Activités sportives Semestres Pairs

Infos pratiques

- **ECTS** : 1.5
- **Ouvert aux étudiants en échange** : Oui
- **Composante** : Université Paris Nanterre (UPN)

Présentation

Développer ses compétences à la faveur d'activités physiques et sportives.

Accédez au site du SUAPS.

Téléchargez le formulaire d'inscription.

Liste des enseignements

· Natation (apprentissage)
· Natation (perfection et sauvetage)
· Natation / étudiant en situation de handicap 2
· Apnée, stress, régulation de soi
· Prise de risque et dépassement de soi au travers l'escalade
· Self défense et confiance en soi
· Plongée sous marine N1
· Danse contemporaine, chorégraphie & image de soi
· Préserver votre capital santé. Théorie et pratique
· Athlétisme, entrainement gestion de l'effort
· Compétition Universitaire
· Préparation physique et cross training: apprendre à gérer son potentiel