

INFOS PRATIQUES

Site internet SUAPS UGA

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

Carte Sport Personnels U

22 euros

Païement en ligne sur Mon Compte SUAPS

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

ou à l'accueil de la piscine

CENTRE SPORTIF UNIVERSITAIRE - PISCINE

430, rue de la Passerelle – Campus

38400 Saint Martin d'Hères

Tel : 04 76 82 44 00

SUAPS UGA

M.U.S.E.

80 Rue Ampère – Campus

Tél : 04 76 74 82 00

Permanences : 12h à 16h / Sauf Vendredi

SUAPS
Université Grenoble Alpes



OFFRE SPORTIVE PROPOSÉE AUX PERSONNELS **UGA** 2023-2024

Cours encadrés, pratique régulière ou ponctuelle, pratique libre pour favoriser la santé et le bien-être à l'université.

Les enseignants d'EPS du SUAPS vous souhaitent la bienvenue !

SUAPS : Service U. des
Activités Physiques et
Sportives

SUAPS
Université Grenoble Alpes

COURS RÉSERVÉS AUX PERSONNELS

SANTÉ BIEN-ÊTRE

Vendredi : 12h15-13h et/ou 13h-13h45

CSU – salle de Judo

Réveil musculaire, étirements et relaxation dans une ambiance conviviale. 1^{er} cours dynamique, 2^e cours plus axé étirements et relaxation

INFOS PRATIQUES

Carte Sport Personnels U – 22€

Inscription sur place

Sous réserve de places disponibles

LES MIDIS SANTE

PROGRAMME MULTI-ACTIVITÉS

De Février à Mai 2024

Créneau : mercredi 12h15 -13h45

Salle de danse du CSU

Faire une pause détente au milieu de la semaine pour découvrir des activités liées au bien-être : Relaxation, marche nordique, yoga, circuit training, sophrologie...

INFOS PRATIQUES

Pas d'inscription préalable, accueil dans la limite des places disponibles

Gratuit

COURS MIXTES ÉTUDIANTS- PERSONNELS

OFFRE SPORTIVE

Les activités non notées proposées aux étudiants sont ouvertes aux personnels dans la limite des places disponibles.

INSCRIPTIONS

1. Consulter la liste des places disponibles* sur notre site à partir du 2 octobre 23
2. Contacter l'enseignant par mail pour valider l'inscription
3. Carte Sport Personnels + tarif selon activité

*Liste des places disponibles

Permanences SUAPS UGA

Site internet SUAPS UGA

HANDICAP

PRATIQUE DU HOCKEY FAUTEUIL

Vendredi 16h-18h

Lieu : Halle Ouest - Arrêt TRAM
Les Taillées

Personnes handicapées et valides pratiquent ensemble dans une ambiance engagée et joyeuse. Prêt de Fauteuils handisport

INFOS PRATIQUES

Carte Sport Personnels

Contacteur l'enseignant :

jean.grenet@univ-grenoble-alpes.fr

PRATIQUE LIBRE

Certaines installations sont accessibles aux personnels pour une pratique libre de détente et de bien-être non encadrée.



**SALLE DE
RELAXATION À LA
B.U DES SCIENCES**
Réservation sur place
et en ligne sur l'App
Affluences



**STREET WORK OUT /
PARKOUR**
Agrès en accès libre
Devant la piscine
universitaire



**FOOTING À L'ÎLE
D'AMOUR...
OU AILLEURS !**

Vestiaires accessibles
avec casier
S'adresser à l'accueil
CSU-Piscine Universitaire



**NATATION À LA
PISCINE DU CAMPUS**
Tarif réduit avec la
Carte Sport Personnels
Horaires sur notre site