

LUNDI
MARDI
MERCREDI
JEUDI
VENDREDI
SAMEDI

BOXE Gymnase ENS Début en Octobre 11h-13h			ABDOS-FESSIERS Maison des Mines — Mohamed Labaab 12h30-14h			Terrain de squash de Dauphine Réservation et paiement en ligne www.squash.dauphine.psl.eu Sur toute la semaine 8€ le cours de 45min			PARACHUTISME Cours en salle à déterminer Premiers sauts prévus en février 2019 Coût supplémentaire			ESCALADE I.N.J.S 254 rue St Jacques — Nicolas Charbonnel 12h-13h30			RENFORCEMENT MUSCULAIRE CSU Sarrailh Salle 5(a) — Nicolas M. 12h-13h30			PARACHUTISME Cours en salle à déterminer Premiers sauts prévus en février 2019 Coût supplémentaire			BOXE Gymnase ENS Début en octobre 11h-13h			AVIRON Cercle nautique Pont Neuilly Inscription à pslsport@psl.eu PSL = 4 places 13h-15h			CYCLING WE ponctuels Voir sur le site de PSL Jules 0621443992									
BOXE FRANÇAISE CSU Sarrailh Salle de boxe — Fiona Gréco 17h30-19h			CARDIO FITNESS Maison des Mines PSL = 10places inscription à pslsport@psl.eu 10h/11h/12h			TENNIS DE TABLE CSU Sarrailh PSL = 10places inscription à pslsport@psl.eu 10h-12h			CARDIO FITNESS Ecole des Mines Pour le personnel PSL pslsport@psl.eu 12h-13h			YIN YOGA CSU Sarrailh Salle Yoga — Akli Hallaf 12h-13h			ÉQUITATION École Militaire Galop 6 ou 7 Inscription à pslsport@psl.eu 900€ l'année 12h30-13h30			PILATES CSU Sarrailh Salle 5(c) — Mohamed Laabab 12h15-13h45			BODY TONIC Maison des Mines — Emilie Gravey 12h30-14h			GOLF Initiation / perfect Ile de Puteaux — Paul Deshays 8h30-10h			BASKET CSU Sarrailh Salle 1 + 2 — Saimy Akkazi 18h-20h			MUSCULATION CSU Sarrailh Salle Musculation — Pierre Liaboeuf 18h-19h30			HATHA YOGA CSU Sarrailh Salle Yoga — Akli Hallaf 9h-10h30			
FOOTBALL Garçons Stade Dalmasso CIUP — Joël Noyon 18h-19h30		ATHLÉTISME Course Stade Mimoun — Richard Salort 19h30-21h		RUGBY Garçons/filles Stade Max Rousié — José Machado 18h-22h		GOLF Initiation / perfect Ile de Puteaux — Paul Deshays 12h-13h30		ESCALADE I.N.J.S 254 rue St Jacques — Barbara Metzger 12h-13h30		VINYASA YOGA CSU Sarrailh Salle Yoga — Akli Hallaf 13h-14h		FOOT FÉMININ Gymnase ENS PSL = 5 places 18h30-20h		URBAN TRAINING Rendez-vous devant le CSU Sarrailh — 19h30-21h			CIRQUE Gymnase ENS 20h30-22h30			HAND-BALL CSU Sarrailh Salle 5 — Henrique Gilson 18h-20h			CROSS TRAINING CSU Sarrailh Salle 3 — Philippe Haillot 11h-12h30													
VOLLEY-BALL CSU Sarrailh Salle 5(a+b) — Clément Lemoine 20h-21h		ZUMBA CSU Sarrailh Salle 5(c) — Mélanie Cornuet 20h30-21h15		MUSCULATION CSU Sarrailh Salle Musculation — Léna Geffray 19h-20h30		FOOTBALL Filles Stade Dalmasso CIUP — Joël Noyon 18h-19h30		BADMINTON CSU Sarrailh Salle 2 — Pierre Liaboeuf 19h-20h30		ZUMBA CSU Sarrailh Salle Yoga — Mélanie Cornuet 18h30-20h		BODY-TONIC CSU Sarrailh Salle Yoga — Antoine Ricard 19h-20h30		ATHLÉTISME Stade Mimoun PSL = 10 places inscription à pslsport@psl.eu 19h30-21h		ESCRIME Gymnase ENS Cotis. suppl. 50€ pour matériel 19h-20h30			ROCK 4 TEMPS Lycée Henri IV — Logan 19h-21h			YOGA CSU Sarrailh Salle Yoga — Akli Hallaf 20h-21h			KRAV MAGA CSU Sarrailh Salle de Boxe — Teddy De Baere 18h30-20h			MUSCULATION FITNESS CSU Sarrailh Salle Musculation — Pierre Liaboeuf 19h30-21h			CIRCUIT TRAINING CSU Sarrailh Salle 1 — Isabelle Masquelez 20h-21h			TENNIS DE TABLE CSU Sarrailh Salle 1 — Clément Lemoine 11h-13h		
VOLLEY-BALL CSU Sarrailh Salle 5(a+b) — Clément Lemoine 21h-22h		ZUMBA CSU Sarrailh Salle 5(c) — Mélanie Cornuet 21h15-22h		NATATION Piscine Saint Germain PSL = 5places inscription à pslsport@psl.eu 21h30-22h30		DANSE MODERN JAZZ CSU Sarrailh Salle Yoga tous niveaux — Tiphaine Farinaud 20h-22h		BADMINTON CSU Sarrailh Salle 2 — Pierre Liaboeuf 20h30-22h		ESCRIME Gymnase ENS Cotis. suppl. 50€ pour matériel 20h-22h		BOXE CSU Sarrailh Salle de Boxe — Guillaume Verlot 20h30-22h		RUGBY À 5 Toucher Stade Ladoumègue — José Machado 20h-22h			YOGA CSU Sarrailh Salle Yoga — Akli Hallaf 21h-22h			ESCRIME ANCIENNE CSU Sarrailh Salle 2 — J.F. Gilles 20h-22h			FUTSAL CSU Sarrailh Salle 4 — Saimy Akkazi 20h-22h			INTERVAL TRAINING CSU Sarrailh Salle 1 — Isabelle Masquelez 21h-22h			CIRQUE Gymnase ENS 15h-17h30							

AS-PSL

DAUPHINE

ENS

BDS LES MINES

ESPCI

AS-ENA

COULEUR CLAIR : LOISIR / COULEUR FONCÉE : UE + LOISIR

SPORT.PSL.EU

«FAITES» DU SPORT À PSL - novembre 2019 - CSU Sarrailh

«PSL RUGBY TROPHY» contre UCL à Londres - février 2020

PERMIS BATEAU - fin janvier 2020

ORGANISATIONS HORS PLANNING

«PSL PARIS FENCING» avril 2020 - CSU Sarrailh

«COURSE PSL» bois de Boulogne - mai 2020

TOURNOI DE PÉTANQUE PSL - avril 2020

Merci, pour toutes les activités proposées par les BDS (autre code couleur), de vous inscrire à l'activité auprès du BDS concerné.

Planning des sports – Site de Dauphine

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

UE BOXE FRANÇAISE 10h15 - 11h45 Salle de Combat	NATATION 11h30 - 13h30 Piscine Montherlant	
BASKET F 12h00 - 13h30 Gymnase Montherlant	UE FOOTBALL M 12h00 - 13h30 Stade J.P. Wimille	TENNIS LOISIR 12h00 - 13h30 Île de Puteaux
UE RUGBY M 12h00 - 13h30 Stade de la Porte d'Auteuil	CUISSES ABDOS FESSIERS 12h00 - 13h00 Salle de Combat	UE RUGBY F 12h00 - 13h30 Stade J.P. Wimille
	PILATES 13h00 - 14h00 Salle de Combat	UE DANSE CONTEMPORAINE 12h00 - 13h30 Salle de Danse
		ABDOS FESSIERS STRETCHING 12h00 - 13h30 Salle de Combat
		UE TENNIS 13h45 - 15h30 Aquaboulevard
	FOOTBALL M 17h00 - 19h00 Stade J.P. Wimille	REMISE EN FORME 17h15 - 18h45 Salle de Combat
UE FORMATEUR 1 ^{ER} SECOURS 18h45 - 20h15 Dauphine		STEP TONIC 19h00 - 20h30 Salle de Danse
UE TENNIS DE TABLE 19h15 - 20h45 Gymnase du Lycée Janson de Sailly	UE BADMINTON 19h15 - 20h45 Gymnase du Lycée Janson de Sailly	UE HANDBALL F 19h30 - 21h00 Gymnase du Lycée Janson de Sailly
	LUTTE PLO 19h30 - 21h00 Salle de Combat	

	UE BOXE FRANÇAISE 08h30 - 10h00 Salle de Combat	
UE COACHING FORME 10h15 - 11h45 Salle de Musculation	UE BOXE FRANÇAISE 10h15 - 11h45 Salle de Combat	
UE FOOTBALL M 12h00 - 13h30 Stade J.P. Wimille		BASKET M 12h00 - 13h30 Gymnase Montherlant
UE GOLF 12h00 - 13h30 Île de Puteaux		TENNIS LOISIR 12h00 - 13h30 Île de Puteaux
		UE DANSE CONTEMPORAINE 12h00 - 13h30 Salle de Danse
		ATELIER CHORÉGRAPHIQUE 13h45 - 15h15 Salle de Danse
		BOXE FRANÇAISE 15h30 - 17h00 Salle de Combat
		BODY BARRE 18h15 - 19h45 Salle de Danse
		UE STEP 19h30 - 21h00 Salle de Combat
		OSTÉOPATHIE sur rendez-vous uniquement 18h00 - 21h00 Salle de Tennis de Table

UE MUSCULATION 10h15 - 11h45 Salle de Musculation	
UE BASKET 12h00 - 13h30 Gymnase Suchet	UE FOOTBALL M 12h00 - 13h30 Stade J.P. Wimille
UE HANDBALL M 12h00 - 13h30 Gymnase Montherlant	STRONG BY ZUMBA 12h00 - 12h45 Salle de Danse
	BODY TONIC 12h45 - 13h30 Salle de Danse
ABDOS FESSIERS STRETCHING 12h00 - 13h30 Salle de Combat	UE MUSCULATION 13h45 - 15h15 Salle de Musculation
HIP HOP STREET DANCE 17h15 - 18h00 Salle de Danse	SOPHROLOGIE 17h00 - 18h00 Salle de Combat
CARDIO DANCE 18h00 - 18h45 Salle de Danse	MINDFULNESS 18h00 - 19h00 Salle de Combat
UE BADMINTON 19h15 - 20h45 Gymnase du Lycée Janson de Sailly	VOLLEY initiation 19h00 - 20h30 Gymnase du Lycée Janson de Sailly
NATATION libre 20h30 - 21h30 Piscine Montherlant	VOLLEY perfectionnement 19h00 - 20h30 Gymnase du Lycée Janson de Sailly
NATATION perfectionnement 20h30 - 22h30 Piscine Montherlant	

TENNIS LOISIR 12h00 - 13h30 Île de Puteaux	UE VOLLEY 12h00 - 13h30 Gymnase Montherlant
UE ESCALADE 12h00 - 13h30 Gymnase Suchet	BODY TONIC 12h00 - 13h30 Salle de Combat
YOGA DYNAMIQUE 12h00 - 13h30 Salle de Danse	UE FOOTBALL F 12h00 - 13h30 Stade J.P. Wimille
UE BADMINTON 12h00 - 13h30 Gymnase Suchet	
	CROSS TRAINING 17h15 - 18h45 Salle de Danse
	VOLLEY 17h00 - 18h30 Gymnase Montherlant
	FUTSAL 19h00 - 20h30 Gymnase du Lycée Janson de Sailly

QI GONG 10h00 - 11h00 Salle de Combat
SOPHROLOGIE 11h00 - 12h00 Salle de Combat
CROSS TRAINING 13h30 - 15h00 Salle de Danse
TABATA TARGET 14h30 - 15h30 Salle de Combat
GAINAGE STRETCH 15h30 - 16h30 Salle de Combat

UE GOLF initiation 08h30 - 10h00 Île de Puteaux	TENNIS AS 10h00 - 12h00 Aquaboulevard
UE MUSCULATION 10h15 - 11h45 Salle de Musculation	
UE BADMINTON 12h00 - 13h30 Gymnase Suchet	UE ESCALADE 12h00 - 13h30 Gymnase Suchet
	CROSS TRAINING 12h00 - 13h30 Salle de Danse
	F.F.S.U 12h00 - 22h00
UE VTT 15h15 - 16h45 Bureau des Sports	
	BARRE AU SOL 17h15 - 18h15 Salle de Danse
UE FORMATEUR 1 ^{ER} SECOURS 18h00 - 19h30 Dauphine	STRONG 18h15 - 19h15 Salle de Danse
JUJITSU BRÉSILIEN 18h15 - 19h45 Salle de Combat	FUTSAL 19h00 - 20h30 Gymnase Montherlant