

SUAPS

SERVICE UNIVERSITAIRE DES ACTIVITÉS
PHYSIQUES ET SPORTIVES

PLANNING 18/19

LIEUX DE PRATIQUES

- **Aquavita** : quartier des Hauts de St-Aubin à Angers | bus ligne 5 et 8
- **Centre Athletis** : 50 avenue de l'Europe aux Ponts-de-Cé | bus ligne 3 et 8
- **CSU** : Suaps, 6 bd Beaussier à Angers proche Faculté des sciences | bus ligne 1
- **Golf Avrillé** : Château de la Perrière à Avrillé | tram
- **La Baumette, halle de tennis** : 4 bd Marc Leclerc à Angers | bus ligne 10
- **La Baumette, tir sportif** : Centre municipal, 10 allée du Sueil en Maine à Angers | bus ligne 10
- **Maison de quartier r. Thiers** : 12 rue Thiers à Angers | tram
- **Piscine Belle-Beille** : rue Eugénie Mansion à Angers proche campus Belle-Beille | bus ligne 1
- **Piscine Jean Bouin** : 31 bd Pierre de Coubertin, quartier la Madeleine à Angers | bus ligne 9
- **Quart'Ney** : 9 rue Duboys à Angers proche campus Saint-Serge | tram
- **Salle Jean Moulin** : 2 rue des Capucins à Angers proche Faculté de médecine | tram
- **Salle Maurice Bertheau** : 1 bd Daviers à Angers proche CHU | tram
- **Stade de Frémur** : rue des Chaffauds, quartier Roseraie à Angers | tram
- **Stade Marcel Nauleau** : 56 bd Aubrac à Angers, proche Faculté de médecine, à côté de l'Eseo | tram
- **Stade Mikulak/Stade du Lac de Maine** : rue Jules Ladoumeque à Angers | bus ligne 4
- **Stade Paul Robin** : 1 rue de la Lande à Angers proche campus Belle-Beille et CSU



TALENTRAÎNANTE
université
angers

SUAPS | 6 bd Beaussier | 49000 Angers
Plus d'infos sur : www.univ-angers.fr/suaps

ACTIVITÉS D'ENTRETIEN PHYSIQUE

Activités	Jours	Heures	Lieux
Body fitness	mardi	18h30-19h30	CSU Salle bleue
	mercredi	12h30-13h30	CSU Salle bleue + Salle M. Bertheau
CAF Cuisses-Abdos-Fessiers + stretching	lundi	12h30-13h30	CSU Danse
	mardi	12h30-13h30	Salle M. Bertheau
	mercredi	12h30-13h30	CSU Danse
Cross training		18h30-19h30	CSU Combat
	lundi	12h30-13h30	CSU Gymnase + Salle J. Moulin
	mardi	17h20-18h20	CSU Salle verte
	mercredi	18h30-19h30	CSU Salle bleue
	jeudi	18h30-19h30	CSU Salle verte
	samedi	10h-11h	CSU Salle verte
Marche sportive	mercredi	12h30-13h30	Étang St Nicolas
	lundi	11h-12h20 17h-20h30	
Muscultation	mardi	17h-20h30	
	mercredi	12h30-13h50 17h-20h30	CSU Muscultation
	jeudi	17h-20h30	
	vendredi	12h30-13h50 17h-19h50	
	samedi	9h30-12h30	CSU Muscultation
Pilates	mardi	18h30-19h30	CSU Danse
	mercredi	12h30-13h30	CSU Combat
	jeudi	12h30-13h30	Le Quart'Ney
	samedi	11h10-12h10	CSU Danse
Relaxation	lundi	12h30-13h30	CSU Combat
	jeudi	17h15-18h15	Maison de quartier r. Thiers
Step	lundi	18h30-19h30	CSU Salle bleue
	mercredi	17h20-18h20	
Yoga	mardi	12h30-13h30 18h30-19h30 19h40-20h40	Maison de quartier r. Thiers CSU Combat
	jeudi	19h50-20h50	CSU Danse
Yoga dynamique	jeudi	12h30-13h30	CSU Danse
Zumba®	jeudi	19h50-20h50	CSU Salle bleue

SPORTS DE COMBAT

Activités	Jours	Heures	Lieux
Aïkido	mercredi	19h30-20h50	CSU Combat
Boxe anglaise	lundi et jeudi	17h-18h20	CSU Salle verte
	mardi	17h-18h20	
Boxe française	mercredi	12h30-13h50	CSU Salle verte
	jeudi	18h30-19h50	
Capoeira	mardi	20h50-22h10	CSU Combat
Escrime	mardi	18h30-19h50	CSU Salle verte
	vendredi	12h30-13h50	CSU Salle bleue
Judo	lundi	19h50-21h10	
	jeudi	17h-18h20	
Karaté	jeudi	19h50-21h10	CSU Combat
Karaté santé	vendredi	12h30-13h30	
Self défense	lundi et jeudi	18h30-19h50	
	mardi	12h30-13h30	

SPORTS COLLECTIFS

Activités	Jours	Heures	Lieux
Basketball	lundi	18h30-19h50	
	mardi et mercredi	21h10-22h30	CSU Salle verte
	jeudi	19h50-21h10	
Floorball	mercredi	20h-21h50	Centre Athletis
Football féminin	mercredi	18h30-19h50	
Football gaélique	mardi	19h-20h30	Stade P. Robin
Football mixte	lundi et jeudi	18h30-19h50	
Futsal	lundi	12h30-13h50	CSU Salle verte
	mardi	19h50-21h10	CSU Salle verte
	vendredi	18h30-19h50	CSU Salles verte et bleue
Handball	lundi et jeudi	21h10-22h30	CSU Salle verte
	mercredi	19h50-21h10	
Hockey sur gazon	jeudi	18h30-20h30	Stade Mikulak
Rugby	lundi et mercredi	18h30-19h50	Stade Nauleau
Volley	lundi	19h50-21h10	CSU Salle verte
	mardi et jeudi	20h50-22h10	CSU Salle bleue
	mercredi	12h30-13h50	CSU Salle verte

SPORTS DE PLEINE NATURE

Activités	Jours	Heures	Lieux
Escalade	lundi	12h30-13h50 18h30-19h50 19h50-21h10	
	mardi	12h30-13h50 17h-18h20 18h30-19h50	CSU Mur d'escalade
	mercredi et jeudi	17h-18h20 18h30-19h50	
	vendredi	11h-12h20	
	Escalade confirmé	mercredi	19h50-21h10
Roller	lundi	12h30-13h50	CSU Salle bleue

SPORTS DE RAQUETTE

Activités	Jours	Heures	Lieux
Badminton	lundi	19h30-20h50 20h50-22h10	CSU Salle bleue
	mardi	12h30-13h50 19h30-20h50	
	mercredi	19h30-20h50 20h50-22h10	
	jeudi	17h-18h20	
		vendredi	11h-12h20 12h10-13h30
Padel	samedi	10h-12h	CSU Salle bleue
	jeudi	18h30-19h50	Halle de tennis La Baumette
	vendredi	12h30-13h50	
Tennis débutant	vendredi	17h-18h20	CSU Salle verte
Tennis débutant-avancé	lundi	17h-18h20	
	jeudi	18h30-19h50	
Tennis avancé-confirmé	vendredi	12h30-13h50	Halle de tennis La Baumette
Tennis confirmé	lundi	18h30-19h50	
	jeudi	17h-18h20	
Tennis de table	mardi	18h30-19h50	CSU Salles verte et bleue
	jeudi	17h-18h20	CSU Salle verte

SPORTS AQUATIQUES

Activités	Jours	Heures	Lieux
Nage avec palmes	mardi	21h-22h20	Piscine J. Bouin
Natation initiation	mardi	21h-22h20	Piscine B-Beille
	jeudi	17h-18h20	
Natation perfectionnement	lundi	21h-22h20	Piscine J. Bouin
	mardi	21h-22h20	Piscine J. Bouin
	mercredi	20h30-21h50	Piscine B-Beille
Multi act. aquatiques	lundi et mardi	21h-22h20	Piscine J. Bouin
Non-nageurs et aquaphobie	lundi	19h45-20h45	Aquavita
	mardi	21h-22h20	Piscine J. Bouin

SPORTS ATHLÉTIQUES

Activités	Jours	Heures	Lieux
Athlétisme	jeudi	18h30-19h50 19h50-21h10	Stade de Frémur
Course à pied santé	lundi	12h30-13h50	Fac. de santé
	mardi	12h30-13h50	Étang St Nicolas
Courses de fond et demi-fond	vendredi	12h30-13h50	Stade Mikulak

SPORTS D'ADRESSE

Activités	Jours	Heures	Lieux
Golf	samedi	9h30-11h30	Golf Avrillé
Tir à l'arc	mardi	17h-18h20	CSU Salle bleue
	jeudi	18h30-19h50	
Tir à l'arc/Run archery	vendredi	12h30-13h50	CSU Salle bleue
Tir combiné	mardi	12h30-13h50	CSU Salle verte
	mercredi	18h30-19h50	
Tir sportif	lundi	18h30-19h50	Tir sportif La Baumette
	jeudi	17h-18h20	

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Activités	Jours	Heures	Lieux
Arts du cirque	jeudi	18h30-19h50	CSU Salle bleue
Danse classique	mercredi	19h50-21h10	
Danse contemporaine	mardi	19h30-20h50	CSU Danse
	jeudi	17h-18h20	
Danses de salon	jeudi	18h30-19h50	CSU Danse
	vendredi	12h30-13h50	
Danses brésiliennes	mercredi	18h30-19h30	CSU Salle verte
Danses latines	lundi et mardi	20h50-22h10	CSU Danse
Djembel/Afrovibe®	mardi	12h30-13h30	CSU Salle verte
	mercredi	18h30-19h30	
Hip-Hop	mercredi	18h30-19h50	CSU Danse
Modern Jazz	lundi	18h30-19h50	CSU Danse
	mardi	12h30-13h50	
Rock	jeudi	19h50-21h10	CSU Danse