			
	Jeudi	17h 19h15			
	Jeudi	17h 18h15			
	Vendredi	12h 13h			
	Vendredi	12h 12h30			
Vendredi	17h30 19h				
Samedi	10h 12h				

* tous publics : créneaux ouverts aux personnes inscrites au SUAPS mais aussi aux personnes extérieures payant un ticket à : 1€ pour les moins de 16 ans et 2€ pour les plus de 16 ans.

ACTIVITES DE RAQUETTES ET DE TIR					
Badminton	Lundi	17h00 18h15	Tous niveaux	M.C. Savaroc-Heim	Halle des sports
	Lundi	18h15 19h30	Confirmé	M.C. Savaroc-Heim	Halle des sports
	Mardi	16h30 17h30	Débutant Intermédiaire	E. Rapilly	Halle des sports
	Mardi	17h30 18h30	Intermédiaire	E. Rapilly	Halle des sports
	Mardi	18h 19h	Débutant Intermédiaire	S. Lemoine	Gym 1 Campus 2
	Mercredi	18h 19h	Débutant Intermédiaire	A. Leclerc	Gym 1 et 2 Campus 2
	Mercredi	19h 20h	Débutant Intermédiaire	A. Leclerc	Gym 1 et 2 Campus 2
	Mercredi	19h15 20h30	Intermédiaire Confirmé	M.C. Savaroc-Heim	Gd Gymnase
	Mercredi	20h 21h	Débutant Intermédiaire	A. Leclerc	Gym 1 et 2 Campus 2
	Mercredi	20h30 21h45	Pratique libre surveillée	S. Dhuysser	Halle des sports
	Mercredi	20h30 22h	Tournoi 1 fois par mois	M.C. Savaroc-Heim	Grand Gymnase
Jeudi	20h 21h30	Classés ou anciens classés	B. Louvet	Gd Gymnase	
Vendredi	10h30 12h	Pratique libre surveillée	E. Rapilly	Halle des sports	
Vendredi	12h30 13h30	Personnel universitaire pratique libre		Grand Gymnase	
Samedi	14h15 15h15	Pratique libre surveillée		Halle des sports	
Samedi	15h15 16h15	Pratique libre surveillée		Halle des sports	
Tennis de table	Mercredi	20h 21h	Tous niveaux	S. Dhuysser	Halle des sports
	Mercredi	21h 22h	Tous niveaux	S. Dhuysser	Halle des sports
	Vendredi	10h30 12h	Tous niveaux	E. Rapilly	Halle des sports
Tennis	Mardi	12h15 13h45	Intermédiaire confirmé	F. Després	Halle des sports
	Jeudi	12h 13h	Niveau débutant	F. Després	Halle des sports
	Jeudi	12h 14h	Personnel universitaire	F. Després	Halle des sports
	Jeudi	13h 14h	Niveau confirmé	F. Després	Halle des sports
	Jeudi	19h30 20h30	Niveau débutant	F. Després	Halle des sports
	Jeudi	20h30 21h30	Niveau classé	F. Després	Halle des sports
	Vendredi	16h45 17h45	Niveau intermédiaire	F. Després	Halle des sports
Vendredi	17h45 18h45	Niveau confirmé	F. Després	Halle des sports	
Tir à l'arc	Jeudi	16h45 17h55	Tous niveaux	L. Testard	Gd Gymnase
	Jeudi	17h55 18h55	Tous niveaux	L. Testard	Gd Gymnase
	Jeudi	18h55 20h	Tous niveaux	L. Testard	Gd Gymnase
Tir à la carabine et au pistolet	Lundi	18h 19h	Tous niveaux	S. Sames	S. de Tir
	Lundi	19h 20h	Tous niveaux	S. Sames	S. de Tir
	Mardi	17h 18h	Tous niveaux	O. Thénaïsy	S. de Tir
	Mardi	18h 19h	Tous niveaux	O. Thénaïsy	S. de Tir
	Mardi	19h 20h	Tous niveaux	O. Thénaïsy	S. de Tir
	Jeudi	12h15 13h30	Tous niveaux	S. Alexandre	S. de Tir
	Vendredi	17h30 19h	Tous niveaux	S. Sames	S. de Tir



ACTIVITES DE FORME						
<i>Barre au sol</i>	Lundi	18h 19h	Tous niveaux	L. Guilleux	S danse Campus 2	
Etirements/relaxation	Lundi	17h30 18h30	Tous niveaux	E. Rapilly	Salle de danse	
	Mardi	12h 13h	Tous niveaux	E. Rapilly	Salle jaune	
Fitness	<i>Body Mind</i>	Mercredi	12h15 13h15	Tous niveaux	L. Fournier	Salle jaune
	<i>Body sculpt</i>	Lundi	17h15 18h	Tous niveaux	F. Cacitti	Salle jaune
		Mardi	17h15 18h	Tous niveaux	J. Francesconi	Salle jaune
		Mardi	17h30 18h	Tous niveaux	J. Viala	S. de danse Campus 2
		Mardi	19h 19h45	Tous niveaux	J. Viala	S. de danse Campus 2
	<i>Body training</i>	Mercredi	17h15 18h	Tous niveaux	N. Béhuët	Salle jaune
		Mardi	18h15 19h	Tous niveaux	J. Viala	S. de danse Campus 2
	FAC	Mardi	20h30 21h15	Tous niveaux	J. Viala	Halle des sports
		Mardi	18h 18h45	Tous niveaux	J. Francesconi	Salle jaune
	<i>Fi tness dance</i>	Mercredi	17h 17h45	Tous niveaux	A. Gomez	S. de danse Campus 2
		Lundi	19h30 20h15	Tous niveaux	L. Fournier	Halle des sports
	<i>Gym tonic</i>	Mercredi	19h 20h	Tous niveaux	N. Béhuët	Salle jaune
		Mercredi	17h45 18h30	Tous niveaux	A. Gomez	S. de danse Campus 2
	<i>Step</i>	Mercredi	18h 19h	Niveau débutant	N. Béhuët	Salle jaune
<i>Zumba</i>	Jeudi	17h30 18h15	Tous niveaux	F. Cacitti	Halle des sports	
	Jeudi	18h30 19h15	Tous niveaux	F. Cacitti	Halle des sports	
Muscultation	Lundi	12h15 13h45	Tous niveaux	O. Thénaisy	Espace forme	
	Lundi	17h15 19h	Réservé personnel universitaire	S. Thénaisy	Espace forme	
	Lundi	17h30 18h45	Pratique libre surveillée	N. Zych	Campus 2	
	Lundi	19h 20h15	Pratique libre surveillée	N. Zych	Espace forme	
	Lundi	20h15 21h30	Pratique libre surveillée	N. Zych	Espace forme	
	MuscultationPréparation physique	Mardi	11h 12h30	Tous niveaux	O. Thénaisy	Espace forme
		Mardi	12h15 13h45	SHN + Personnel universitaire	C. Lemetayer	Campus 2
		Mardi	18h30 20h	Pratique libre surveillée	N. Zych	Campus 2
		Mardi	18h45 20h15	Tous niveaux	S. Alexandre	Espace forme
		Mardi	20h15 21h30	Tous niveaux	C. Lemetayer	Espace forme
		Mercredi	12h30 13h30	Pratique libre surveillée		Espace forme
		Mercredi	13h30 15h	Pratique libre surveillée	O. Thénaisy	Espace forme
		Mercredi	20h 21h	Tous niveaux	A. Gomez	Espace forme
		Mercredi	21h 22h	Tous niveaux	A. Gomez	Espace forme
		Jeudi	12h15 13h45	SHN + Tous niveaux	C. Lemetayer	Campus 2
		Jeudi	12h15 13h45	Tous niveaux	F. Cacitti	Espace forme
		Jeudi	17h 18h30	Tous niveaux	A. Gomez	Espace forme
	Muscultation et condition physique	Jeudi	18h30 19h45	Tous niveaux	S.Alexandre	Espace forme
		Jeudi	19h45 21h	Tous niveaux	S. Marlière	Espace forme
		Vendredi	16h45 18h	Tous niveaux	A. Gomez	Espace forme
		Vendredi	18h 19h15	Tous niveaux	A. Gomez	Espace forme
		Samedi	9h30 10h45	Tous niveaux	F. Desprès	Espace forme
		Samedi	10h45 12h	Tous niveaux	F. Desprès	Espace forme
		Parcours fitness cardio (réservé femmes)	Mardi	15h45 17h	Individualisés	S. Thénaisy
Mardi			17h 18h15	Individualisés	S. Thénaisy	Espace forme
Mercredi			10h45 12h15	Individualisés + inscrits santé	S. Thénaisy	Espace forme
Mercredi			16h 17h15	Individualisés	S. Thénaisy	Espace forme
Mercredi			17h15 18h30	Individualisés	S. Thénaisy	Espace forme
Mercredi			18h30 19h45	Individualisés	S. Thénaisy	Espace forme
Vendredi	12h 13h		Individualisés + inscrits santé	S.Thénaisy	Espace forme	
Vendredi	13h 14h		Individualisés + inscrits santé	S. Thénaisy	Espace forme	
Pilates	Mardi	19h30 20h30	Tous niveaux	N. Capdevilla	Dojo CSN Lycée Laplace	
	Mercredi	17h30 18h30	Réservé étudiants	N. Capdevilla	Salle polyvalente	
	Mercredi	17h30 18h30	Réservé personnel universitaire	L. Guilleux	Salle de danse	
	Mercredi	18h30 19h30	Tous niveaux	A. Gomez	S de danse Campus 2	
	Jeudi	17h15 18h15	Réservé personnel universitaire	L. Guilleux	Salle de danse	
	Jeudi	18h15 19h15	Réservé étudiants	L. Guilleux	Salle de danse	
	Vendredi	11h30 12h30	Débutants	L. Guilleux	Salle de danse	
	Vendredi	12h30 13h30	Niveau intermédiaire	L. Guilleux	Salle de danse	
Sophrologie relaxation	Jeudi	18h45 20h	Débutants	F. Olivier	Salle jaune	
	Jeudi	20h 21h15	Intermédiaires	F. Olivier	Salle jaune	
Sport Santé-Perte de poids	Lundi	15h45 17h15		S. Thénaisy	Espace forme	
	Mardi	12h30 14h		S. Thénaisy	Espace forme	
Yoga	Hatha	Lundi	19h 20h15	Tous niveaux	V. Deschamps	Salle jaune
	Ashtanga	Mardi	18h45 20h	Tous niveaux	T. de Boisgelin	Salle jaune
	Hatha	Mardi	20h 21h15	Tous niveaux	T. de Boisgelin	Salle jaune
		Vendredi	18h 19h15	Tous niveaux	S. Shanmugam	Salle jaune



ACTIVITES D'EXPRESSION					
Danses de société					
<i>Rock</i> <i>Salsa/Sueña</i> <i>Bachata/Salsa</i> <i>Tango argentin</i>	Lundi	20h15 21h30	Débutants	L. Guilleux	S. Danse Campus 2
	Mardi	19h30 20h45	Tous niveaux	Ph. Capdevila	Salle de danse
	Jeudi	19h15 20h30	Intermédiaire confirmé	L. Guilleux	Salle de danse
	Jeudi	17h15 18h15	Tous niveaux	M. Camara	Salle polyvalente
	Mardi	18h15 19h30	Tous niveaux	Ph. Capdevila	Salle de danse
Lundi	18h30 19h30	Tous niveaux	G. Jean et J. Delacroix	Salle de danse	
Danse contemporaine	Lundi	19h 20h15	Débutant	L. Guilleux	S. Danse Campus 2
	Mercredi	18h30 20h	Débutant intermédiaire	L. Guilleux	Salle de danse
	Mercredi	20h 21h30	Intermédiaire confirmé	L. Guilleux	Salle de danse
Escrime de spectacle	Lundi	17h 18h15	Tous niveaux	F. Desprès	Gd gymnase de l'ESPE
Hip Hop	Mercredi	18h45 20h15	Tous niveaux	A. Anne	Salle polyvalente
Modem'jazz	Mercredi	19h30 20h45	Débutant	A. Marecal	S. Danse Campus 2
	Mercredi	20h45 22h	Intermédiaire	A. Marecal	S. Danse Campus 2

ACTIVITES DE PLEINE NATURE					
Athlétisme	Mardi	18h30 20h30	Tous niveaux	CAC	Stade Héltas
Aviron	Vendredi	14h 16h	Tous niveaux	M. Morvan	Av. de Tourville
Course d'orientation	Jeudi	17h30 19h	Tous niveaux	E. Pigeon	RV hall d'entrée du SUAPS
Course hors stade	Jeudi	17h45 19h	Tous niveaux	E. Rapilly	RV hall d'entrée du SUAPS
Equitation	Mardi	16h 17h	Débutant et galop 1/2		Club hippique SHUC Caen
	Mardi	17h 18h	Niveau galop 3/4		Club hippique SHUC Caen
	Jeudi	16h 17h	Débutant et galop 1/2		Club hippique SHUC Caen
	Jeudi	17h 18h	Niveau galop 6 et 7		Club hippique SHUC Caen
Escalade	Lundi	17h 18h30	Confirmés	J.P. Chenal	Halle des sports
	Lundi	20h15 21h45	Tous niveaux	S. Alexandre	Halle des sports
	Mardi	18h20 19h50	Tous niveaux	L. Testard	Halle des sports
	Mercredi	17h 18h30	Tous niveaux	L. Testard	Halle des sports
	Mercredi	18h30 20h	Tous niveaux	L. Testard	Halle des sports
Samedi	13h30 16h30	Tous niveaux	L. Testard	Halle des sports	
Golf Indoor	Mardi	12h30 13h30	Practice confirmé/Conseils individualisés débutant/Intermédiaire	O. Thénaisy	Grand gymnase
	Mardi	17h 18h15	Practice confirmé/Conseils individualisés débutant/Intermédiaire	M.C. Savaroc-H	Grand gymnase
	Mardi	18h15 19h30	Practice confirmé/Conseils individualisés débutant/Intermédiaire	M.C. Savaroc-H	Grand gymnase
Golf extérieur	Vendredi	13h45 16h15	Intermédiaire/confirmé	M.C. Savaroc-H	Louvigny
	Samedi		voir calendrier sur site		
Parapente	Vendredi	13h30 19h	Débutants : comprendre le français oral	J.P. Chenal	En extérieur
Plongée sous marine	Lundi	19h30 21h	Niveau 1 + Prépa. Initiateur	J.P. Chenal	Piscine universitaire
	Lundi	21h 22h30	Niveau 2	J.P. Chenal	Piscine universitaire
	Mardi	12h15 13h45	Niveau 1 + Prépa. initiateur	J.P. Chenal	Piscine universitaire
	Mardi	18h30 20h	Perfectionnement	J.P. Chenal	Piscine universitaire
Mardi	20h00 21h30	Niveau 1	L. Testard	Piscine universitaire	
Randonnée	Dimanche	stephane.alexandre@unicaen.fr	Tous niveaux	S. Alexandre	
Voile	Mardi	12h15 13h45	Tous niveaux		Nouveau bassin
	Jeudi	14h 16h	Tous niveaux		Caen Yacht Club

