

**Formation NOTEE (FQ) = ACTIVITE GRATUITE** 1 formation par étudiant suivant votre cursus

**Formation NON NOTEE (FP) = ACTIVITE PAYANTE**

Païement en ligne sur Mon compte SUAPS sur le site du SUAPS (païement chèque pour les étudiants hors UGA)

**PRESENCE OBLIGATOIRE** lors du 1er COURS sur les lieux, horaires et jours de l'activité choisie pour garder sa place

**Début et fin des cours du semestre 1 : du 14/09/2026 au 11/12/2026**

## Semestre 1 - 2026-2027

Activités	Options	Semestres	Jours	Horaires	Lieux et niveaux	Enseignants
<b>BASKET-BALL</b>	FQ/FP	S1 et/ou S2	Lundi	17h00 - 18h30	CSU - Plateau RHONE - Débutants - Débrouillés	Rachel COUMBA
			Mardi	19h30 - 21h30	CSU - Plateau RHONE - Débrouillés - Confirmés	
			Jeudi	16h00 - 18h00	CSU - Plateau RHONE - Confirmés	
<b>FUTSAL</b>	FQ/FP	S1 et/ou S2	Jeudi	12h30 - 14h30	CSU - Plateau VERCORS - Tous niveaux	David DECHAUX
<b>HANDBALL</b>	FQ/FP	S1 et/ou S2	Jeudi	18h00 - 19h30	CSU - Plateau RHONE - Débutants - Initiés	David RASTOUIL
				19h30 - 21h00	CSU - Plateau VERCORS - Confirmés	
<b>VOLLEY-BALL</b>	FQ/FP	S1 et/ou S2	Mardi	19h30 - 21h30	CSU - Plateau VERCORS - Tous niveaux	Fabien GAY
			Jeudi	16h00 - 18h00	CSU - Plateau VERCORS - Tous niveaux	
<b>STEP</b>	FQ/FP		Lundi	18h30 - 20h30	CSU - Plateau VERCORS - Tous niveaux	Rachel COUMBA
<b>STRETCHING-RELAXATION</b>			Lundi	12h00 - 14h00	Auditorium - Maison de l'Etudiant - Tous niveaux	Céline ALMIRA
<b>FITNESS</b>			Mercredi	18h00 - 19h30	CSU - Plateau VERCORS - Tous niveaux	Céline ALMIRA
<b>PILATES</b>			Jeudi	12h30 - 14h15	Salle de danse Pierre Mendès France (PEPPUY) - Tous niveaux	Céline ALMIRA
<b>YOGA</b>			Jeudi	16h15 - 18h00	Salle de danse Pierre Mendès France (PEPPUY) - Tous niveaux	Céline ALMIRA
<b>CROSSTRaining</b>			Lundi	17h30 - 19h30	CSU - Salle cardio + VERCORS - Tous niveaux	Fabien GAY
<b>MUSCULATION</b>			Mardi	17h30 - 19h30	CSU - Salle Musculation - Tous niveaux	Fabien GAY
			Jeudi	14h00 - 16h00		
			Vendredi	12h00 - 14h00		
<b>BADMINTON</b>			FQ/FP	S1 et/ou S2	Lundi	18h30 - 20h30
	Mardi	17h45 - 19h30			CSU - Plateau RHONE - Tous niveaux	Rachel COUMBA
	Mercredi	19h30 - 21h30			CSU - Plateau RHONE - Tous niveaux	Céline ALMIRA
	Jeudi	12h30 - 14h15			CSU - Plateau RHONE - Tous niveaux	Rachel COUMBA
	Jeudi	14h15 - 16h00			CSU - Plateau RHONE - Tous niveaux	Rachel COUMBA
<b>ESCRIME</b>	FQ/FP	S1 et/ou S2	Mercredi	19h30 - 21h	Gymnase, 11 Côte St Pierre, 26500 Bourg-Lès-Valence - Tous niveaux	Julien DUTRIPON
<b>ESCALADE</b>	FQ/FP	S1 et/ou S2	Lundi	19h30 - 21h30	Salle d'escalade CSU - Tous niveaux	Fabien GAY
			Jeudi	12h00 - 14h00	Salle d'escalade CSU - Débutants - Tous niveaux	Fabien GAY
				18h00 - 19h30	Salle d'escalade CSU - Tous niveaux	Olivier MAILLOT
				19h30 - 21h00	Salle d'escalade CSU - Tous niveaux	Olivier MAILLOT
<b>NATATION</b>	FQ/FP	S1 et/ou S2	Mardi	16h00 - 17h30	Piscine Jean Pommier (Polygone) - Initiés - Débrouillés - Confirmés	Rachel COUMBA
<b>PADEL</b>	FQ/FP	S1 et/ou S2	Jeudi	14h30 - 16h00	Club tennis et padel de Bourg-Lès-Valence 15 rue des loisirs 26500 Bourg-Lès-Valence - Tous niveaux	Grégory PESTRE
<b>TENNIS</b>	FQ/FP	S1 et/ou S2	Jeudi	13h30 - 15h00	L'Epervière Valence tennis - Initiés	Emmanuelle BLACHON
				15h00 - 16h30	L'Epervière Valence tennis - Confirmés	
<b>MULTIDANSES</b> (hip-hop, ragga, contemporain etc)	FQ/FP	S1 et/ou S2	Lundi	16h30 - 18h30	Salle de danse Pierre Mendès France (PEPPUY) - Tous niveaux	Céline ALMIRA
			Jeudi	14h15 - 16h15	Salle de danse Pierre Mendès France (PEPPUY) - Tous niveaux	
<b>MODERN' CONTEMPO</b> engagement Arts & Facs	FQ/FP	ANNEE	Jeudi	13h00 - 14h30	Salle de danse Point de suspension 260 rue Barnave, Valence - Initiés - Confirmés - Experts	Olivier COSTE et Sandrine DUSSER