MULTI ACTIVITÉS

Marianne AUDOUY

DESCRIPTION DU COURS

Remise en condition physique.

Pratique de différentes activités au fil des séances : tennis de table, frisbee/ultimate, volley ball, jeux pré sportif, slack line, badminton, gainage, basket ball, stretching/tonification, jeux d'expression corporelle, self defense, marche nordique, relaxation/sophrologie.

Amener sa tenue de pratique dès le 1er cours (chaussures de sport propres).

JOUR	HORAIRE	LIEU
Mardi	14h-15h30	Gymnase de la Manufacture – Salle 1
Mardi	15h30-17h	

EVALUATION

Le professeur responsable de la discipline communiquera les critères d'évaluation lors des premiers cours.

INSCRIPTION

L'inscription est semestrielle, elle se fait en début de chaque semestre, et n'est validée que par la présence en cours.
Se présenter au cours, dès la première semaine.
Nombre de places limité par la capacité d'accueil du lieu.

UNIVERSITÉ TOULOUSE 1 CAPITOLE
DAPS

2ème semestre :

Début des cours semaine du 7 janvier 2019