SPORT LOISIR - RETOUR À L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Reprenez soin de vous, bougez à votre rythme.

Les lundis de 17h à 18h30
Les jeudis de 17h30 à 19h
Les vendredis de 12h15 à 13h45
A partir du 14 septembre 2026
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 17h30 à 18h30
- **Vendredi** de 12h15 à 13h45

Campus de Versailles

- **Lundi** de 17h à 18h30

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 :** 30€ 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