

PLANNING DES ACTIVITES INTERNES 2025/2026

Pour les étudiants.es de l'IUT, ces cours sont accessibles soit en enseignement optionnel (bonification en fin d'année universitaire) ou en enseignement non noté (libre).

Pour les étudiants.es de l'ENSSAT et de l'IFSI, ces cours sont uniquement accessibles en enseignement non noté (loisir).

Aucune contribution financière n'est demandée pour ces activités, hormis pour la voile habitable et la pratique en compétition (prise de licence)

BADMINTON		DE	À			
GYMNASE LE GOFFIC	LUNDI	18H30	20H00	MIXTE	Tous niveaux	Loïc LERAY
GYMNASE LYCEE LA DANTEC	MARDI	19H00	20H30	MIXTE	Tous niveaux	Raphael GRUNEWALD

BASKET-BALL		DE	À			
GYMNASE COLLEGE LE GOFFIC	LUNDI	20H30	22H00	MIXTE	Tous niveaux	Simon BRETON
GYMANSE ASPTT MICHEL CONDOM	JEUDI	14H15	16H00	MIXTE	Compétition	Simon BRETON

FLYMOVE (Pilates avec hamac)		DE	À			
Salle sport parquet - ENSSAT	LUNDI	20H30	22H00	MIXTE	Tous niveaux	Raphael GRUNEWALD

FOOTBALL		DE	À			
Stade René Guillou	JEUDI	14H30	16H00	MIXTE	Tous niveaux et Compétition	Raphaël EUGSTER

FUTSAL		DE	À			
GYMNASE IUT	LUNDI	20H30	22H00	MIXTE	Tous niveaux	Raphaël EUGSTER

HANDBALL		DE	À			
GYMNASE IUT	LUNDI	19H00	20H30	MIXTE	Tous niveaux sauf compétition	Ronan HAMON
GYMNASE IUT	JEUDI	14H15	15h45	MIXTE	Compétition	Ronan HAMON

HIIT & FIT		DE	À			
Salle musculation - LYCEE LE DANTEC	MERCREDI	19H00	22H00	MIXTE	Tous niveaux	Raphael GRUNEWALD
Salle musculation - ENDORPHINE - Lannion	JEUDI	14H00	15H45	MIXTE	Tous niveaux	Raphael GRUNEWALD

NATATION		DE	À			
Centre nautique TI DOUR	JEUDI	16H00	17H00	MIXTE	Tous niveaux (sachant nager)	Philippe MARZIN

PADEL TENNIS 2ème semestre		DE	À			
City sport	JEUDI	14H00	15h45	MIXTE	Après les vacances de février Tous niveaux	Raphael GRUNEWALD

SANTE - BIEN-ETRE		DE	À			
Programme "bouge pour ta santé"	ADAPTABLE	x	x	MIXTE	Sur demande - candidature	Raphael GRUNEWALD

TENNIS		DE	À			
Tennis CLUB AERODROME	JEUDI	14H30	16H00	MIXTE	Tous niveaux	Guillaume KERGUNTUIL

VOLLEY-BALL		DE	À			
GYMNASE LYCEE LA DANTEC	MARDI	20H30	22H00	MIXTE	Tous niveaux	Raphael GRUNEWALD
GYMNASE LYCEE LA DANTEC	MERCREDI	19H00	21H00	MIXTE	Tous niveaux	Pratique en autonomie
GYMNASE IUT	JEUDI	16H00	19H00	MIXTE	Compétition	Raphael GRUNEWALD

YOGA		DE	À			
Salle sport parquet - ENSSAT	MARDI	19H30	21H00	MIXTE	Tous niveaux	Gérsende IBRES

ACTIVITES NAUTIQUES

VOILE HABITABLE		DE	À			
Société des Régates de Perros Guirec	JEUDI	14H00	18H00	MIXTE	Tous niveaux	80 € / an (pas rbt ASUL) Bertrand LEFEBVRE enssat

CATAMARAN / DERIVEUR		8 séances			Prêt du matériel (sauf vieilles baskets)	Semestre 2 (01/03/2026)
CENTRE NAUTIQUE PERROS-GUIREC	JEUDI	14H00	18H00	MIXTE	Tous niveaux	Directeur Hervé NIVET

PLANCHE A VOILE		8 séances			Prêt du matériel	Semestre 1
CENTRE NAUTIQUE TREBEURDEN	JEUDI	14H00	18H00	MIXTE	Tous niveaux	Directeur Christophe OHGUES

Suivez nous sur Insta @ASULannion

Retrouvez le planning actualisé en permanence sur notre site internet : <https://iut-lannion.univ-rennes1.fr/sport-loisir-et-culture>