

## PLANNING DES ACTIVITES INTERNES 2023/2024

Pour les étudiants.es de l'IUT, ces cours sont accessibles soit en enseignement optionnel (bonification en fin d'année universitaire) ou en enseignement non noté (libre).

Pour les étudiants.es de l'ENSSAT et de l'IFSI, ces cours sont uniquement accessibles en enseignement non noté (loisir).

Aucune contribution financière n'est demandée pour ces activités, hormis pour la voile habitable et la pratique en compétition (prise de licence)

BADMINTON		DE	À			
GYMNASE COLLEGE LE GOFFIC	LUNDI	20h00	21h30	MIXTE	Tous niveaux	Malo
GYMNASE LYCEE LA DANTEC	MARDI	19H00	20H30	MIXTE	Tous niveaux	Raphael GRUNEWALD

BASKET-BALL		DE	À			
GYMNASE COLLEGE LE GOFFIC	LUNDI	18h30	20h00	MIXTE	Tous niveaux	Simon LEBRETON

FLYMOVE (Entraînement avec hamac)		DE	À			
Salle sport parquet - ENSSAT	LUNDI	19H00	20H30	MIXTE	Tous niveaux	Raphael GRUNEWALD

FOOTBALL		DE	À			
Stade René Guillou	JEUDI	14H30	16H00	MIXTE	<b>Tous niveaux et Compétition</b>	Antoine GUIZIOU

FUTSAL		DE	À			
GYMNASE IUT	LUNDI	20H30	22H00	MIXTE	Tous niveaux	Antoine GUIZIOU

HANDBALL		DE	À			
GYMNASE IUT	LUNDI	19H00	20H30	MIXTE	Tous niveaux sauf compétition	Ronan HAMON
GYMNASE IUT	JEUDI	14H15	15h45	MIXTE	<b>Compétition</b>	Ronan HAMON

HIIT & FIT		DE	À			
Salle musculation - LYCEE LE DANTEC	MERCREDI	19H00	21H00	MIXTE	Tous niveaux	Raphael GRUNEWALD
Salle musculation - TRAINING PARK LANNION	JEUDI	14H00	15H45	MIXTE	Tous niveaux	Raphael GRUNEWALD

NATATION		DE	À			
Centre nautique TI DOUR	JEUDI	16H00	17H00	MIXTE	Tous niveaux (sachant nager)	A définir

RUGBY		DE	À			
Stade Rugby ASPTT	MARDI	20h00	21H30	MIXTE	<b>Tous niveaux et Compétition</b>	Thomas LELUYER

SANTE - BIEN-ETRE		DE	À			
Programme "bouge pour ta santé"	ADAPTABLE	x	x	MIXTE	Sur demande - candidature	Raphael GRUNEWALD

TENNIS		DE	À			
Tennis CLUB AERODROME	JEUDI	13H30	15H00	MIXTE	Confirmés / Compétition	Pauline HOUBART
Tennis CLUB AERODROME	JEUDI	15H00	16H30	MIXTE	Débutant.s.es	Pauline HOUBART

VOLLEY-BALL		DE	À			
GYMNASE LYCEE LA DANTEC	MARDI	20H30	22H00	MIXTE	Tous niveaux	Raphael GRUNEWALD
GYMNASE LYCEE LA DANTEC	MERCREDI	19H00	20H30	MIXTE	Tous niveaux	<b>Pratique en autonomie</b>
GYMNASE IUT	JEUDI	16H00	18H00	MIXTE	<b>Compétition</b>	Raphael GRUNEWALD

YOGA		DE	À			
Salle sport parquet - ENSSAT	JEUDI	14H30	16H00	MIXTE	Tous niveaux	Gésendre IBRES

### ACTIVITES NAUTIQUES

VOILE HABITABLE		DE	À			
Société des Régates de Perros Guirec	JEUDI	14H00	18H00	MIXTE	Tous niveaux	80 € / an (pas rbt ASUL) Bertrand LEFEBVRE enssat

CATAMARAN / DERIVEUR		PAS DE BONIFICATION POSSIBLE		Prêt du matériel (sauf vieilles baskets)		Inscriptions au semestre	
CENTRE NAUTIQUE PORT BLANC	JEUDI	14H00	18H00	MIXTE	Tous niveaux	Directeur Hervé NIVET	

PLANCHE A VOILE		PAS DE BONIFICATION POSSIBLE		Prêt du matériel		Inscriptions au semestre	
CENTRE NAUTIQUE TREBEURDEN	JEUDI	14H00	18H00	MIXTE	Tous niveaux	Directeur Christophe OHGUES	

Suivez nous sur Insta @ASULannion

Retrouvez le planning actualisé en permanence sur notre site internet : <https://iut-lannion.univ-rennes1.fr/sport-loisir-et-culture>