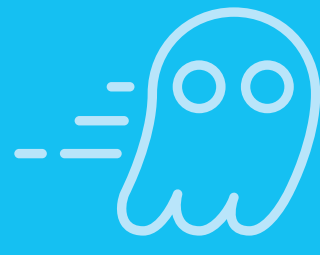


SUAPS

SERVICE UNIVERSITAIRE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES



PLANNING 17/18



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

ACTIVITÉS D'ENTRETIEN PHYSIQUE

Activités	Jours	Heures	Lieux
CAF Cuisses-Abdos-Fessiers + stretching	lundi	12h30-13h30	CSU Danse
	mardi	12h30-13h30	Salle M. Berteau
	mercredi et jeudi	12h30-13h30	CSU Danse
Circuit HiIT	lundi	18h20-19h20	CSU Gymnase
	mercredi	12h15-13h15	Salle M. Berteau
	mercredi	17h-18h	CSU Gymnase
Circuit training	lundi et jeudi	12h30-13h30	CSU Musculation
Fit cardio	lundi et mardi	17h-18h	CSU Gymnase
Gym suédoise	jeudi	18h-19h	CSU Gymnase
Marche sportive	mardi	12h15-13h15	CSU Musculation
	vendredi	12h15-13h15	Place de la Rochefoucault
Musculation	du lundi au jeudi	16h30-20h	CSU Musculation
	mercredi	12h-13h30	CSU Musculation
	vendredi	16h30-19h30	CSU Musculation
	samedi	9h30-12h	CSU Musculation
Pilates	mardi	17h-18h	CSU Danse
	jeudi	12h30-13h30	Quart'Ney
Relaxation	lundi	12h30-13h30	CSU Dojo
	jeudi	17h15-18h15	Maison de quartier r. Thiers
Step	lundi et mardi	18h20-19h20	CSU Gymnase
	mardi	18h-19h 19h15-20h15	CSU Dojo
Yoga	mercredi	12h30-13h30	Maison de quartier r. Thiers
	lundi	19h30-20h30	CSU Danse
Yoga dynamique	jeudi	12h30-13h30	CSU Dojo
	mercredi	18h20-19h20	CSU Gymnase
Zumba	jeudi	18h-19h	

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Activités	Jours	Heures	Lieux
Arts du cirque	lundi	17h-18h20	CSU Gymnase
Danse classique	mercredi	17h-18h30	CSU Gymnase
	jeudi	15h30-17h	
Danse contemporaine	mardi	18h-19h30	CSU Gymnase
	jeudi	14h-15h30	
Danse rock	jeudi	20h-21h30	CSU Danse
Danses de salon	jeudi	18h30-20h	
Dances Brésil fitness	vendredi	18h-19h30	CSU Danse
	mercredi	17h-18h	
Dances latines	jeudi	17h30-18h30	CSU Danse
	lundi	20h30-22h	
Hip-Hop	mardi	20h-21h30	CSU Danse
Modern Jazz	mercredi	18h30-20h	
Modern Jazz	lundi	18h-19h30	CSU Danse

SPORTS DE PLEÏNE NATURE

Activités	Jours	Heures	Lieux
Équitation	du lundi au samedi	voir avec La Pelerinière	La Pelerinière Équitation
	lundi et mercredi	17h-18h20 18h20-19h40	CSU Gymnase
Escalade	mardi	12h-13h30 17h-18h20 18h20-19h40 19h40-21h	
	jeudi	12h-13h30 17h-18h20 18h20-19h40	
Roller	lundi	12h15-13h30	CSU Gymnase

SPORTS COLLECTIFS

Activités	Jours	Heures	Lieux
Basketball	lundi	18h-19h20	CSU Gymnase
	mardi	20h40-22h	
	mercredi	19h20-20h40	
	jeudi	19h-20h20	
Floorball	jeudi	20h20-21h40	CSU Gymnase
Football féminin	mercredi	18h-19h30	Stade P. Robin
Football gaélique uniquement S2	mardi	18h-19h30	
Football masculin	lundi	18h-19h30	Salle J. Moulin
Futsal	lundi	12h-13h30	
	mardi	12h-13h30 19h20-20h40	
	vendredi	18h20-19h40	
Handball	lundi	20h40-22h	CSU Gymnase
	mercredi	18h-19h20	Stade Nauleau
Rugby	jeudi	20h20-21h40	
Volley	lundi	19h20-20h40	CSU Gymnase
	mardi	20h40-22h	
	mercredi	17h-18h20	
	jeudi	19h-20h20	

SPORTS DE COMBAT

Activités	Jours	Heures	Lieux
Aïkido	lundi	18h-19h30	CSU Dojo
Boxe anglaise	lundi et mardi	17h-18h	CSU Gymnase
Boxe française	mardi	18h-19h20	
Capoeira	jeudi	17h-18h20	CSU Dojo
	mardi	20h30-22h	
Escrime	lundi	17h-18h20	CSU Gymnase
	jeudi	15h-16h30	CSU Gymnase
Judo	mercredi	18h30-20h	CSU Dojo
	jeudi	17h-18h30	
Karaté	jeudi	20h-21h30	CSU Dojo
Self défense	jeudi	18h30-20h	
Viet Vo Dao	lundi	19h30-21h	CSU Dojo

SPORTS DE RAQUETTE

Activités	Jours	Heures	Lieux
Badminton	lundi	19h20-20h40 20h40-22h	CSU Gymnase
	mardi	12h-13h30 19h20-20h40	
	mercredi	19h20-20h40 20h40-22h	
	jeudi	12h-13h30 16h30-18h	
	vendredi	12h-13h30	
	samedi	10h-12h	
Tennis confirmé	lundi	18h30-20h	Halle de tennis de la Baumette
	jeudi	17h-18h30	
	vendredi	12h-13h30	
Tennis débrouillé	lundi	17h-18h30	Halle de tennis de la Baumette
	jeudi	18h30-20h	
Tennis découverte	vendredi	12h-13h30	CSU Gymnase
	mercredi	17h-18h20	
Tennis de table	mardi	18h-19h20	CSU Gymnase
	jeudi	16h30-18h	

SPORTS AQUATIQUES

Activités	Jours	Heures	Lieux
Nage avec palmes	mardi	21h-22h30	Piscine J. Bouin
Natation initiation	mardi	21h-22h30	Piscine B-Belle
	jeudi	20h-20h45	Piscine B-Belle
Natation perfectionnement	lundi et mardi	21h-22h30	Piscine J. Bouin
	mercredi	20h30-22h	Piscine B-Belle
Non-nageurs	jeudi	20h-20h45	Piscine B-Belle
Non-nageurs et aquaphobie	lundi	19h45-20h45	Aquavita
Plongée	mardi	20h30-22h30	Piscine J. Bouin
Sauvetage	lundi	21h30-22h30	
Waterpolo	lundi	21h30-22h30	

SPORTS D'ADRESSE

Activités	Jours	Heures	Lieux
Golf	vendredi	12h30-14h30	Golf Avrillé
	samedi	9h30-11h30	
Tir à l'arc	mardi	17h-18h20	CSU Gymnase
	vendredi	12h-13h30	
Tir sportif	lundi	17h-18h30 18h30-20h	La Baumette

SPORTS ATHLÉTIQUES

Activités	Jours	Heures	Lieux
Athlétisme	jeudi	18h-20h	Stade de Frémur
Course à pied	vendredi	12h15-13h45	Hall du CSU

HANDIVALID

Activités	Jours	Heures	Lieux
Handivalid	jeudi	12h-13h30	CSU Gymnase

LIEUX DE PRATIQUES EN DÉTAIL

- Aquavita** : quartier des Hauts de St-Aubin à Angers
- CSU** : Suaps, 6 bd Beaussier à Angers
[proche Faculté des sciences | bus ligne 1](#)
- Golf Avrillé** : Château de la Perrière à Avrillé
- Halle de tennis de la Baumette** : 4 bd Marc Leclerc à Angers
- La Pelerinière Équitation** : 30 rue de la Pellerinière à Saint-Barthélemy-d'Anjou
- Maison de quartier** : 12 rue Thiers à Angers
- 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
- Quart'Ney** : 9 rue Duboys à Angers
[proche campus Saint-Serge | accessible en tramway](#)
- Salle Jean Moulin** : 2 rue des Capucins à Angers
[proche Faculté de médecine | accessible en tramway](#)
- Salle Maurice Berteau** : 1 bd Daviers à Angers
[proche CHU | accessible en tramway](#)
- Stade de Frémur** : rue des Chaffauds, quartier Roseraie à Angers
- Stade Marcel Nauleau** : 56 bd Lucie et Raymond Aubrac à Angers, [proche Faculté de médecine, à côté de l'Eseo | accessible en tramway](#)
- Stade Paul Robin** : 1 rue de la Lande à Angers
[proche campus Belle-Beille](#)
- Tir sportif La Baumette** : Centre municipal, 10 allée du Sueil en Maine à Angers

Le Suaps propose des activités en UEL dont 3 UEL théoriques (activités en bleu sur le planning).