

UNIVERSITÉ DE  
VERSAILLES  
ST-QUENTIN-EN-YVELINES



université PARIS-SACLAY

## AFTERWORK SPORT : CROSSFIT

Participez à des activités sportives ou culturelles et terminez la soirée autour d'un snack. En novembre, nous vous proposons de découvrir le crossfit !

Jeudi 7 novembre 2019, 18h

Maison de l'étudiant.E Marta Pan

1, allée de l'astronomie

78280 Guyancourt

Le CrossFit combine principalement la force athlétique, l'haltérophilie, la gymnastique et les sports d'endurance<sup>1</sup>. Le mot crossfit vient de la contraction de cross fitness (en français, entraînement croisé), appelé ainsi parce qu'il mélange différentes activités physiques et sportives.

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

## **Tarifs**

Gratuit

> S'inscrire

## **Contact**

### ***Service culturel des étudiants et des personnels***

1, allée de l'astronomie 78280 Guyancourt

01 39 25 52 44

service.culturel@uvsq.fr

### ***Service commun des activités physiques et sportives***

1, allée de l'astronomie 78280 Guyancourt

christel.allegri@uvsq.fr