

## Planning Sport Santé sur ordonnance 2025-2026

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
12h-14h Muscu Olivier	11h-12h15 Muscu (salle espace forme) Olivier	12h-14h Muscu (salle espace forme) Olivier	12h-14h Muscu (salle espace forme) Véronique	12h-14h Muscu (salle espace forme) Claire
12h30-13h30 Mobilité (salle Horizon) Claire	12h- 14h Muscu (salle Espace forme) Véronique	12h30-13h15 Circuit Aqua training en petit bain Véronique	13h-13h45 Mobilité (salle Horizon) Claire	13h-13h45 Aquagym en petit bain Christophe
	17h30-18h30 Tir (salle de tirs ssol) Olivier	17h-18h30 Escalade Claire		Certains Vendredis Après-midis Activités « découverte » Véronique
	18h-19h15 Basket débutant Campus 2 Claire	19h-20h30 Sport santé sur ordonnance Salle e-cycling ou circuit aquatique en piscine (petit bain) Véronique	18h15-19h15 Nage bien-être en grand bain Véronique	
19h-20h30 Sport santé sur ordonnance Espace forme Véronique	19h30-20h30 Tir (salle de tir ssol) Olivier		19h15-20h Aquados en grand bain Christophe	

**En vert** : Cours sport santé sur ordonnance uniquement.

**En bleu** : Cours sport santé sur ordonnance mixte. Pratique inclusive (adhérents du SUAPS et sport santé).

**En jaune** : Activité découverte ponctuelle sur inscription et sur demande auprès du professeur référent du sport santé (Véronique Vezien).

**En violet** : Activité aquatique sport santé mixte. Pratique inclusive (adhérents du SUAPS et sport santé).