

Activités sportives Semestres Impairs

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.

Liste des enseignements

- Natation (apprentissage)
- Natation (perfection et sauvetage)
- Natation / étudiant en situation de handicap 1
- Prise de risque et dépassement de soi au travers l'escalade
- Self défense et confiance en soi
- Plongée sous marine N1
- Préparation physique et cross training: apprendre à gérer son potentiel
- Danse contemporaine, chorégraphie & image de soi
- Préserver votre capital santé. Théorie et pratique
- Athlétisme, entraînement gestion de l'effort
- Danse à deux Bachata
- Compétition Universitaire