

ENSSAT

Lannion

ÉCOLE NATIONALE SUPÉRIEURE DES SCIENCES APPLIQUÉES ET TECHNOLOGIE

Les **A.P.S.** (Activités Physiques et Sportives) dans votre cursus de formation d'élève-ingénieur·e

L'Association Sportive Universitaire de Lannion (**ASUL**)



Sports nautiques

Voile, kayak



Plein Air

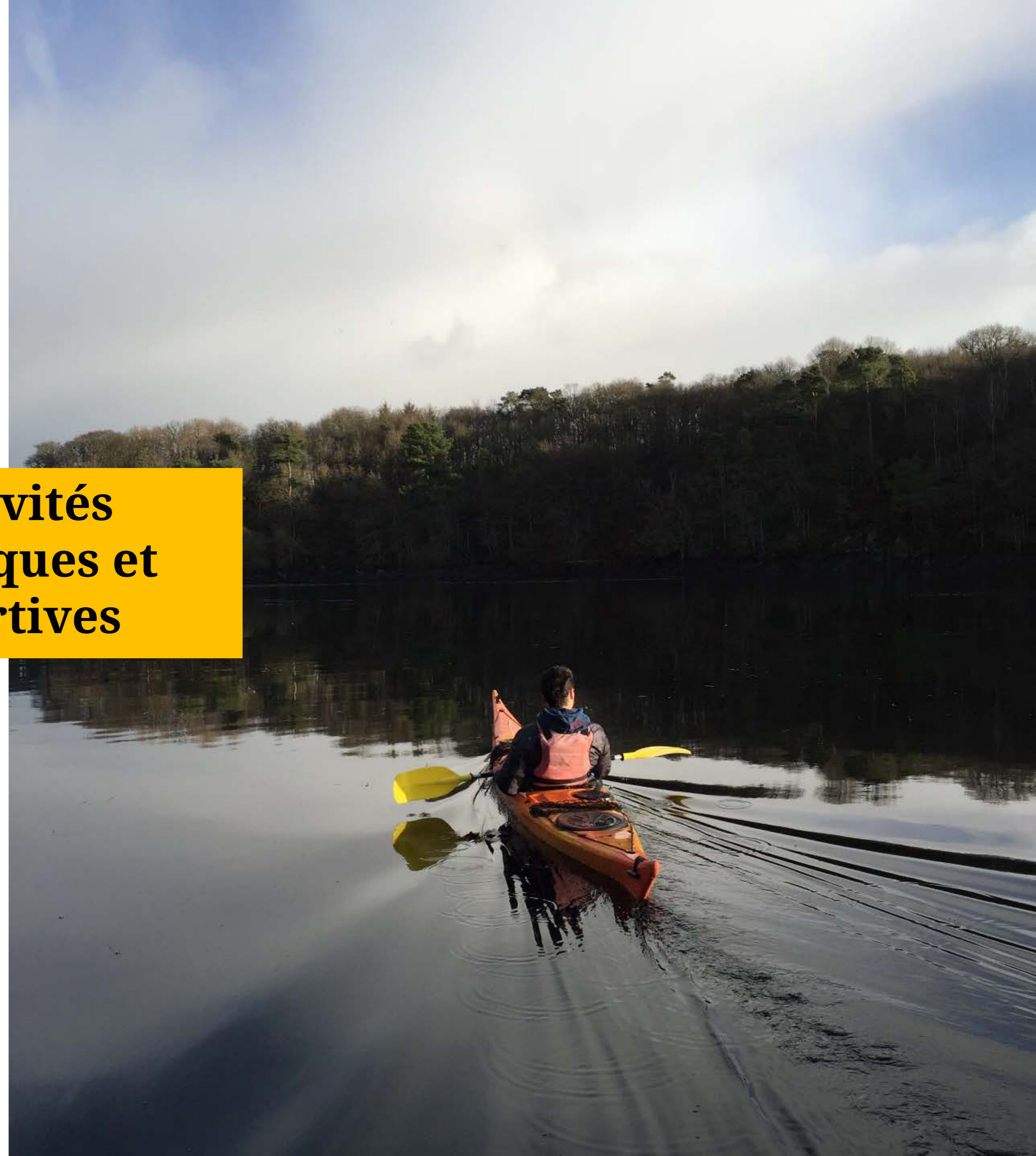
Golf, VTT, sports de terrain



Salle

Sports collectifs, tennis, Badminton

Activités Physiques et Sportives





Votre cursus et les APS

OBJECTIFS DE FORMATION AU SEIN DE L'UNITÉ D'ENSEIGNEMENT DE SCIENCES HUMAINES



Former

Former des citoyens actifs :
capacité à s'intégrer dans une
organisation



Esprit Ecole

Solidarité
Tolérance



Travail en équipe

Sécurité
Communication



Découvrir

Découvrir des activités
spécifiques à la région :
ouverture vers l'extérieur



Hygiène de vie et santé

Connaissance de soi,
responsabilité et autonomie

Les moyens

Enseignant

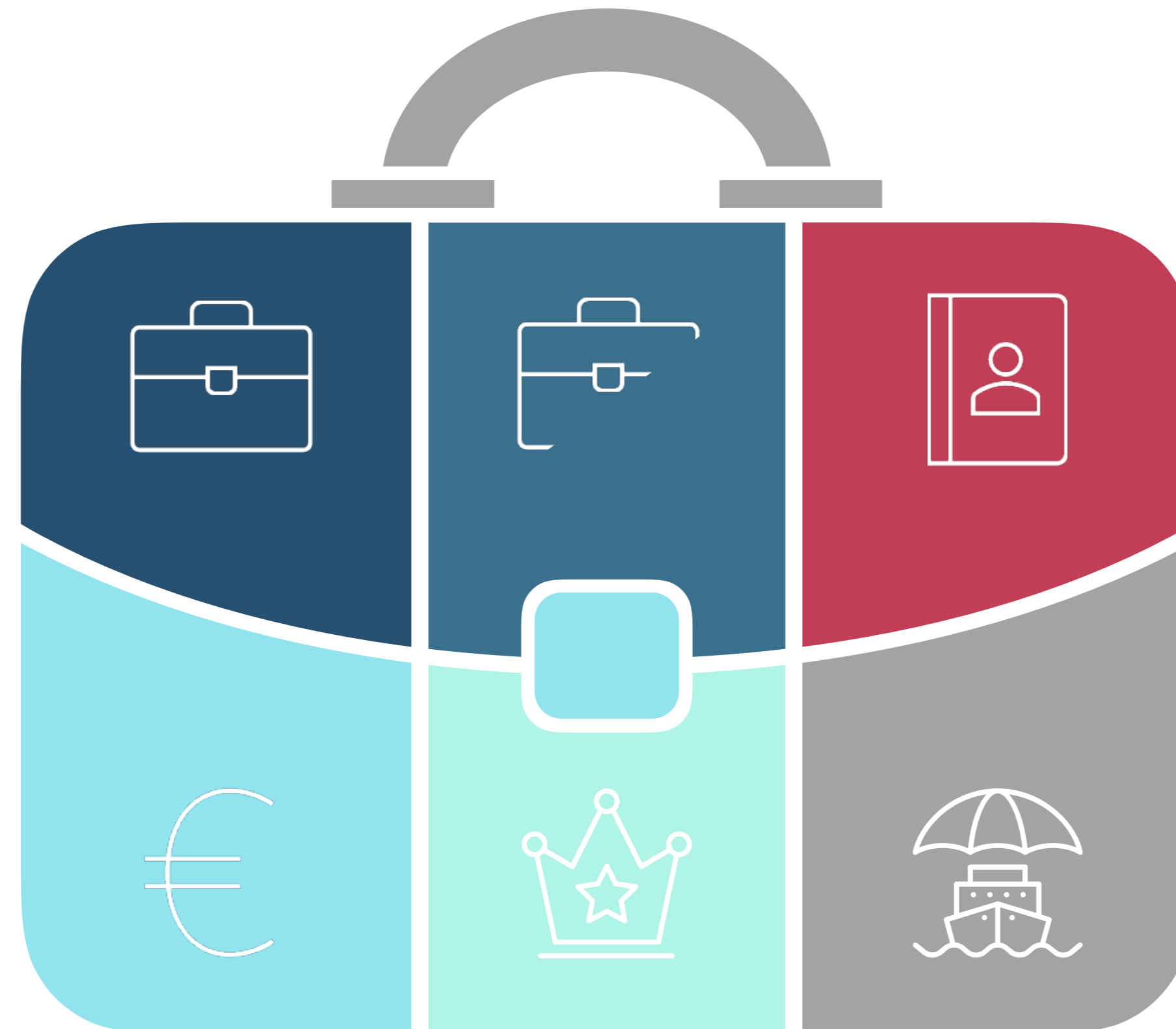
1 enseignant Permanent :
Bertrand Lefebvre

Des vacataires

M. Savidan (Golf)

Une permanence

Bertrand Lefebvre
Bureau 013F le mercredi
de 9h à 12h



Contact

bertrand.lefebvre@enssat.fr

Des équipements sportifs

Ville de Lannion

Des financements

Voile, Kayak, VTT

Fonctionnement



Cours obligatoires

Règles de bonne conduite fondées sur des postures responsables et adultes



Transport

Assuré par les étudiants KLAXIT



Volume

50h annuelles par élève en 1^{re} année



1^{er} semestre

Gymnase IUT / Gymnase Condom



2^e semestre

Golf de Saint Sansom / Pleumeur Bodou
Club nautique de Penvenan
Base de plein air de Lannion (kayak et VTT),
Tennis club de Lannion

Horaires & organisation en 1^{re} année

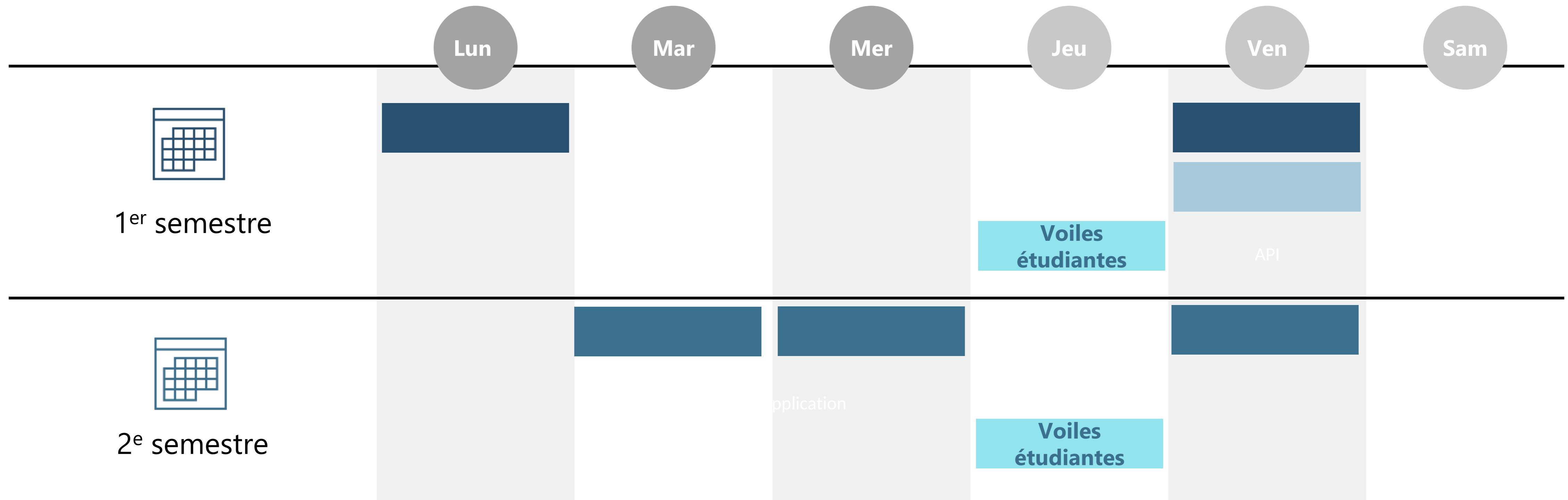
Cours obligatoires :

- Prévoir en amont le *co-voiturage*.
- Pensez à valider en ligne votre inscription ASUL (certificat médical)

● 8h15-10h15

● 9h00-12h00

● 10h30-12h30



Voiles étudiantes : Association gérée par les étudiants, ouverte à tous les niveaux.
● Séance le jeudi après midi sur J80
voilesetudiantes.lan@gmail.com

Les activités

Proposées en 1A



1^{er} semestre

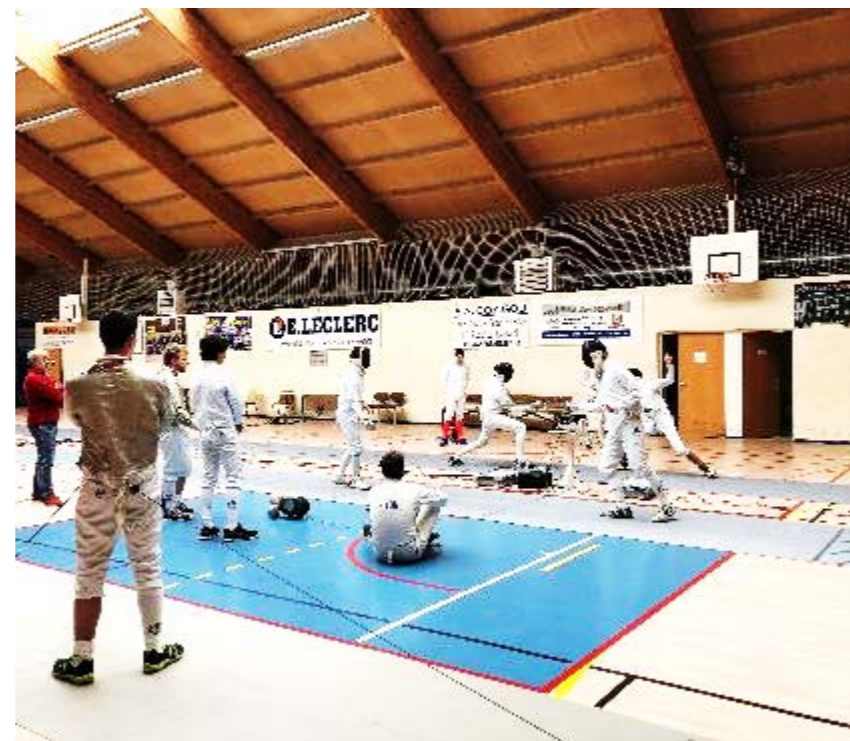
Sports collectifs

5 séances



Badminton

5 séances



2^e semestre

Voile

Savoir nager 50 m minimum

Kayak

Savoir nager 50 m minimum

Golf

Tennis

VTT



Pour le second semestre :

Au choix 10 séances de 3 heures.

Les APS en 2A et 3A



En 2A

Possibilité de pratique dans le cadre de *modules complémentaires*

Golf / PAV (planche à voile) / Tennis / Volley / Badminton



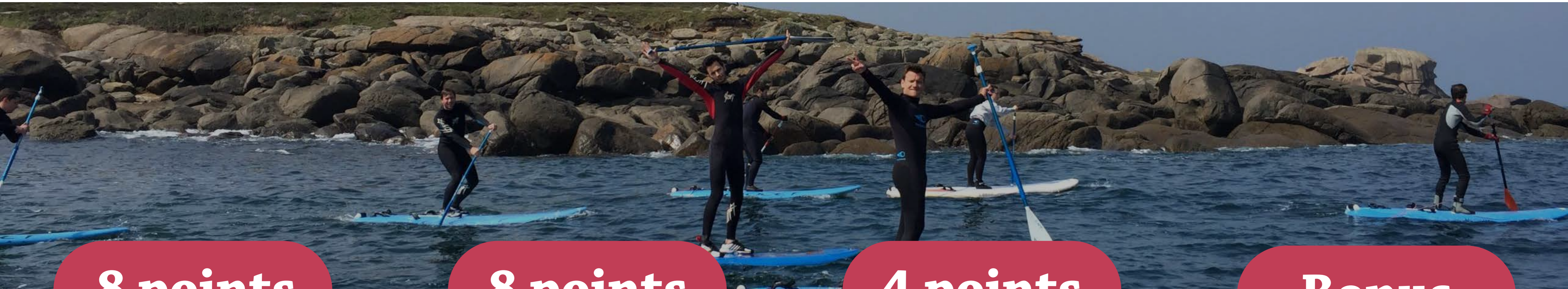
En 3A

Module complémentaire **d'escalade** et éventuelle participation au

Team Building

Évaluations

Module APS dans UE SH



8 points

8 points

4 points

Bonus

Savoir-être

Socialisation – Intégration – Hygiène de vie

Indicateurs : Assiduité – Implication

Savoir-faire

Niveau de pratique

Critères de maîtrise et d'adaptabilité

Indicateurs : niveau de pratique atteints

Progression

Progrès réalisés

Indicateurs : Acquisition de nouvelles compétences

ASUL

Pratique compétitive à l'ASUL

1 à 3 points ajoutés à la note du module



Service des Sports et ASUL

Association Sportive Universitaire Lannion

ASSOCIATION COMMUNE À :
L'IUT, L'ENSSAT, L'IFSI ET AU BTS



Objet

Faciliter l'épanouissement des étudiants, la socialisation et participer à l'image dynamique de nos établissements
(Compétitions)



Affiliation et licence

Affiliée à la FFSU
Licence omnisport



Activités

Loisir et compétition



Informations

Facebook : *ASU Lannion*
Instagram: *ASULannion*



Inscriptions et contacts

Permanence :

- Le mercredi de 9h à 12h
- Bureau 013F

bertrand.lefebvre@enssat.fr

raphael.grunewald@univ-rennes.fr

Dates à retenir

- Semaine prochaine : surveiller l'affichage groupes APS
Premier cours le 18/09
- Mardi 05/09 : ouverture inscriptions activités service des sports et ASUL sur « mon SIUAPS rennes »
- Mercredi 06/09 : réunion voile à 18h30 dans les locaux de la SRP à Perros-Guirec

Bonne rentrée à toutes et à tous

Présentation Team Building

« L'esprit d'équipe »

