CAMPUS THE ON AIR

DU LUNDI 7 SEPT AU SAMEDI 1ER OCT 2020

UNE RENTRÉE QUI INSPIRE !

PROGRAMME DAY BY DAY

Equilibre Adresse	Lu 7	Ma 8	Me 9	Je 10	Ve 11	Lu 14	Ma 15	Me 16	Je 17	Ve 18	Lu 21	Ma 22	Me 23	Je 24	Ve 25	Lu 28	Ma 29	Me 30	Je 1er
PARCOURS VERTICAL - 4 créneaux 1h				13h-17h															
TROUVE TON ÉQUILIBRE - 4 créneaux 1 heures		12h-16h																	
RIDER EN MOUNTAINBOARD - 4 créneaux 1 heures									12h-16h										
LES ROIS DE LA BALLE	12h-13h	12h-13h				12h-13h	12h-13h				12h-13h	12h-13h				12h-13h	12h-13h		
DISC-GOLF								12h-13h											
INITIATION DÉCOUVERTE TIR À L'ARC		12h15-13h15					12h15-13h15												
MANIABILITÉ ET VTT - 4 créneaux 30mn				12h-14h					12h-14h										
Arts Corps Bien-Être	Lu 7	Ma 8	Me 9	Je 10	Ve 11	Lu 14	Ma 15	Me 16	Je 17	Ve 18	Lu 21	Ma 22	Me 23	Je 24	Ve 25	Lu 28	Ma 29	Me 30	Je 1er
APPRIVOISER L'EAU	12h30-13h30					12h30-13h30													
MÉDITATION : DES RACINES ET DES AILES						12h-13h													
MARCHE EN PLEINE CONSCIENCE	12h-13h																		
RELAXATION		12h30-13h30					12h30-13h30												
YOGA ET COHÉRENCE CARDIAQUE - CAMPUS OUEST - 2 créneaux 1h	12h-14h																		
YOGA COHÉRENCE CARDIAQUE - CAMPUS EST - 2 créneaux 1h		12h-14h																	
YOGA TOUT DOUX FOR YOU				12h-13h					12h-13h										
GAGA DANCE		12h30-13h30					12h30-13h30					12h30-13h30					12h30-13h30		
DANSE HIP HOP "TROUVE TON FLOW"	12h30-13h30					12h30-13h30													
AIKIDO									12h30-13h15										
TAICHI-QIGONG	12h-13h30					12h-13h30					12h-13h30					12h-13h30			
Marche-Course Découverte	Lu 7	Ma 8	Me 9	Je 10	Ve 11	Lu 14	Ma 15	Me 16	Je 17	Ve 18	Lu 21	Ma 22	Me 23	Je 24	Ve 25	Lu 28	Ma 29	Me 30	Je 1er
COURSE D'ORIENTATION			12h-13h					12h-13h											
INITIATION RUNNING	12h30-13h30					12h30-13h30					12h30-13h30					12h30-13h30			
BIATHLON - 3 créneaux 40mn				12h-14h					12h-14h										
BALADE CULTURELLE INTER-CAMPUS EN VÉLO				13h30-16h30					13h30-16h30										
MARCHE À PAS CONTÉS (AFGHANE)			12h10-13h25			12h10-13h25					12h10-13h25					12h10-13h25			
PARKOUR ET STREET ART									12h15-13h45										
RUNNING +		12h15-13h15					12h15-13h15					12h15-13h15					12h15-13h15		
STREET ART RUN			12h15-13h45																
Tonicité Force	Lu 7	Ma 8	Me 9	Je 10	Ve 11	Lu 14	Ma 15	Me 16	Je 17	Ve 18	Lu 21	Ma 22	Me 23	Je 24	Ve 25	Lu 28	Ma 29	Me 30	Je 1er
CARDIO KARATÉ									18h-18h45	12h15-13h									
STREET WORK OUT			12h30-13h15					12h30-13h15											
CARDIO JUDO									16h30-17h15										
CARDIO JUJITSU								20h15-21h											
KATA BOXE		12h15-13h15					12h15-13h15												
CARDIO DANSE			12h30-13h15					12h30-13h15					12h30-13h15					12h30-13h15	
DOUBLE DUTCH													12h15-13h15					12h15-13h15	
Plaisir Jeu	Lu 7	Ma 8	Me 9	Je 10	Ve 11	Lu 14	Ma 15	Me 16	Je 17	Ve 18	Lu 21	Ma 22	Me 23	Je 24	Ve 25	Lu 28	Ma 29	Me 30	Je 1er
ESCAPE GAME STREET ART																			12h-14h
BEACH VOLLEY - 2 créneaux 1h	12h-14h	12h-14h					12h-14h	12h-14h	12h-14h	12h-14h		12h-14h			12h-14h				
SPIKE BALL & GREEN VOLLEY - 2 créneaux 1h			12h-14h			12h-14h				12h-14h									
ULTIMATE				12h15-13h15	12h15-13h15														
TCHOUKBALL									12h15-12h45										
TENNIS BALLON		12h30-13h																	
GREENBALL - 2 créneaux 30mn		12h30-13h30																	
RUN & LET'S DANCE									13h-14h					13h-14h					
BASKET-BALL - SHOOTING TIME - 2 créneaux 1h		12h-14h		12h-14h			12h-14h		12h-14h										