

SUAPS

SERVICE UNIVERSITAIRE DES ACTIVITÉS
PHYSIQUES ET SPORTIVES

PLANNING 19/20

LIEUX DE PRATIQUES

- **Aquavita** : quartier des Hauts de St-Aubin à Angers bus ligne 5 et 8
- **Centre Athlétique** : 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
- **Front de maine** : Parking, Promenade Y. d'Aragon | bus ligne 4
- **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 Berteau** : 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 Ladoumegue à Angers | bus ligne 4
- **Stade Paul Robin** : 1 rue de la Lande à Angers proche campus Belle-Beille et CSU



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. Berteau
	vendredi	12h30-13h30	Salle M. Berteau
CAF Cuisses-Abdos-Fessiers + stretching	lundi	12h30-13h30	CSU Danse
	mardi	12h30-13h30	Salle M. Berteau
	mercredi	12h30-13h30 18h30-19h30	CSU Danse CSU Combat
	vendredi	12h30-13h30	CSU Combat
Cross training	lundi	12h30-13h30 18h30-19h30	CSU Musculation + Salle J. Moulin CSU Salle bleue
	mardi	12h30-13h50 17h20-18h20	Front de Maine CSU Salle verte
	jeudi	18h30-19h30	CSU Salle verte
	samedi	10h-11h	CSU Salle verte
	jeudi	12h30-13h30	CSU Danse
Danse santé	jeudi	12h30-13h30	CSU Danse
Djembel/Afrovibe®	mardi	12h30-13h50	CSU Salle verte
	mercredi	18h30-19h30	CSU Salle bleue
Marche sportive	mardi	12h30-13h30	Étang St Nicolas
Musculation	lundi	16h30-20h30	CSU Musculation
	mardi	12h30-13h50 16h30-20h30	
	mercredi	12h30-13h50 17h-20h	
	jeudi	12h30-13h50 17h-20h	
	vendredi	12h30-13h50 17h-19h50	
	samedi	9h30-12h30	
Pilates	lundi	17h20-18h20	CSU Danse
	mercredi	12h30-13h30	CSU Combat
	jeudi	12h30-13h30 17h30-18h30	Le Quart'Ney CSU Combat
	samedi	11h10-12h10	CSU Danse
Relaxation	lundi	12h30-13h30	CSU Combat
	jeudi	17h30-18h30	Maison de quartier r. Thiers
Step	lundi	18h30-19h30	CSU Salle bleue
	mercredi	17h30-18h30	CSU Salle bleue
Strong by Zumba®	jeudi	17h15-17h45 17h50-18h20	CSU Salle verte
Yoga	mardi	12h30-13h30	Maison de quartier r. Thiers
		18h30-19h30 19h40-20h40	CSU Combat
Yoga dynamique	lundi	19h50-20h50	CSU Danse
	jeudi	12h30-13h30	CSU Combat
Zumba®	jeudi	19h50-20h50	CSU Salle bleue

SPORTS D'ADRESSE

Activités	Jours	Heures	Lieux
Golf	samedi	9h30-11h30	Golf Avrillé
Tir à l'arc	mardi	17h10-18h30	CSU Salle bleue
	Jeudi	18h30-19h50	
	vendredi	12h30-13h50	
Tir Laser Run (tir combiné)	mardi	12h30-13h50	CSU Salle verte
	mercredi	18h30-19h50	
Tir sportif	lundi	18h30-19h50	Tir sportif La Baumette
	jeudi	17h-18h20	

SPORTS DE COMBAT

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

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	
	vendredi	12h30-13h50 12h00-13h20	
	samedi	10h-12h	
	CSU Salle bleue		
Tennis débutant	vendredi	17h-18h20	CSU Salles verte et bleue
Tennis débrouillé	lundi	17h-18h20	Court central La Baumette
	jeudi	18h30-19h50	
Tennis débrouillé-confirmé	vendredi	12h30-13h50	Court central La Baumette
Tennis confirmé	lundi	18h30-19h50	Court central La Baumette
	jeudi	17h-18h20	
Tennis de table	mardi	18h30-19h50	CSU Salle verte
	jeudi	17h-18h20	
	vendredi	12h00-13h20	

SPORTS DE PLEINE NATURE

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

SPORTS ATHLÉTIQUES

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

SPORTS COLLECTIFS

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

ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Activités	Jours	Heures	Lieux
Arts du cirque	jeudi	18h30-19h50	CSU Salle bleue
Danse classique	jeudi	19h50-21h10	CSU Danse
Danse contemporaine	mardi	18h30-19h50	CSU Danse
	jeudi	17h-18h20	
Danses de salon	mardi	19h50-21h10	CSU Danse
	vendredi (S2 uniquement)	12h30-13h50	
Danses brésiliennes	mercredi	18h30-19h30	CSU Danse
Danses latines	lundi	21h-22h20	CSU Danse
	jeudi	21h10-22h30	
Hip-Hop	mercredi	19h30-20h50	CSU Danse
Modern Jazz	lundi	18h30-19h50	CSU Danse
	mardi	12h30-13h50	
Rock	mardi	21h10-22h30	CSU Danse
	jeudi (S2 uniquement)	18h30-19h50	

SPORTS AQUATIQUES

Activités	Jours	Heures	Lieux
Nage avec palmes	mardi	21h-22h20	Piscine J. Bouin
Natation initiation	lundi	21h-22h20	Piscine J. Bouin
	mardi	21h-22h20	
	jeudi	17h-18h20	
Natation perfectionnement	Lundi	21h-22h20	Piscine J. Bouin
	Mardi	21h-22h20	
	mercredi	20h30-21h50	
Multi act. aquatiques	lundi et mardi	21h-22h20	Piscine J. Bouin
Non-nageurs et aquaphobie	lundi	19h45-20h45	Aquavita
	mardi	21h-22h00	
Plongée	mardi	20h15-22h20	Piscine J. Bouin