

LE MERCREDI DE 12H15 A 13H45

LES MIDIS SANTE DU SUAPS

Réservé au personnel de l'université

Pratique ponctuelle, en fonction de vos envies... Ateliers gratuits.

Hatha yoga les 23 et 30 janvier

Relaxation et sophrologie les 6, 13 et 20 février

Kundalini yoga les 6 et 13 mars

Cardio-training le 20 mars

BodyART les 27 mars et 3 avril

Musculation Street work-out les 10 et 17 avril.

Lieu : salle de danse, centre sportif universitaire, 430 rue de la passerelle

(bâtiment de la piscine).

Inscriptions sur chaque atelier et informations sur le site du SUAPS à partir du 8 janvier 2019 :

<https://suaps.univ-grenoble-alpes.fr/>