

UE S'investir pour son université et dans son projet personnel

Infos pratiques

- > ECTS : 1,5
- > Composante : Sciences psychologiques, sciences de l'éducation

Liste des enseignements

- Activités sportives Semestres Pairs
 - 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, entraînement gestion de l'effort
 - Compétition Universitaire
 - Préparation physique et cross training: apprendre à gérer son potentiel