



université PARIS-SACLAY

## AFTERWORK SPORT : DO-IN

**Participez à des activités sportives ou culturelles et terminez la soirée autour d'un snack. En décembre, détendez vous avec le Do-in!**

Le Do-In, appelé aussi digitopuncture ou acupression, est une technique d'automassage issu de la médecine traditionnelle japonaise. L'auto-massage favorise la détente et la relaxation, ce qui permet d'évacuer naturellement le stress.

### 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