



université PARIS-SACLAY

SPORT LOISIR - RETOUR À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Reprenez soin de vous, bougez à votre rythme.

Les lundis de 17h15 à 18h45

Les jeudis de 17h15 à 18h45

Les vendredis de 12h15 à 13h45

[Campus de Saint-Quentin-en-Yvelines](#)

[Campus de Versailles](#)

Envie de reprendre une activité physique en douceur, à votre rythme et dans un cadre bienveillant ?

Le programme **Sport-Santé : retour à l'activité physique** est fait pour vous !

Campus de Saint-Quentin-en-Yvelines

- » **Jeudi** de 17h15 à 18h45
- » **Vendredi** de 12h15 à 13h45

Campus de Versailles

- » **Lundi** de 17h15 à 18h45

Ce cours s'adresse à toute personne souhaitant reprendre une activité physique progressive, adaptée et encadrée, dans une ambiance motivante et sans pression.

Idéal pour retrouver forme, énergie, confiance en son corps et plaisir de bouger.

Aucun niveau requis — juste l'envie de se sentir bien !

INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Tarifs

- » **Etudiant** : Gratuit pour les étudiants
- » **Personnel** : 60€ pour un semestre (10 séances) - séance d'1h30

Inscription

SUAPS

Christel Allegri
christel.allegri@uvsq.fr - 01 39 25 50 92

Maison de l'étudiant – bureau 107
1, allée de l'astronomie
78280 Guyancourt
info.suaps@uvsq.fr